

Corso di formazione per conduttori di gruppi "MENTAL FITNESS" per la promozione del benessere psico-fisico

Torino, mercoledì 9 maggio - mercoledì 13 giugno 2018

Direttore scientifico: prof. Bruno G. Bara

Comitato organizzativo:

dott. Carla Maria Vandoni, dott. Nicoletta Causi

Il Mental Fitness è un protocollo di gruppo per la promozione del benessere psico-fisico, ideato da Bruno Bara e collaboratori del Centro di Scienza Cognitiva dell'Università degli Studi di Torino. Sperimentato su pazienti affetti da sindrome coronarica acuta, è risultato efficace sia per migliorare il loro adattamento psico-sociale alla malattia, sia per modificare alcune variabili fisiche rilevanti per la patologia coronarica, quali il profilo lipidico e la funzionalità cardiaca.

In virtù delle sue caratteristiche, è uno strumento declinabile, oltre che in ambito psico-cardiologico, anche in altri contesti, pubblici e privati, sia con pazienti che possano giovare di un lavoro di consapevolezza di gruppo mirato a favorire un adattamento più funzionale a una condizione di sofferenza fisica, sia nell'ambito della promozione del benessere.

DOCENTI

Dott. Nicoletta Causi: Psicologa, Psicoterapeuta. Docente nel corso di Scienze del corpo e della mente ("Laboratorio Mental Fitness") presso l'Università degli Studi di Torino. Socio ordinario SITCC.

Dott. Valentina Laudati: Psicologa, Psicoterapeuta. Cultrice della materia in Psicologia Generale - Università degli Studi di Torino. Socio ordinario SITCC.

A CHI È RIVOLTO

Il corso è rivolto a **psicologi , psicoterapeuti e specializzandi in psicoterapia.**

SEDE DEL CORSO

STPC Torino
Via Teofilo Rossi Conte di Montelera n. 3

COSTI E MODALITÀ DI ISCRIZIONE

Per iscriversi è necessario compilare il modulo on line sul sito www.stpc.it entro il 30 aprile 2018.

Quota di iscrizione: € 240 + Iva
Soci SITCC : € 200 + Iva

Il corso è a numero chiuso e prevede un numero massimo di 20 iscritti.

Per informazioni scrivere a info@stpc.it o telefonare al numero 011.595319

PROGRAMMA

Mercoledì 9 maggio 17.30-20.30 - Incontro in plenaria

Introduzione al protocollo Mental Fitness: illustrazione dei principali presupposti teorico-metodologici, delle evidenze sperimentali e delle possibilità applicative.

Incontri di Gruppo Mental Fitness

Incontro I Mercoledì 16 maggio 18.30 - 20.30

Incontro II Mercoledì 23 maggio 18.30 - 20.30

Incontro III Mercoledì 30 maggio 18.30 - 20.30

Incontro IV Mercoledì 6 giugno 18.30 - 20.30

Mercoledì 13 giugno 17.30-20.30 - Incontro in plenaria

Rielaborazione dell'esperienza formativa e approfondimento teorico-metodologico

FINALITÀ DEL CORSO E METODOLOGIA

L'obiettivo del corso è di formare alla conduzione del protocollo Mental Fitness. A fine di tale percorso verrà rilasciato un attestato che abiliterà i professionisti ad attivare gruppi Mental Fitness sia in ambito clinico-riabilitativo, con pazienti cardiopatici o affetti da altre patologie fisiche che richiedano un adattamento a medio-lungo termine; sia, più in generale, nell'ambito della promozione del benessere. Il corso di formazione è strutturato secondo il presupposto che la conoscenza del protocollo e delle modalità di gestione dell'intervento non possano prescindere dall'esperienza pratica; per questo è previsto il coinvolgimento dei partecipanti, suddivisi in due gruppi in base al loro locus of control, ai 4 incontri di gruppo Mental Fitness, sperimentati in prima persona.