

## DALLO STRESS AL BEN-ESSERE

### Teoria, ricerca e tecniche per l'individuo e per i gruppi

Il Modello di riferimento è quello della **Psicologia Funzionale**.

L'utilizzo dell'intervento Funzionale permette di assumere una concezione multidimensionale dell'intero Sé della persona presentando nella teoria e nella pratica psicoterapeutica le più recenti acquisizioni della ricerca scientifica sull'integrazione corpo/mente. Le due giornate saranno caratterizzate dalla presentazione di parti teoriche e pratiche attraverso tecniche di intervento.

*Il nostro organismo è fisiologicamente predisposto a rispondere ad eventi stressanti. Quello che distingue l'uomo dagli altri esseri viventi è la percezione di stressor particolari quali il disagio psicologico e sociale. Lo stress è funzionale quando è acuto e consente di reagire in modo efficace alle emergenze esterne, ma diventa potenzialmente dannoso quando si cronicizza, soprattutto attraverso i continui pensieri e le preoccupazioni quotidiane che mettiamo in moto e che spesso chiamiamo "ansia", "nevrosi" o "paranoia".*

Non è propriamente esatto affermare che lo stress determini malattie, ma evidenze scientifiche dimostrano che stressor cronici o ripetuti possono potenzialmente farci ammalare o possono aumentare il rischio di sviluppo di patologie.

### Programma

Venerdì 25 Ottobre 2013

#### *"I meccanismi fisiologici dello Stress"*

- 8.30-9.00 Registrazione partecipanti  
9.00-10.00 **"Dalla Sindrome dello Stress di Selye alla Psicoimmunologia di Ader"**  
10.00-11.00 **"Stress acuto e stress cronico: meccanismi fisiologici e psiconeuroendocrinoimmunologici"**  
11.00-11.15 Coffee Break  
11.15-13.00 **"La terapia individuale dello Stress: la respirazione e la terapia del movimento"**  
13.00-14.00 Pausa pranzo

#### *"Lo stress nel Neofunzionalismo e le patologie da stress"*

- 14.00-15.00 **"Lo stress nel Neofunzionalismo"**  
15.00-16.00 **"Sistema immunitario e patologie da stress cronico"**  
16.00-16.15 Coffee Break  
16.15-18.00 **"La terapia individuale dello stress: il massaggio integrato e l'immaginazione guidata"**

Sabato 26 Ottobre 2013

#### *"Lo stress: dall'individuo al gruppo"*

- 9.00-10.00 **"Stress, ansia e depressione"**  
10.00-11.00 **"La fisiologia del respiro"**  
11.00-11.15 Coffee Break  
11.15-13.00 **"Tecniche di gruppo per la prevenzione dello stress: Allentare il Controllo e Lasciare"**  
13.00-14.00 Pausa pranzo

#### *"La valutazione dello stress: dall'individuo al gruppo"*

- 14.00-15.00 **"Personalità, contesto sociale e stress"**  
15.00-16.00 **"Gli strumenti testistici di rilevazione"**  
16.00-16.15 Coffee Break  
16.15-18.00 **"Tecniche di gruppo per la prevenzione dello stress: il Contatto e il Benessere per il clima di gruppo"**  
18.00-18.30 Questionario finale di valutazione dell'apprendimento

### Adesioni e iscrizioni

Il corso è aperto a un numero massimo di 25 partecipanti.

Il costo dell'iscrizione è di 150 euro. Per studenti e specializzandi è di 90 euro.

Per iscriversi, inviare a [info@psicoterapiafunzionale.it](mailto:info@psicoterapiafunzionale.it) tramite e-mail la scheda di iscrizione e la ricevuta del bonifico bancario.

Il bonifico va intestato a:

Associazione Centro di Psicologia e  
Psicoterapia Funzionale - Istituto SIF  
UNICREDIT BANCA  
Filiale di Padova Via Verdi  
C/C 000100438593  
IBAN IT 28Y02008 12123 000100438593

### Docenti

**Dott. Luca Rizzi** Psicologo, Psicoterapeuta Funzionale, socio SIF.

**Dott.ssa Francesca Galvani** Psicologa, Psicoterapeuta Funzionale, socia SIF.

**Dott.ssa Ester Boccasso** Psicologa, Psicoterapeuta Funzionale, socia SIF.

**Si prega di indossare un abbigliamento comodo  
(tuta e calzini)**

## SCHEDA DI ISCRIZIONE

Nome .....

Cognome .....

Data di nascita .....

Luogo di nascita .....

Residenza:

via .....n .....

CAP.....Città.....Provincia...

Domicilio (se diverso dalla residenza):

via .....n .....

CAP.....Città.....Provincia...

Professione .....

C.F. ....

P.iva .....

Ente di appartenenza.....

Email.....

Cell.....

Richiedo i crediti ECM: SI/NO

Sono interessato a ricevere informazioni sulle attività del Centro: SI/NO

In allegato invio copia della ricevuta del bonifico bancario

Autorizzo al trattamento dei miei dati, Ai sensi del **D.Lgs. n.196/2003**

Padova, il .....

Firma.....

**Associazione**  
**Centro di Psicologia e Psicoterapia**  
**Funzionale-Istituto S.I.F. di Padova**  
Via Vicenza, 12/a  
35138 Padova

**Lo Sportello informativo è aperto:**  
dal lunedì al venerdì dalle 9:00 alle 19:00  
Tel: 049.7389287  
Fax: 049.723961  
**info@psicoterapiafunzionale.it**  
**www.psicoterapiafunzionale.it**

### Come raggiungere il Centro

Il Centro di Psicologia e Psicoterapia Funzionale si trova in prossimità dell'Hotel Milano raggiungibile **dalla Stazione Ferroviaria** con l'autobus n.10, scendendo alla prima fermata di Via Vicenza.  
**Se si arriva in auto: uscendo dall'autostrada a Padova ovest o arrivando dalla tangenziale**, si giunge in via Vicenza entrando sul cavalcavia di Chiesanuova. Andare in direzione del centro città, proseguire fino alla rotonda e fare inversione di marcia.  
La sede è in prossimità del distributore Agip.



In collaborazione con la  
S.I.F. "SOCIETÀ ITALIANA DI  
PSICOTERAPIA FUNZIONALE"  
e con la  
S.E.F. "SCUOLA EUROPEA DI PSICOTERAPIA  
FUNZIONALE"  
Sedi: Padova, Firenze, Roma, Napoli, Catania  
  
(www.psicologiafunzionale.it)



Associazione

**CENTRO DI PSICOLOGIA E PSICOTERAPIA FUNZIONALE**

*Istituto S.I.F. di Padova*

Presidente: Dott. Giuseppe Rizzi  
Vicepresidente: Dott.ssa Roberta Rosin

## DALLO STRESS AL BENESSERE

**TEORIA, RICERCA E TECNICHE PER  
L'INDIVIDUO E PER I GRUPPI**



**Venerdì 25 e Sabato 26 OTTOBRE 2013  
dalle 9.00 alle 18.00**

In fase di **accreditamento Ecm** per le professioni di:  
Psicologi (tutte le discipline), Medici (tutte le discipline), Dietisti,  
Assistenti sanitari, Fisioterapisti, Infermieri professionali, Terapisti  
occupazionali, Educatori professionali, Tecnici di prevenzione  
nell'ambiente e nei luoghi di lavoro, Logopedisti