

# Benessere e massaggio in gravidanza

La gravidanza è un momento di crescita e di cambiamento nella vita della donna che può essere molto favorevole per un'intesa più profonda con se stessa.

La donna va verso un cambiamento, che non sarà solo momentaneo, ma proseguirà per tutta la vita. Per questo richiede un sostegno sociale per predisporre, preparare, consapevolizzare e conoscere il nuovo compito che si prepara ad assumere, quello materno e genitoriale.

La donna può essere accompagnata a risolvere dubbi, aprire desideri, affrontare paure, informandola sul processo in atto, preparando il parto, prefigurando l'essere madre. Un corso pre-parto, quindi, secondo il modello Funzionale non riguarda solo la preparazione al parto, ma è un accompagnamento volto a favorire il cambiamento della donna su vari aspetti di vita (personale, di coppia, familiare).

La condivisione non è solo al femminile, ma anche al maschile, col partner, a cui la donna comunica le sensazioni sperimentate, fa sentire i movimenti del bambino nella pancia, condivide emozioni, pensieri, vissuti del partner. La relazione col partner è molto importante in questo periodo perché, nella coppia, l'uomo e la donna, insieme, vanno verso un progetto comune.

Nell'accompagnamento alla donna in gravidanza, sono state messe a punto delle tecniche di tocco-massaggio Funzionale Integrato che hanno l'obiettivo di favorire il suo Benessere complessivo, nell'importanza del coinvolgimento anche dei partner.

I benefici del Massaggio Funzionale e di questo tipo di intervento sono:

- l'alleviamento dei sintomi causati da rigidità posturali per l'aumento del peso;
- l'ascolto del proprio corpo attraverso il movimento e il respiro;
- lo sperimentare attraverso il tocco armonia e intimità nella coppia;

- il sostenere il contatto prenatale per una relazione più empatica con il/la proprio/a bambino/a;
- la condivisione dei propri vissuti e delle proprie emozioni;
- lo sperimentare profonde e piacevoli sensazioni di benessere

## Obiettivi formativi

- approfondire l'organizzazione di un corso pre e post partum sia per la donna che per il partner;
- presentare i cambiamenti della coppia verso la genitorialità;
- presentare l'importanza del sostegno per prevenire la depressione post-partum;
- far sperimentare tecniche di tocco e massaggio Funzionale specifiche per il benessere in gravidanza e per la coppia.

## Docenti

**Dott. G. Rizzi** Psicologo, Psicoterapeuta Funzionale, Fondatore e Presidente del Centro di Psicologia e Psicoterapia Funzionale di Padova, Didatta S.I.F. Supervisore e conduttore del corso di Tocco e Massaggio Funzionale Integrato.

**Dott.ssa V. Marchesini** Psicologa, Psicoterapeuta Funzionale. Si occupa di percorsi di sostegno e accompagnamento alla gravidanza individuali e di gruppo, psicoterapia di coppia, genitorialità. Formazione sulla Terapia di Coppia Focalizzata sulle Emozioni (EFT) di Sue Johnson.

**Dott.ssa L. Casetta** Psicologa, Psicoterapeuta Funzionale. Si occupa di ricerca sugli effetti del Tocco-Massaggio Funzionale Integrato e sulla depressione post-partum. Formazione presso il Touch Research Institute dell'Università di Medicina di Miami. Trainer del corso di Tocco e Massaggio Funzionale Integrato.

## Adesioni e iscrizioni

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

Il costo dell'iscrizione è di 140 euro. Per studenti e specializzandi è di 100 euro.

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

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

## 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.....  
\*Ente di appartenenza.....

\*P.iva.....

\*C.F. \_\_\_\_\_

E-mail.....  
Cell.....

Richiedo i crediti ECM:  SI/NO

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

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

Padova, il .....

Firma.....

## Programma

### SABATO 25 OTTOBRE 2014

#### *La Gravidanza secondo il modello Funzionale*

- 9.00-9.30 Registrazione partecipanti  
9.30-10.30 "La Gravidanza secondo il modello Funzionale: Funzionamenti di fondo e criticità"  
10.30-10.45 Coffee Break  
10.45-12.30 "L'organizzazione dei corsi di accompagnamento alla gravidanza"  
12.30-13.30 Pausa Pranzo

#### *Benessere in gravidanza*

- 13.30-15.00 "Accompagnamento alla gravidanza individuale: il respiro"  
15.00-15.15 Coffee Break  
15.15-18.00 "Accompagnamento alla gravidanza individuale: massaggio schiena"

### DOMENICA 26 OTTOBRE 2014

#### *La coppia*

- 9.00-10.00 "I cambiamenti della coppia verso una nuova progettualità"  
10.00-10.15 Coffee Break  
10:15-12:30 "Apertura e preparazione al parto: massaggio collo, spalle, lombari e gambe per la coppia"  
12.30-13.30 Pausa Pranzo

#### *La depressione pre e post partum*

- 13.30-14.30 "La depressione pre e post partum: strumenti diagnostici, tecniche di intervento preventivo e di cura"  
14.30-14.45 Coffee Break  
14.45-17.30 "Massaggio benessere gambe e piedi"  
17.30-18.00 Questionario finale di valutazione dell'apprendimento

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

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

Per informazioni contattare lo Sportello informativo:

dal lunedì al venerdì dalle 9:00 alle 19:00

Tel: 049.7389287

Fax: 049.723961

[info@psicoterapiafunzionale.it](mailto:info@psicoterapiafunzionale.it)

[www.psicoterapiafunzionale.it](http://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 da Padova ovest o dalla tangenziale**, subito dopo il cavalcavia di Chiesanuova, ci si trova già in Via Vicenza. 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](http://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

# Benessere e massaggio in gravidanza

LA PREPARAZIONE DI UN CORSO  
PREPARO PER GRUPPI DI GESTANTI E  
COPPIE VERSO LA GENITORIALITÀ

**Sabato 25 e Domenica 26  
OTTOBRE 2014**

Il corso ha ottenuto **21,9 crediti ECM** per le professioni di: Medici, Psicologi, Fisioterapisti, Infermieri professionali, Infermieri pediatrici, Ostetriche, Educatori professionali, Assistenti sanitari, Terapisti della neuro e psicomotricità