

## Responsabili Scientifici

### Dott. Claudio Barbonetti

Dirigente Medico con specializzazione in Radiologia- Radioterapia Oncologica  
Presidente LILT Sondrio

### Dott. Luciano Palladino

Psicologo-Psicoterapeuta  
Direttore Scientifico U.N.I.T.A (Unione Italiana Tecniche Autogene) Didatta Centro Divenire Formazione e Ricerca in Psicoterapia Autogena, Torino.

### Segreteria Organizzativa

Dot. ssa Silvia Forni  
Responsabile Progetto "Oltre la Prevenzione"  
info@legatumoriso.it  
3921634510

### Segreteria Scientifica

**Kassiopea**  
group

Via Stamira, 10 - 09134 Cagliari  
Tel. +39 070.651242 (Centralino) -  
Fax +39 070.656263  
[www.kassiopeagroup.com](http://www.kassiopeagroup.com)

Con il Patrocinio di:



## TRAINING AUTOGENO E MINDFULNESS

DALL'ASSUZIONE DEL FARMACO ALL'AVVIO DELLA TERAPIA

Il seminario è riservato a:

### TUTTE LE PROFESSIONI SANITARIE

**Obiettivo formativo:** aspetti relazionali (la comunicazione interna, esterna, con paziente) e umanizzazione delle cure

La certificazione attestante l'acquisizione dei crediti ECM verrà inviata via email dopo il completamento delle procedure previste.

Il Provider ECM è la Kassiopea Group, riconosciuto dall'AGENAS con il numero 305.

**Iscrizioni entro il 07.01.2019, a Kassiopea Group s.r.l.**

**Contatti: tel. +39 070.651242 (Centralino) -  
Fax +39 070.656263  
mail: [ecm@kassiopeagroup.com](mailto:ecm@kassiopeagroup.com)**

**Modulo scaricabile dal sito  
[www.legatumoriso.it](http://www.legatumoriso.it)**

**Quota di partecipazione E.C.M., Euro 85,00 -  
uditori Euro 45, 00 da versare tramite bonifico bancario- a KASSIOPEAGROUP**

**Come raggiungerci:**

**-a piedi dalla Stazione dei treni (450 mt-5 minuti)**

PROGETTO  
"Oltre la Prevenzione"  
propone un SEMINARIO

con N. 4  
Crediti E.C.M

Rivolto a: tutte le professioni sanitarie

## TRAINING AUTOGENO E MINDFULNESS

DALL'ASSUZIONE DEL FARMACO ALL'AVVIO DELLA TERAPIA

**C/o la Sala Vitali del Credito Valtellinese  
via delle Pergole, 11  
Sondrio**

**SABATO 26 GENNAIO 2019  
ORE 8.30-13.30**

ORE 8.30 REGISTRAZIONE PARTECIPANTI  
Saluti Dott. Claudio Barbonetti - Presidente LILT Sondrio

**ore 9.00\_10.30 "DAL CONDIZIONAMENTO SOCIALE ALLA PSICOLOGIA DEL BENESSERE. Autogenia come responsabilità della propria salute"**  
**Dott. Luciano Palladino**

**ore10.30 11.00 coffee break**

**ore 11.00-12.30 "SPERANZA E RESILIENZA CON IPNOSI E MEDITAZIONE"** **Dott. ssa Consuelo Casula**

ore 12.30 CONCLUSIONI  
ORE 13.00 CHIUSURA LAVORI

## TRAINING AUTOGENO E MINDFULNESS

DALL'ASSUZIONE DEL FARMACO ALL'AVVIO DELLA TERAPIA

**Il Training Autogeno e Mindfulness** sono punti di riferimento di vasto corpo di riduzione dell'arousal neurovegetativo, dello stato di attivazione generale dell'organismo che si esprime generalmente in un'aumentata attività del sistema nervoso autonomo simpatico, caratteristica della reazione di stress. Il training autogeno e la mindfulness **aiutano i pazienti a ridurre gli effetti degli schemi di pensiero maladattivi** attraverso il cambiamento del modo di rapportarsi del paziente con i suoi pensieri, sensazioni ed emozioni e del modo in cui essi vengono elaborati. Questa condizione di osservazione consapevole contrasta con l'abitudine della mente ad identificarsi con i propri contenuti e previene l'insorgenza di stati mentali patologici. Nel contesto oncologico, il prendere consapevolezza della malattia genera una profonda crisi emotiva che porta all'inevitabile riorganizzazione dello spazio-tempo.

## TRAINING AUTOGENO E MINDFULNESS

DALL'ASSUZIONE DEL FARMACO ALL'AVVIO DELLA TERAPIA

Attraverso la pratica del training autogeno e della mindfulness otteniamo una serie di risposte all'accettazione passiva autogena. L'autoregolazione delle funzioni corporee normalmente involontarie (apparato circolatorio, respiratorio, viscerale), la diminuzione della percezione del dolore, l'autocontrollo e il miglioramento delle proprie prestazioni. Ne risulta che il T.A puo' essere inserito come **tecnica di integrazione alle cure tradizionali** (tra cui la presa in carico psicologica) in ambito oncologico. Questo è tanto utile per il paziente/ex-paziente oncologico, quanto per i caregivers (burden caregiver); ma vero per tutti in quanto tecnica di recupero dell'unità organismica. In questo seminario verranno illustrati alcuni possibili interventi di alcune tecniche di rilassamento (T.A, Mindfulness e Ipnosi) e l'esperienza clinica in contesti residenziali e/o ambulatoriali rivolti anche a pazienti con varie patologie.

## TRAINING AUTOGENO E MINDFULNESS

DALL'ASSUZIONE DEL FARMACO ALL'AVVIO DELLA TERAPIA

- Insegnamenti e obiettivi didattici:**
- raggiungere una comprensione del concetto di mindfulness e della sua fenomenologia.
    - Illustrare la teoria e il rationale delle applicazioni cliniche delle tecniche di rilassamento autogene confrontate all'ipnosi, con vari disturbi sia in un setting ambulatoriale che residenziale.
    - Introdurre la pratica di Mindfulness attraverso esperienza pratica di gruppo e tramite la condivisione di vari esercizi con i partecipanti.
  - Permettere ai partecipanti di conoscere le modalità per apprendere la pratica di Training Autogeno e mindfulness in un setting non clinico
  - Concettualizzazione e fenomenologia del training autogeno e della mindfulness
  - Aspetti neurobiologici e psicofisiologici della pratica.
    - Applicazioni cliniche, rationale degli interventi di mindfulness con vari disturbi e studi di efficacia.
    - Utilizzo della mindfulness in un setting individuale e per potenziare la relazione terapeutica.