

Formazione avanzata blended learning
per psicologi e psicoterapeuti

MASTER IN CIBO e SALUTE 100 ore

*a cura della dr.ssa Enrichetta Spalletta, psicoterapeuta
responsabile ASPIC Alimentazione*

DESTINATARI

Psicologi, psicoterapeuti, medici, infermieri, professionisti e team di operatori impegnati nella prevenzione e nella cura delle patologie alimentari, del peso e dell'immagine corporea.

OBIETTIVI E FINALITÀ

Promuovere l'applicazione di **procedure cliniche personalizzate**, per interventi di comprovata efficacia.

Sostenere il coinvolgimento personale attivo nell'apprendimento come strumento e processo di cambiamento trasversale a professionalità e approcci teorici diversi.

Divulgare i risultati della ricerca nel campo dei disturbi alimentari psicogeni.

Trasmettere abilità di progettazione nell'ambito della **prevenzione**, nella conduzione di **gruppi psicoeducativi** e di **laboratori esperienziali creativi**.

ARTICOLAZIONE E ORARI

100 ORE: 35 ore a distanza, 17 in presenza + 18 di pratica supervisionata (somministrazione ed elaborazione test, Sportello di Ascolto Motivazionale - **SAM**) + 20 di autovalutazione. Data di inizio martedì 22 febbraio 2022. **Gli incontri vengono registrati e messi a disposizione degli iscritti.**

Il corso si svolge in

- **video presenza (lunedì/martedì ore 19.00- 21.30):**

10 moduli di 2 ore e mezzo **tot. 25 ore**

4 moduli Supervisione di 2 ore e mezzo **tot. 10 ore**

4 moduli Formazione asincrona di 2 ore e mezzo **tot. 10 ore**

- **presenza**

1 weekend intensivo 17 ore **tot. 17 ore**

Tirocinio (pratica supervisionata) **tot. 18 ore**

Autovalutazione **tot. 20 ore**

TOT: 100 ore

Costo del Master: € 80,00 Iscrizione e diritti di segreteria + € 850,00 quota corso

(Pagamento in due rate. La prima di €480,00 (400+80) all'atto dell'iscrizione e la seconda di €450,00 da versare entro il 16 Maggio).

Estremi per il bonifico. Intestazione: Ass. Aspic per la scuola. **Banca:** Unicredit

Agenzia: 30652 **IBAN:** IT 15 T02008 05179 000002990655

Causale: Master in Cibo e Salute 2022

PROGRAMMA

I MODULO MARTEDÌ 22 FEBBRAIO ORE 19.00-21.30

Primo cibo...Primo amore? Origini degli “stili” alimentari. Atteggiamenti educativo-relazionali protettivi della salute. Le manifestazioni di disagio alimentare-relazionale nell’infanzia.

II MODULO MARTEDÌ 08 MARZO ORE 19.00-21.30

Le condotte alimentari restrittive e disregolate: fattori comuni, riconoscimento precoce e interventi possibili. Il circuito “Emozioni e cibo”

III MODULO LUNEDÌ 21 MARZO ORE 19.00-21.30

Anoressia...Anoressie: caratteristiche emotive, cognitive, comportamentali e relazionali. Il processo motivazionale: cambiamento e resistenza nelle diverse fasi di cura.

IV MODULO LUNEDÌ 04 APRILE ORE 19.00-21.30

Il “peso” dei pensieri disfunzionali e l’autoinganno cognitivo, emotivo, corporeo.

Il lavoro con il perfezionismo clinico: psicoeducazione e sperimentazione delle alternative “imperfette”.

V MODULO MARTEDÌ 19 APRILE ORE 19.00-21.30

Bulimia Nervosa: strumenti e tecniche di intervento.

La gestione della disregolazione emotiva e del controllo degli impulsi: strumenti e tecniche di automonitoraggio, autoregolazione, autosostegno

VI MODULO LUNEDÌ 02 MAGGIO ORE 19.00-21.30

Strumenti e tecniche di assessment e valutazione diagnostica del disturbo e delle relazioni familiari

SABATO 14 - DOMENICA 15 MAGGIO WEEK END INTENSIVO IN PRESENZA

Sabato 14/5

Ore 9.30 - 13.30 Il cibo è la fiducia: il valore dell’attraversamento esperienziale. I laboratori creativi: i sensi del cibo.

Ore 14.30 - 18.30 Il dolore allo specchio: auto-narrazione dell’Identità Corporea tra desiderio e pericolo, contatto e perdita...

Domenica 15/5

Ore 9.30 - 13.30 Mindfulness e Immagine Corporea.

Ore 14.30 - 17.30 Counseling e psicopedagogia supportiva: competenze genitoriali e risorse della famiglia. Sperimentazione pratica e supervisione

VII MODULO LUNEDÌ 23 MAGGIO ORE 19.00-21.30

Aspetto fisico e stereotipi sociali: Introiezione acritica o libertà di essere (unici)?

Le prevenzioni possibili e la promozione della salute nel rapporto con il cibo, il peso e la corporeità.

VIII MODULO LUNEDÌ 06 GIUGNO ORE 19.00 – 21.30

Le diverse manifestazioni dell'alimentazione incontrollata: caratteristiche, sviluppo, comorbidità, interventi di fronteggiamento (introduzione all'uso di diari, autonarrazione, biblioterapia).

IX MODULO MARTEDÌ 14 GIUGNO ORE 19.00 – 21.30

Problemi di peso e obesità: la tutela della salute, la prevenzione dei rischi per la vita, la definizione di obiettivi SMART. Il processo motivazionale nell'obesità

X MODULO LUNEDÌ 27 GIUGNO ORE 19.00 – 21.30

Il peso e il corpo oltre l'ombra della dieta: cambiare le abitudini che cambiano la vita.

L'IO Obeso e il nutrimento del sé. L'alimentazione consapevole e il Mindful eating.

Moduli formazione asincrona

- 1. Progettazione e conduzione di gruppi psicoeducativi.**
- 2. Atteggiamenti e difficoltà interpersonali nei domini dell'alimentazione del peso e della corporeità**
- 3. Nutrirsi e nutrire il buonumore: le scelte alimentari come cura di sé**
- 4. Come aiutare una persona cara che soffre di un disturbo alimentare: il ruolo della famiglia nel mantenimento del disturbo, individuazione di strategie di fronteggiamento del disturbo**

Supervisione 1 – Lunedì 04 LUGLIO ore 19.00 – 21.30

Il lavoro in équipe. Sperimentazione di conduzione di gruppi psicoeducativi in video presenza.

Supervisione 2 - Martedì 05 LUGLIO ore 19.00-21.30

Sperimentazione di conduzione di gruppi psicoeducativi in video presenza.

Supervisione 3 - Lunedì 18 LUGLIO ore 19.00 – 21.30 Analisi di casi, attività dello sportello CIBO & SALUTE.

Sperimentazione di conduzione di gruppi psicoeducativi in video presenza.

Supervisione 4 – Lunedì 25 LUGLIO ore 19.00 – 21.30 Analisi di casi, attività dello sportello CIBO & SALUTE.

Sperimentazione di conduzione di gruppi psicoeducativi in video presenza (2)

Conclusione del master. Consegna attestati.

MASTER in Cibo e Salute

CALENDARIO 2022

1. Modulo	FEBBRAIO	<i>Martedì 22</i>	<i>19.00/21.30</i>
2. Modulo	MARZO	<i>Lunedì 07</i>	<i>19.00/21.30</i>
3. Modulo	MARZO	<i>Lunedì 21</i>	<i>19.00/21.30</i>
4. Modulo	APRILE	<i>Lunedì 04</i>	<i>19.00/21.30</i>
5. Modulo	APRILE	<i>Martedì 19</i>	<i>19.00/21.30</i>
6. Modulo	MAGGIO	<i>Lunedì 02</i>	<i>19.00/21.30</i>
<i>Intensivo in presenza</i>	MAGGIO	<i>Sabato 14 - Domenica 15</i>	<i>09.00/18.30</i>
7. Modulo	MAGGIO	<i>Lunedì 23</i>	<i>19.00/21.30</i>
8. Modulo	GIUGNO	<i>Lunedì 06</i>	<i>19.00/21.30</i>
9. Modulo	GIUGNO	<i>Martedì 14</i>	<i>19.00/21.30</i>
10. Modulo	GIUGNO	<i>Lunedì 27</i>	<i>19.00/21.30</i>
<i>Supervisione 1</i>	LUGLIO	<i>Lunedì 04</i>	<i>19.00/21.30</i>
<i>Supervisione 2</i>	LUGLIO	<i>Martedì 05</i>	<i>19.00/21.30</i>
<i>Supervisione 3</i>	LUGLIO	<i>Lunedì 18</i>	<i>19.00/21.30</i>
<i>Supervisione 4</i>	LUGLIO	<i>Lunedì 25</i>	<i>19.00/21.30</i>

ATTESTATO

A conclusione del percorso formativo, dello svolgimento del tirocinio e con il superamento delle verifiche viene rilasciato l'attestato di frequenza al

Master in CIBO e SALUTE:
interventi di prevenzione e cura nei disturbi dell'alimentazione, del peso e dell'immagine corporea

La conclusione di tutte le attività previste consente l'inserimento nello staff dello Sportello di Ascolto Motivazionale (SAM) Cibo & Salute e nell'elenco professionisti ASPIC Alimentazione.