

ASPIC per la Scuola Formazione e servizi per la comunità **Master in Disturbi del comportamento alimentare. Cibo e Salute - Online, Roma**

Online: per info tel 06.51435434

www.aspicperlascuola.it

Interventi di prevenzione e sostegno alla cura di alimentazione, peso e immagine corporea
Training intensivo teorico-pratico in *blended learning*

Durata: 100 ore per *Psicologi* e 70 per non *Psicologi*

Nuova edizione **Autunno 2025**

Presentazione

Il Master agevola e promuove lo sviluppo della pratica del Counseling come strumento e processo trasversale per professionalità e approcci teorici diversi relativi a problematiche alimentari.

Il Master si articola in incontri in *videopresenza sincrona* che si svolgono in orario serale + un *weekend formativo intensivo in presenza* presso la sede di Roma.

La partecipazione ai moduli proposti consente di approfondire i risultati più recenti della ricerca nel campo della **nutrizione** e del **disagio alimentare** focalizzandosi sui fattori connessi alle relazioni tra **stress, cibo, emozioni e corporeità**.

La formazione facilita la trasmissione di abilità di **progettazione** nella prevenzione primaria, secondaria e terziaria e l'utilizzo di procedure personalizzate di **intervento** di provata efficacia. Si agevola infine l'assunzione di un'ottica di **ricerca interdisciplinare integrata** che promuove atteggiamenti educativi e culturali, informazione e orientamento, aperti alle nuove conoscenze e alle evidenze scientifiche nel campo della nutrizione e dell'alimentazione.

Data la complessità, la delicatezza e l'attualità dei temi trattati *ASPIC per la Scuola* offre la possibilità di frequentare il Master a diversi livelli di approfondimento in base al proprio interesse e alla formazione di provenienza.

Sono inoltre previsti dei momenti formativi rivolti a familiari e a chi volesse imparare ad essere d'aiuto a persone care che soffrono di problemi alimentari.

Obiettivi

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**.

Destinatari

Psicologi e professionisti/operatori impegnati nella prevenzione, nell'educazione e nella riabilitazione delle patologie alimentari, del peso e dell'immagine corporea, team di operatori del settore e chiunque sia interessato anche personalmente a queste tematiche.

Direzione

Enrichetta Spalletta

Durata

Gli **Psicologi** e gli **Psicoterapeuti** possono frequentare l'intero percorso (100 ore).

I **Counselor** e i **professionisti del settore** possono frequentare il percorso fatta eccezione per le parti riservate agli Psicologi e Psicoterapeuti (70 ore).

I **familiari** possono frequentare il primo incontro.

Programma

I modulo ore 19.00-21.30 (aperto anche ai genitori)

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

II modulo 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 ore 19.00-21.30 (*solo per Psicologi e Psicoterapeuti*)

Anoressia... Anoressie: caratteristiche emotive, cognitive, comportamentali e relazionali.

Il processo motivazionale: cambiamento e resistenza nelle diverse fasi di cura.

IV modulo 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 ore 19.00-21.30 (*solo per Psicologi e Psicoterapeuti*)

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 ore 19.00-21.30 (*solo per Psicologi e Psicoterapeuti*)

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

Weekend intensivo a Roma

Sabato

Ore 09.30-13.30: 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

Ore 09.30-13.30: Mindfulness e Immagine Corporea.

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

Sperimentazione pratica e supervisione (*solo per Psicologi e Psicoterapeuti*).

VII modulo 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 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 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 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.

XI modulo ore 19.00-21.30

L'alimentazione consapevole e il Mindful eating.

Moduli di supervisione

Ore 19.00-21.30

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

Ore 19.00-21.30

Sperimentazione di conduzione di gruppi psicoeducativi in video presenza.

Ore 19.00-21.30

Analisi di casi, attività dello Sportello Cibo & Salute.

Sperimentazione di conduzione di gruppi psicoeducativi in video presenza.

Conclusione del Master / Consegna Attestati.

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.

Modalità di iscrizione

Per informazioni e iscrizioni contattare la segreteria ASPIC al numero 06.51435434.

Attestato

Per Psicologi e Psicoterapeuti:

Master in Cibo & Salute: interventi di prevenzione e cura nei disturbi dell'alimentazione, del peso e dell'immagine corporea

Inserimento nello staff dello Sportello di Ascolto Motivazionale (SAM) Cibo & Salute e nell'elenco professionisti ASPIC Alimentazione.

Per non Psicologi:

Master in Cibo & Salute: interventi di prevenzione e sostegno alla cura, di alimentazione, peso e immagine corporea

Inserimento nello staff dello Sportello Cibo & Salute.

Costi

Formazione per Psicologi e Psicoterapeuti (100 ore): € 930 IVA inclusa + € 80 di iscrizione

Formazione per professionisti della relazione d'aiuto (70 ore): € 800 IVA inclusa + € 80 di iscrizione

Possibilità di rateizzazione