

Ateneo Formazione Multidisciplinare Corso di alta formazione in Training Autogeno - Online

Online: per info tel 0332.1888184

www.uniateneo.it

Durata: 6 giornate (16 ore)

Periodo di svolgimento: **Marzo - Maggio 2025**

Obiettivi

- Imparare a condurre e a gestire il protocollo di Training Autogeno.
- Potenziare le competenze nell'ambito delle pratiche di rilassamento autoindotte.

Sbocchi professionali

Al termine del Corso i partecipanti possono organizzare **gruppi di Training Autogeno** in ambito pubblico e privato.

Il Training Autogeno è un'importante tecnica di rilassamento in ambito di recupero del benessere e utile strumento di integrazione in collaborazione con altri operatori in ambito clinico e nella Psicologia del benessere.

Destinatari

Il **Corso di alta formazione in Training Autogeno** è rivolto agli Operatori del benessere (Psicologi, Operatori olistici, Naturopati, Coach, Counselor, Personal trainer e a tutte le professioni sanitarie).

Responsabile scientifico e docente del Corso

Dott. *Romeo Barbieri*

Metodologia

Il Corso si svolge in modalità **webinar live** tramite piattaforma dedicata, che consente l'interazione con il docente e gli altri studenti.

Programma

I giornata: 15 Marzo 2025 (ore 09:30-13:00)

- Epistemologia del Training Autogeno, fattori neurofisiologici PNEI, setting e conduzione

II giornata: 17 Marzo 2025 (ore 18:00-20:00)

- Prerequisiti, testing preliminare, esercizi propedeutici di induzione alla calma

III giornata: 24 Marzo 2025 (ore 18:00-20:30)

- Teoria ed esercizio della pesantezza - Teoria ed esercizio del calore

IV giornata: 7 Aprile 2025 (ore 18:00-20:00)

- Teoria ed esercizio del cuore - Teoria ed esercizio del respiro

V giornata: 24 Aprile 2025 (ore 18:00-20:30)

- Teoria ed esercizio del plesso solare - Teoria ed esercizio della testa: fronte fresca e spalle/nuca

VI giornata: 17 Maggio 2025 (ore 09:30-13:00)

- Inquiry delle esperienze precedenti, esercizi di conduzione dei partecipanti

Accreditamenti

- Ministero della Salute
- **24 crediti ECM** (ID 424587)

Modalità di iscrizione

Per ulteriori informazioni e iscrizioni contattare la segreteria Ateneo al numero 0332.1888184.

Attestato

A chi frequenta almeno l'80% delle lezioni e supera il test finale, viene rilasciato l'Attestato di ***Operatore di Training Autogeno***.

Costi

Il costo del Corso è di € 490 + IVA.

Possibilità di rateizzazione personalizzata