

C.I.S.S.P.A.T.  
Centro Italiano per lo Studio e lo Sviluppo della Psicoterapia a Breve Termine  
**Corso di Psicoprofilassi Autogena alla Maternità - Padova**

Padova: P.zza De Gasperi, 41 - 049.650861  
[www.cisspat.edu](http://www.cisspat.edu)

Durata: **4 incontri** (40 ore)

### Obiettivi

Il CISSPAT ritiene che l'obiettivo del Corso non debba esaurirsi nel semplice apprendimento di una tecnica di rilassamento per affrontare il parto, ma debba consentire di **realizzare una preparazione più globale sia della madre che del padre.**

È per questi motivi che la formazione degli Operatori rappresenta un momento particolarmente delicato e importante finalizzato anche all'**acquisizione della sensibilità** verso le problematiche, le difficoltà e i sentimenti presentati (in maniera più o meno manifesta) dalla gestante.

Questa impostazione in chiave psicologica conduce alla necessità da parte degli operatori-istruttori di controllare completamente le proprie emozioni; l'operatore deve essere in grado di padroneggiare con sufficiente competenza e capacità la tecnica del **Training Autogeno di base di Schultz**, di cui la Psicoprofilassi Autogena alla Maternità non è che una delle tante applicazioni, per favorire nella gestante il cambiamento del proprio ritmo di vita, la **presa di coscienza** del proprio ruolo di madre, l'avvento di tutta una serie di modificazioni psicofisiche oltre allo smorzamento della risonanza emotiva e la deconnessione del tono neurovegetativo.

### Destinatari

Il Corso è rivolto a *Psicologi, Psicoterapeuti, Medici e Ostetriche.*

### Sede di svolgimento

**Padova:** presso C.I.S.S.P.A.T. - Piazza De Gasperi, 41.

### Durata

Il Corso si articola in **4 incontri** (sabato ore 8.30-13.30/14.30-19.30) per complessive 40 ore.

### Programma

#### Parte teorica

- Presentazione dei partecipanti: motivazioni, obiettivi, ambiti di intervento, ...
- Storia della Psicoprofilassi: *gravidanza e parto nel corso dei secoli: cultura, tradizioni, metodi (a casa e in ospedale). Pratiche adottate in Francia, Usa, Cina e Russia.*
- Corsi e principali metodi utilizzati: *G.D. Read, Odent, Lamaze, Leboyer, Scuola russa. Tecniche naturali per il parto e posizioni (da seduta, supina, in acqua, ...)*
- **Psicologia della donna:** ruolo e vissuti della madre: ansie, paure, fragilità, aspettative; modificazioni del corpo; timore di non riconoscersi: prima, durante, dopo, alterazioni dal punto di vista fisico e psicologico; paura del dolore e del parto: timore dell'ignoto e della morte. Il dolore dal punto di vista psicologico e fisiologico. Cambiamenti nella relazione con il partner e del rapporto di coppia. Evoluzione della famiglia: da coppia a genitori. Rappresentazioni materne in gravidanza: simulazioni e laboratori esperienziali con tecniche di arteterapia (disegno, movimento, espressione corporea, ...). Istinto materno: esiste? non esiste? Fantasie, aspettative, sensorialità, sogni. Lo

sviluppo psicosessuale della donna in gravidanza: timori, desideri, aspettative. La sessualità in gravidanza: vissuti della donna, dell'uomo e della coppia. Accoglienza del neonato.

- **Psicologia dell'uomo:** il ruolo del padre: gli aspetti psicologici della paternità, l'essere messo su un "piano diverso"; la condivisione della maternità, l'uomo "incinto"; il coinvolgimento del padre nel percorso di nascita del figlio. Il rapporto di coppia dal punto di vista maschile. Istinto paterno: esiste? non esiste? Fantasie, sogni, desideri, aspettative.

- **Coppia genitoriale:** l'affettività nella coppia: vicinanza, complicità, rassicurazione, stima. Sessualità in gravidanza nel percorso di nascita. Il messaggio dei genitori al bambino: in grembo e dopo la nascita. La funzione genitoriale nei primi mesi di vita.

- **È arrivato un bebè:** prime cure al neonato (allattamento, posizioni e massaggio). Crescita fisiologica, maturazione psichica, relazione affettiva.

- **Post-partum:** timori della neo mamma (senso di inadeguatezza; sentirsi una "cattiva mamma"). Depressione post-natale: bisogno di sostegno, collaborazione e alleanza familiare. Importanza e ruolo dei nonni.

### **Approfondimenti specifici**

- Aspetti fisiologici della gravidanza e del parto. Prevenzione e gestione delle disfunzioni del pavimento pelvico femminile. Educazione perineale. Elementi di neurofisiologia del dolore.

- Travaglio. I periodi del parto fisiologico. La gravidanza.

L'alimentazione. Il parto (naturale, cesareo, con epidurale, anestesia). Igiene. Allattamento.

Preparazione psicofisica e organizzativa del travaglio e dell'espulsione. Andamento delle contrazioni uterine.

### **Parte pratica**

- Il Training Autogeno di J.H. Schultz: concetti fondamentali (concentrazione passiva, commutazione autogena). Le 3 posizioni. Vissuto di calma. Il protocollo.

- Presentazione dei 6 esercizi di base o somatici. Formule. Ripresa.

- Dal Training Autogeno alla Psicoprofilassi Autogena alla Maternità col metodo RAT (Training Autogeno Respiratorio) di Piscicelli e di V. Sbriglio. Adattamenti del metodo alla situazione specifica.

La parte pratica si svolgerà seguendo la successione delle lezioni e dei contenuti così come gli operatori la propongono alle gestanti nei corsi di Psicoprofilassi al Parto.

### **Accreditamento**

Il Corso conferisce **50** crediti ECM.

### **Modalità di iscrizione**

*Per ulteriori informazioni e iscrizioni* contattare la segreteria del C.I.S.S.P.A.T. al numero 049.650861.

### **Attestati**

Sono rilasciati **Attestato di formazione al Corso di Operatore per la Psicoprofilassi Autogena alla Maternità** e **Attestato ECM**.

### **Costi**

Il costo del Corso è di € 550 + IVA (con ECM: € 580 + IVA).