

Istituto A.T. Beck
Terapia Cognitivo Comportamentale
Corso: 'Wired to connect: un approccio polivagale alla vita' - Online

Roma: Via Gioberti, 54 - tel 06.44703820
www.istitutobeck.com

Durata: 12 incontri in videoconferenza su Zoom
Inizio: giovedì **9 Ottobre 2025** ore 10:00-12:30

Presentazione gratuita: giovedì **18 Settembre 2025** ore 10:00-11:30

Presentazione

Un percorso formativo unico e validato, teorico e soprattutto pratico, pensato per Psicologi, Psicoterapeuti e chiunque desideri imparare a riconoscere e modulare i propri stati autonomici: un viaggio chiaro e concreto nella **Teoria Polivagale**, arricchito da illustrazioni, schede di lavoro e strumenti immediatamente trasferibili nella clinica e nella vita quotidiana.

Obiettivi

Wired to connect è un percorso di apprendimento pensato per coinvolgere tutte le dimensioni dell'esperienza del partecipante.

Alla comprensione teorica si affianca il fare per capire: l'elemento esperienziale è imprescindibile.

Il Corso mira a costruire, attraverso azioni concrete, la capacità di **dialogare in modo consapevole con il proprio sistema nervoso**.

I partecipanti al Corso apprendono a:

- condurre gruppi o percorsi individuali utilizzando il programma *Wired to connect* in modo strutturato
- conoscere più a fondo il proprio sistema nervoso e il modo in cui risponde ai segnali di pericolo o di sicurezza, generando risposte fisiologiche che influenzano la mente e il corpo e spiegare queste conoscenze ai pazienti attraverso il materiale pratico
- riconoscere e mappare i propri stati di attivazione autonoma e le risposte di immobilizzazione, attacco o connessione per favorire la regolazione emotiva e una maggiore qualità di presenza nella vita quotidiana
- utilizzare strumenti polivagali esperienziali come mappe, respiri, suoni e movimenti per sostenere la regolazione e il senso di sintonizzazione con se stessi e con gli altri
- consolidare quanto appreso grazie alla **Giornata Polivagale della Sicurezza e della Connessione**, un momento esperienziale per ripercorrere tutto il programma, aggiungere nuove pratiche e coltivare la connessione autentica

Durata

Il Corso si articola in **12 incontri**, strutturati in modo progressivo: ogni modulo si basa sul precedente, alternando *spiegazioni teoriche, esercizi esperienziali e materiali multimediali*.

Programma

I incontro: 9 Ottobre 2025

Il proprio sistema nervoso autonomo: una storia che parte da lontano

II incontro: 16 Ottobre 2025

I principi cardine della Teoria Polivagale

III incontro: 23 Ottobre 2025

Luci, ombre e ponti

IV incontro: 29 Ottobre 2025

Le risorse personali

V incontro: 6 Novembre 2025

Il freno vagale

VI incontro: 13 Novembre 2025

Regolare il proprio sistema nervoso: il respiro

VII incontro: 20 Novembre 2025

Approfondiamo la pratica: varianti di respiro

VIII incontro: 27 Novembre 2025

Regolare il proprio sistema nervoso: il suono

IX incontro: 4 Dicembre 2025

Approfondiamo la pratica: varianti di suono

X incontro: 11 Dicembre 2025

Approfondiamo la pratica: il movimento

XI incontro: 18 Dicembre 2025

Un ponte tra quanto appreso e la propria quotidianità: le tips polivagali

XII incontro: 20 Dicembre 2025

Giornata Polivagale della Sicurezza e della Connessione

(in modalità mista, online e in presenza presso la sede dell'Istituto A.T. Beck - Via Gioberti, 54 - Roma)

Al termine di ogni incontro vengono fornite dispense, slide, materiali video e audio per gli homework. Ogni partecipante riceve una copia del manuale *La Teoria Polivagale in pratica. Wired to connect* (Erickson, seconda edizione).

Docente

Dott.ssa Antonella Montano

Accreditamenti

Riconosciuti **30 crediti ECM**.

Modalità di iscrizione

Per ulteriori informazioni e iscrizioni contattare l'Istituto al numero 06.44703820.

Attestato

Al termine del Corso viene rilasciato l'**Attestato di formazione**.

Costi

Il costo del Corso è di € 491,80 + IVA.

Possibilità di rateizzazione