



CPA

Centro Psicoterapia Applicata

Lic. psic. Luca Fongaro

GLN: 7601001541849 RCC: D872421

1ª Edizione

Workshop Introduttivo:

"Il Training Autogeno: Uno Strumento Pratico per la Medicina Psicosomatica"

Contesto e Obiettivo

Il panorama della medicina psicosomatica evidenzia la crescente necessità di strumenti concreti e pratici per supportare i pazienti nella gestione di stress, ansia, sintomi psicosomatici ecc.. Questo workshop introduttivo è pensato per offrire ai medici una prima comprensione sulle potenzialità del Training Autogeno (TA) come tecnica efficace e integrabile nella pratica clinica quotidiana.

A Chi è Rivolto

Il workshop è specificamente pensato per:

- Medici specializzati o specializzandi in medicina psicosomatica e psicosociale.

Contenuti

Durante il workshop, i partecipanti esploreranno:

1. Introduzione al Training Autogeno: Cosa è il TA, le sue basi psicofisiologiche e perché è uno strumento scientificamente validato.
2. Applicazioni Cliniche in Sintesi: Cenni sulle principali aree di applicazione del TA nella pratica medica e psicologica (gestione dello stress, ansia, disturbi psicosomatici, supporto nella depressione, ecc.).
3. Esperienza pratica guidata: Breve spiegazione e esperienza pratica guidata di un esercizio del TA (primo esercizio di base).
4. Sessione Q&A: Analisi dei vissuti, domande e chiarimenti.

Benefici per i Partecipanti

Al termine del workshop, i partecipanti avranno:

- Un'introduzione chiara e pratica a una tecnica efficace.
- Una comprensione del potenziale del TA come strumento integrativo nel trattamento dei loro pazienti.
- L'opportunità di aderire ad un successivo percorso formativo completo per l'applicazione clinica del TA.

Modalità e Costi

- Durata: inizio previsto ore 18:30, conclusione prevista ore 20:00, a seguire catering e attestato di partecipazione.
- Costo: 20 CHF a partecipante (in loco)
- Numero partecipanti: max 15
- Sede: Sala riunioni Casa Comunale di Giubiasco, Piazza Grande 1, 6512 Giubiasco.
- Data: 05.12.2025, è necessaria l'iscrizione via email: info@cpa-ti.ch entro il 10.11.2025

Relatore: Lic. psic. Luca Fongaro, Psicologo e Psicoterapeuta ATP FSP, Professore Universitario a contratto, Membro di Comitato Ti-Psiso.

Lic. psic. Luca Fongaro
Psicologo ATP FSP
Specializzato in psicoterapia FSP
Psicoterapeuta riconosciuto a livello federale

Via Borghetto 1C, 6512 Giubiasco

Segreteria 091 229 68 97

info@cpa-ti.ch

www.cpa-ti.ch