



ApertaMenteWeb

Provider Nazionale FAD Albo Nazionale n. 4961
Via Alida Valli, 19 – 00138 Roma
info@ecmfad.com
Piattaforma e-learning accreditata: ECMFAD.com

Programma del FAD “INTRODUZIONE AGLI APPROCCI BOTTOM UP” Audiocorso

Attivo dal 1/1/2025 al 31/12/2025

Direttori scientifici Cecilia la Rosa e Antonio Onofri

Presentazione dell'opera

Quando usare le tecniche corporee in psicoterapia? Quali tecniche usare?

Gli approcci bottom-up in psicoterapia rappresentano un insieme di tecniche e modelli che si concentrano sull'elaborazione delle esperienze attraverso il corpo, le emozioni e il sistema nervoso, anziché partire esclusivamente dai processi cognitivi o razionali (top-down). Questi approcci sono particolarmente utili per trattare traumi, stress cronico, disturbi dissociativi e altre condizioni che coinvolgono il sistema nervoso autonomo e la regolazione emotiva.

L'audiocorso "Introduzione agli approcci bottom up" è un corso di formazione per psicoterapeuti e professionisti del settore che vogliono approfondire le tecniche e le strategie terapeutiche bottom up, ovvero quelle che partono dal livello corporeo e sensoriale per poi arrivare a un'elaborazione cognitiva ed emotiva. Questo approccio, sempre più utilizzato in psicoterapia, consente di lavorare sulle esperienze traumatiche e non e sui sintomi associati in modo più efficace, accelerando il percorso di guarigione e migliorando la qualità della vita dei pazienti.

Durante il corso verranno approfondite le teorie alla base degli approcci bottom up e saranno presentate le diverse tecniche utilizzate per la stabilizzazione dei sintomi, tra cui il grounding e la respirazione. Saranno poi analizzati gli esercizi di stabilizzazione dei confini, e l'installazione delle risorse.

Il corso prevede anche una parte dedicata all'introduzione della mindfulness e degli esercizi di self compassion, oltre ad introdurre l'EMDR e la psicoterapia sensomotiva, due tecniche sempre più diffuse in campopsicoterapeutico.

Il corso si sviluppa in **38 ore** di formazione. Il corso eroga n. **50 (cinquanta) ECM**.

I Legali Rappresentanti
Cecilia La Rosa e Antonio Onofri

Roma, 12 Dicembre 2024



ApertaMenteWeb

Provider Nazionale FAD Albo Nazionale n. 4961
Via Alida Valli, 19 – 00138 Roma
info@ecmfad.com
Piattaforma e-learning accreditata: ECMFAD.com

Caratteristiche principali degli approcci bottom-up

Centrati sul corpo: l'obiettivo è aiutare i pazienti a riconoscere, regolare ed elaborare le sensazioni corporee associate alle esperienze traumatiche.

Si lavora sulla consapevolezza somatica, spesso usando tecniche come il body scan, il rilassamento muscolare progressivo o il movimento consapevole.

Accesso diretto al sistema nervoso autonomo: questi approcci intervengono direttamente su meccanismi neurofisiologici, come il sistema nervoso simpatico (lotta o fuga) e parasimpatico (riposo e digestione).

Tecniche di regolazione come la respirazione diaframmatica o esercizi di grounding aiutano a riequilibrare le risposte corporee disregolate.

Elaborazione emozionale e memoria implicita: i traumi spesso restano intrappolati nella memoria implicita (non verbale), ed è necessario lavorare su livelli profondi di consapevolezza per favorire l'elaborazione e l'integrazione. Metodi come l'EMDR (Eye Movement Desensitization and Reprocessing) combinano stimoli bilaterali per facilitare questa elaborazione.

Coinvolgimento relazionale: la sicurezza nella relazione terapeutica è cruciale per esplorare e modificare le risposte emotive e corporee disfunzionali.



ApertaMenteWeb

Provider Nazionale FAD Albo Nazionale n. 4961
Via Alida Valli, 19 – 00138 Roma
info@ecmfad.com
Piattaforma e-learning accreditata: ECMFAD.com

PROGRAMMA DEL CORSO E DOCENTI

1. Terapie top down e terapie bottom up. Quando introdurre le tecniche bottom up in psicoterapia → Docente Cecilia La Rosa
2. Il trauma e il ruolo delle tecniche bottom up → Docente Antonio Onofri
3. Le tecniche di stabilizzazione dei sintomi: Il grounding e la respirazione → Docente Marta Lepore
4. Le tecniche immaginative in psicoterapia → Docente Antonella Centonze
5. Introduzione all'uso della mindfulness. Esercizi di meditazione: body scan, mindful eating, meditazione della montagna → Docente Cecilia La Rosa
6. Il concetto di risorse e la installazione delle risorse → Docente Cecilia La Rosa
7. Il concetto di confini in psicoterapia. Esercizi bottom up sui confini → Docente Maria Giuseppina Mantione
8. Introduzione alla Psicoterapia Sensomotoria → Docente Cecilia La Rosa
9. Introduzione all'EMDR: cenni sui protocolli → Docente Paola Castelli Gattinara
10. La Compassion Therapy → Docente Fabrizio Didonna
11. Gli approcci corporei alla dissociazione strutturale → Docente Giovanni Tagliavini
12. Le tecniche bottom up in età evolutiva → Docente Annarita Verardo

La presente FAD è dedicata a medici (psichiatri, psicoterapeuti, neurologi, neuropsichiatri infantili), psicologi (psicologi e psicoterapeuti), educatori, infermieri e assistenti sanitari

I Legali Rappresentanti
Cecilia La Rosa e Antonio Onofri

Roma, 12 Dicembre 2024



ApertaMenteWeb

Provider Nazionale FAD Albo Nazionale n. 4961
Via Alida Valli, 19 – 00138 Roma
info@ecmfad.com
Piattaforma e-learning accreditata: ECMFAD.com

Responsabili scientifici e docenti

NOME COGNOME	PROFESSIONE	DISCIPLINA	ENTE APPARTENENZA/ LIBERA PROFESSIONE	DI	DESCRIZIONE ATTIVITA' PROFESSIONALE /FORMATIVA
Cecilia La Rosa	Medico Chirurgo	Psichiatria	Centro Sanctis	Clinico De	Responsabile Scientifico e Docente
Antonio Onofri	Medico Chirurgo	Psichiatria	Centro Sanctis	Clinico De	Responsabile Scientifico e Docente
Marta Lepore	Psicologo	Psicoterapia	Centro Sanctis	Clinico De	Docente
Antonella Centonze	Psicologo	Psicoterapia	Centro di Terapia Metacognitiva Interpersonale		Docente
Giuseppina Mantione	Psicologo	Psichiatria/Psicoterapia	Associazione ARPAS		Docente
Paola Castelli Gattinara	Psicologo	Psichiatria/Psicoterapia	Centro Sanctis	Clinico De	Docente
Fabrizio Didonna	Psicologo	Psichiatria/Psicoterapia	Università di Padova		Docente
Giovanni Tagliavini	Medico Chirurgo	Psichiatria	Scuola Integrata	Psicoterapia	Docente
Anna Rita Verardo	Psicologo	Psicoterapia	EMDR Italia		Docente

I Legali Rappresentanti
Cecilia La Rosa e Antonio Onofri

Roma, 12 Dicembre 2024