



Scuola di Psicoterapia
Mara Selvini Palazzoli
Milano - Brescia - Torino - Mendrisio

Quando la notte fa luce a troppi pensieri: terapia non farmacologica per l'insonnia attraverso un approccio sistemico integrato

LORENA MALTEMPI

Laboratorio di 5 ore
sabato 27 novembre 2021
Ore 10-16

PROGRAMMA

L'insonnia è una condizione molto diffusa, frequentemente associata ad altri disturbi, a capo della lista troviamo quelli d'ansia e il disturbo post traumatico da stress. Circa un terzo della popolazione ha presentato, almeno una volta nella vita, un disturbo del sonno e tra questi il 10% ha presentato sintomi di insonnia.

L'obiettivo del workshop è dare uno spazio specifico a questo segnale d'allarme, descrivendone gli assunti teorici di base e le strategie d'intervento in un'ottica sistemica integrata con la terapia cognitivo comportale e l'approccio rogersiano.

Verrà dato spazio anche al sonno in ambito evolutivo.

Il laboratorio sarà condotto in modo attivo, attraverso esercizi, esercitazioni su casi clinici e presentazione di casi magistrali, per permettere ai partecipanti di riproporre gli strumenti appresi nella propria pratica clinica.

LORENA MALTEMPI

Psicologa, sessuologa e psicoterapeuta ad indirizzo sistemico familiare. Lorena, oltre ad essere specializzata nella terapia individuale e di gruppo per i disturbi d'ansia, ha approfondito i disturbi del sonno nei bambini e negli adulti.

Ha, inoltre, un'esperienza ultra decennale in terapia di coppia, con formazione specifica in sessuologia e in mediazione dei conflitti. Dopo anni di terapia di famiglie con bambini, e' vicepresidente dell'Associazione Centri per l'Adozione Mara Selvini Palazzoli. Abilitata all'uso dell'EMDR, e' conosciuta sul territorio di Monza e Brianza per l'attivazione di progetti nelle scuole dell'infanzia per bambini, insegnanti e genitori. A seguito di un interesse per le tematiche LGBT+, ha conseguito un master specialistico ed è membro del consiglio direttivo di SIPSIS (Società Italiana di Psicoterapia per lo Studio delle Identità Sessuali). Dopo diversi anni di collaborazione con i servizi consultoriali territoriali, ha scelto da alcuni anni di esercitare esclusivamente la libera professione in studio privato, pur mantenendo una rete attiva con enti e servizi territoriali.

INFORMAZIONI GENERALI

Il laboratorio si terrà il 27 novembre dalle ore 10 alle 16 in modalità e-learning su piattaforma ZOOM; il link verrà inviato agli iscritti il giorno prima. Inoltre sarà possibile ricevere la registrazione del laboratorio a partire da lunedì 29 novembre: il link avrà la durata di 7 giorni.

Il costo è di 49 euro; per gli specializzati della Scuola MSP è di 40 euro. Per iscriversi inviare una mail a info@scuolamaraselvini.it con allegata la scheda di iscrizione compilata e copia avvenuto bonifico. Il pagamento dovrà essere effettuato entro giovedì 25 novembre con bonifico Mara Selvini Palazzoli srl IT40Z0200801614000005386016

Per pagamenti dall'estero vi preghiamo di utilizzare il canale PayPal: l'account della Scuola Mara Selvini Palazzoli è info@scuolamaraselvini.it