



UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI PERUGIA

DIPARTIMENTO DI SPECIALITÀ MEDICO-CHIRURGICHE E SANITÀ PUBBLICA
SEZIONE CENTRO SPERIMENTALE PER L'EDUCAZIONE SANITARIA, ORGANIZZAZIONE E PROGRAMMAZIONE SANITARIA,
EPIDEMIOLOGIA AMBIENTALE
via del giochetto, 6 - 06126 Perugia - tel. 075 585.7354-55 – Fax 075 585.7361
www.unipg.it/csesi - P. IVA n. 00448820548

**“IL COUNSELING NUTRIZIONALE: TECNICHE DI COMUNICAZIONE PER PROMUOVERE IL
CAMBIAMENTO DEI COMPORTAMENTI ALIMENTARI”**

Perugia, 10 -13 Novembre 2008
*Centro Sperimentale per l'Educazione Sanitaria,
Sede didattica, Via Enrico dal Pozzo ex- Villa Massari*

Premessa

Le **tecniche di counseling** sono uno strumento particolarmente qualificato per la conduzione di colloqui con persone che necessitano di cambiare uno o più aspetti dei loro comportamenti di salute. Il **counseling** è un processo di dialogo attraverso il quale il consulente aiuta il consultante a valutare i suoi comportamenti, a formulare strategie realistiche e personalizzate per la modifica dei comportamenti a rischio e a ridurre il disagio emotivo creato dal cambiamento. E' un metodo che permette il passaggio, nella relazione tra sanitario e utente, da una comunicazione di tipo esplicativo- affermativo ad una comunicazione di tipo interrogativo-esplorativo, per arrivare a ipotesi di soluzione elaborate dalla persona che vuole risolvere una situazione di malessere o ha la necessità di ricercare un nuovo equilibrio attraverso l'assunzione di nuovi comportamenti.

IL CORSO affronta, dal punto di vista teorico-pratico, la conduzione dei colloqui motivazionali attraverso le tecniche di base del **counseling**, con particolare riferimento al **counseling nutrizionale**: costruzione della relazione, ascolto attivo, empatico e non-direttivo, facilitazione, formulazione delle domande, esplorazione dei problemi, messa in discussione e cambiamento, riassunto – riformulazione – parafrasi, rispecchiamento, azione.

Obiettivi del corso

- Conoscere i diversi modelli teorici del **counseling** e i rispettivi campi di applicazione
- Apprendere i meccanismi di inculturazione dell'alimentazione e del corpo dal punto di vista antropologico

- Acquisire competenze rispetto al concetto di **corpo abitato** e sperimentare la gestione del proprio corpo nel processo di comunicazione e relazione
- Apprendere le basi del **counseling** e le sue tecniche: scambio d'informazioni, formulazione delle domande, riassunto, parafrasi, messa in discussione, riflessione, costruzione della motivazione al cambiamento
- Sperimentare la gestione di colloqui d'aiuto con le tecniche del **counseling**
- Apprendere i contenuti teorici e pratici della **Programmazione Neuro Linguistica**
- Sperimentare le strategie operative del **counseling** per: fornire informazioni, supportare nella crisi, ricercare la soluzione di problemi, favorire il processo decisionale
- Apprendere il concetto di dissonanza cognitiva e collegarlo alle resistenze al cambiamento
- Conoscere i meccanismi della efficace costruzione di un obiettivo secondo la **PNL**
- Conoscere, dal punto di vista dell'**antropologia medica**, i fenomeni di salute/malattia.
- Apprendere l'uso del counseling nella concordanza ai trattamenti terapeutici

Contenuti

- Il **counseling** e le sue diverse applicazioni
- I processi di inculturazione e di uso del corpo
- Il corpo abitato
- **Tecniche di counseling**: informare, riassumere, parafrasare, riflettere, mettere in discussione, abilitare al cambiamento
- La Programmazione Neuro Linguistica e il suo uso nel colloquio motivazionale
- La Dissonanza Cognitiva
- Tecniche di riformulazione
- La costruzione di un obiettivo
- La malattia cronica
- La concordanza ai trattamenti terapeutici

Metodologia

Lezioni partecipate, lezioni magistrali, lavori di gruppo, discussioni guidate, *role playing*, esercitazioni pratiche, esercizi di tecniche corporee mutuati dalla danza movimento terapia utili a far apprendere ai partecipanti la lettura della propria comunicazione non verbale e paraverbale e a saperla gestire nelle relazioni con gli utenti, visione e analisi di *CD rom* didattici.

**“IL COUNSELING NUTRIZIONALE: TECNICHE DI COMUNICAZIONE PER PROMUOVERE IL
CAMBIAMENTO DEI COMPORTAMENTI ALIMENTARI”**

Programma

Lunedì, 10 Novembre 2008

h. 9.00-10.00	Lezione Magistrale: <i>“Il counseling nutrizionale: definizioni, modelli teorici e campi applicativi”</i>
h. 10.00-11.00	Esercitazione pratica. Esecuzione diretta da parte di tutti i partecipanti di attività pratiche o tecniche
h. 11.00-12.00	Lezione Magistrale <i>“Il cibo e il suo valore simbolico e culturale: la lettura antropologica dei comportamenti alimentari”</i>
h. 12.00-12.30	Esercitazione pratica individuale. Esecuzione diretta da parte di tutti i partecipanti di attività pratiche o tecniche
h. 12.30-13.00	Presentazione e discussione delle esercitazioni svolte individualmente in grande gruppo
h. 14.00- 15.00	Lezione Magistrale: <i>“Il corpo abitato: le implicazioni della comunicazione non verbale nel colloquio motivazionale”</i>
h. 15.00-16.30	Esercitazione pratica. Esecuzione diretta da parte di tutti i partecipanti di attività pratiche o tecniche
h. 16.30- 17.00	Discussione con Esperti

Martedì, 11 Novembre 2008

h. 9.00-10.00	Lezione Magistrale: <i>“Formulare domande, riassumere, parafrasare, rispecchiare: tecniche di counseling”</i>
h. 10.00-11.00	Esercitazione pratica. Esecuzione diretta da parte di tutti i partecipanti di attività pratiche o tecniche
h. 11.00-12.00	Lezione Magistrale: <i>“Il contributo della Programmazione Neuro Linguistica al counseling: risolvere le incongruenze, mappare il problema e gli obiettivi, cambiare la prospettiva, modificare il linguaggio”</i>
h. 12.00-12.30	Esercitazione pratica <i>Role – Playing</i>
h. 12.30-13.00	Discussione con esperti
h. 15.00-16.30	Esercitazione pratica.

	Esecuzione diretta da parte di tutti i partecipanti di attività pratiche o tecniche
h. 16.30- 17.00	Discussione con Esperti

Mercoledì, 12 Novembre 2008

h. 9.00-9.30	Lezione integrata con flash di stimolo: <i>“Tecniche di riformulazione nella relazione d’aiuto”</i>
h. 9.30-10.00	Esercitazione pratica. Esecuzione diretta da parte di tutti i partecipanti di attività pratiche o tecniche
h. 10.00-11.00	Discussione con esperti
h. 11.00-12.00	Lezione Magistrale: <i>“Il contributo della PNL: la corretta formulazione di un obiettivo”</i>
h. 12.00-13.00	Lavoro a piccoli gruppi su problemi e casi didattici con breve presentazione delle conclusioni in sessione plenaria
h. 14.00- 15.00	Lezione Magistrale: <i>“Istruzioni per l’uso del counseling: dal capire al mettere in pratica”</i>
h. 15.00-16.30	Esercitazione pratica. Esecuzione diretta da parte di tutti i partecipanti di attività pratiche o tecniche
h. 16.30- 17.00	Discussione con Esperti

Giovedì, 13 Novembre 2008

h. 9.00-10.00	Lezione Magistrale: <i>“Il mondo del sanitario e il mondo del paziente: il contributo dell’antropologia e della psicologia medica alla interpretazione della fenomenologia della malattia cronica”</i>
h. 10.00-10.00	Esercitazione pratica. Esecuzione diretta da parte di tutti i partecipanti di attività pratiche o tecniche
h. 10.30-11.00	<i>Role – Playing</i>
h. 11.00-11.30	Discussione con esperti
h. 11.30-12.30	Lezione Magistrale: <i>“Le tecniche di counseling applicate al problema della concordanza ai trattamenti terapeutici”</i>
h. 12.30- 13.00	Dimostrazione tecnica: analisi di brani di colloqui video registrati
h. 14.00-16.00	Esercitazione pratica.

	Esecuzione diretta da parte di tutti i partecipanti di attività pratiche o tecniche
h. 16.00- 17.00	Discussione con Esperti

Docenti del corso

Dott.ssa Giuseppina Menduno: Antropologa, Dottore di ricerca in Educazione Sanitaria, Cultrice della Materia e Tutor dell'insegnamento di Psicologia Generale alla Facoltà di Lettere e Filosofia, Corso di Laurea in Scienze della Comunicazione dell'Università di Perugia, Formatrice, Collaboratrice del Centro Sperimentale per l'Educazione Sanitaria dell'Università di Perugia

Dott.ssa Maria Luisa Pasquarella: Dottore di Ricerca in Scienze dell'Educazione, Danzaterapeuta, Practitioner in P.N.L. (Programmazione Neuro Linguistica), Docente e tutor al Master "Promozione della salute ed Educazione Sanitaria", Formatrice, Esperta in tecniche corporee di formazione alla comunicazione verbale e non verbale.

Segreteria Scientifica

Dott.ssa Paola Beatini, Centro Sperimentale per l'Educazione Sanitaria dell'Università di Perugia

MODALITÀ DI ISCRIZIONI E PAGAMENTO

Il corso è aperto ad un numero massimo di 25 partecipanti . Il costo è di €500,00

Per l' iscrizione è necessario compilare la scheda allegata e inviarla via fax o via e-mail

Ai seguenti indirizzi

fax 075.5857361

e-mail: redriv@unpg.it

aantognelli@med.unipg.it

Il pagamento dovrà essere effettuato **entro e non oltre il 20 di ottobre** - attraverso bonifico bancario intestato a:

Dipartimento di Specialità medico-chirurgiche e Sanità pubblica/Sezione Centro Sperimentale per l'Educazione Sanitaria/Università di Perugia

Le coordinate bancarie del Dipartimento di Specialità medico-chirurgiche e Sanità pubblica sono le seguenti:

ABI 02008

CAB 03016

CIN T

N° conto 000029503771

IBAN: IT25T0200803 0160 0002 9503 771

BIC: UNCRITB1J11

presso l'Agenzia: Perugia Università-Unicredit