

IPNOSI

TECNICHE NON CONVENZIONALI IN CAMPO SANITARIO E SPORTIVO

MILANO 14-15 febbraio 2026

DOCENTE

Roberto BOTTURI Psicopedagoga, docente a.c. Università degli Studi di Milano, già docente Università S.Raffaele di Milano, Trainer e Master in didattica PNL, facilitatore PSYCH-K, Life coach ICF, Milano

16 ECM

Tutte le figure sanitarie, Massofisioterapisti, Osteopati, MCB, Laureati in Scienze motorie, Studenti dell'ultimo anno del CdL

€ 380 IVA inclusa



RISPARMIA - consulta le OFFERTE



Il corso che viene proposto consente di accostarsi alla pratica dell'ipnosi. Lo stato alternativo di coscienza (trance) indotto dall'ipnosi realizza la massima connessione e armonia fra mente e corpo (sincronia) e genera un intenso effetto emozionale. Le tecniche di ipnosi che si apprenderanno durante il corso potranno essere di supporto nella gestione delle problematiche dei pazienti, nel rispetto delle competenze professionali. L'ipnosi e lo stato di trance possono essere utilizzati per: gestire le emozioni fondamentali e gli stati interni di disagio: rossore, nervosismo, irritabilità concorrere alla gestione di problemi fisici quali asma, stress, insonnia, tachicardie, allergie psicosomatiche contribuire al controllo del dolore, acuto e cronico e alleviare e contenere l'esperienza psicologica stessa del dolore, limitando stati di depressione o di stress gestire problemi relazionali: ansia da prestazione, difficoltà di comunicazione elevare i livelli della prestazione in qualunque campo/settore: ottimizzazione della performance.

Obiettivi

- Sperimentare in prima persona l'evoluzione delle proprie condizioni percettive
- Sperimentare la condizione di trance ipnotica
- Procurare consapevolmente, mantenere, orientare e utilizzare lo stato di trance
- Orientare lo stato ipnotico verso il raggiungimento di un obiettivo
- Acquisire gli elementi base per l'autoipnosi
- Finalizzare lo stato di trance come supporto nell'attività professionale

PROGRAMMA

Prima giornata - h. 9.00-18.00

- Fasi storiche dell'ipnosi
- Tecniche di rilassamento e di recupero dell'equilibrio emotivo
- Approccio all'alfabeto emozionale dell'Inconscio e della coscienza
- Acquisire la consapevolezza delle nostre prime esperienze di trance
- Riscoprire l'esperienza dello stato di trance spontanea
- Linguaggio di precisione e linguaggio ipnotico
- Imparare come entrare in trance
- Sperimentare la trance
- Che farne della trance?
- Costruire e realizzare un obiettivo personale nello stato di trance
- Costruzione di una induzione
- Ipnosi: quello che io immagino tende a realizzarsi fisicamente
- Ipnosi: connessione corpo/mente: faccio quello che immagino e immagino quello che faccio, allo stesso tempo

Seconda giornata - h. 9.00-18.00

- Ipnosi: Intensificazione delle capacità sensoriali
- Ipnosi: ridurre l'agitazione e la sofferenza
- Ipnosi: lo strumento di modificazione della percezione del dolore
- Ipnosi: controllare il dolore fisico
- Ipnosi: agire sulla paura di soffrire, che rende più intenso il dolore
- Ipnosi e rimodellamento degli stati d'animo
- Ipnosi e modificazione delle capacità percettive
- Ipnosi: come affinare le nostre capacità percettive
- Ipnosi: come ottenere il meglio da noi stessi
- Ritornare dalla trance

Valutazione ECM

METODOLOGIE DELLA FORMAZIONE

- Le tematiche saranno tutte sperimentate direttamente in aula
- I partecipanti vivranno in prima persona l'evoluzione delle proprie condizioni percettive e si acosteranno al processo di induzione della trance
- Ogni partecipante sperimenterà la condizione di trance ipnotica e acquisirà gli elementi base per l'autoipnosi
- I partecipanti, in coppia, faranno pratica di induzione in trance