

17. L'ANSIA DA PRESTAZIONE: CONOSCERLA, CURARLA, PREVENIRLA

**A
R
E
A

R
E
L
A
Z
I
O
N
A
L
E**

DATA	lunedì 22 marzo 2021		
ORARIO	08.30 – 12.00 / 13.00 – 17.30		
LUOGO	Sottoceneri		
SCOPO	lo scopo della giornata sarà quello di permettere ai partecipanti di avere dimestichezza con l'ansia da prestazione, che colpisce in modo trasversale un'area importante della popolazione. Si daranno gli strumenti per riconoscere i sintomi, per individuare le criticità, per sapere come intervenire e come aiutare gli altri e noi stessi		
CONTENUTI	<ul style="list-style-type: none"> • introduzione generale sull'ansia • dati statistici ed epidemiologici: l'ansia colpisce una persona su tre, mediamente • come si identifica un disturbo d'ansia • quali disturbi ansiosi esistono • approfondimento del disturbo d'ansia da prestazione. • interventi farmacologici e non farmacologici • tecniche psicoeducazionali e psicoterapiche 		
METODOLOGIA	<ul style="list-style-type: none"> • si userà una metodologia di coinvolgimento dei partecipanti • la giornata sarà interattiva con presentazione di casi clinici per spiegare la teoria e le tecniche di intervento cognitivo comportamentale • si useranno tecniche di stimolazione cognitiva per aumentare l'attenzione e la partecipazione • a fine giornata si farà una sintesi delle strategie apprese 		
RELATORE	Michele Mattia, dr. med.		
PARTECIPANTI	operatrici/tori del ramo socio – sanitario minimo 10		
QUOTA	membri ASI-SBK	Fr.	95.—
	non membri ASI-SBK	Fr.	135.—
TERMINE ISCRIZIONE	22.02.2021		
ISCRIZIONI	www.asiticino.ch/formazione/iscrizione-ai-corsi-asi/		
INFORMAZIONI	Segretariato ASI-SBK Sezione Ticino - via Simen 8 - 6830 Chiasso Tel. 091/682 29 31 – Fax 091/682 29 32 E-mail segretariato@asiticino.ch Sito www.asiticino.ch		
ATTESTATO	attestato di partecipazione rilasciato dal Centro di Formazione ASI-SBK Sezione Ticino		

L'ISCRIZIONE E' OBBLIGATORIA