



Università degli Studi di Perugia
Dipartimento di specialità medico chirurgiche e sanità pubblica
CENTRO SPERIMENTALE PER L'EDUCAZIONE SANITARIA

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



IV Edizione

Perugia, 23 - 26 Maggio 2011

*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. Le parti teoriche si avvalgono dei contributi disciplinari della Antropologia Medica, della Psicologia Medica, della Psicologia della Salute, della Programmazione Neuro Linguistica.

Obiettivi del corso

- Conoscere le differenti definizioni del **counseling**
- Conoscere i concetti fondanti la **medicina centrata sul paziente**
- Conoscere, dal punto di vista dell'**antropologia medica**, i fenomeni di salute/malattia
- Conoscere il contributo della **Psicologia della Salute** all'analisi del cambiamento dei comportamenti alimentari
- Conoscere i meccanismi di inculturazione dell'alimentazione e del corpo dal punto di vista antropologico
- Apprendere a collegare la ruota del cambiamento all'uso delle varie fasi e tecniche del **counseling**
- Acquisire competenze rispetto al concetto di **corpo abitato** e sperimentare la gestione del proprio corpo nel processo di comunicazione e relazione
- Apprendere le tecniche di base del **counseling**: 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
- Conoscere i meccanismi della efficace costruzione di un obiettivo secondo la **PNL**

- Apprendere l'uso del *counseling* nella concordanza ai trattamenti terapeutici

Contenuti

- Il *counseling*, le sue definizioni e applicazioni
- La medicina centrata sul paziente
- La Psicologia della Salute
- I processi di inculturazione e di uso del corpo per l'antropologia medica
- Il *counseling* e la ruota del cambiamento
- Il corpo abitato: tecniche di danza movimento terapia
- Tecniche di *counseling*: informare, riassumere, parafrasare, riflettere, mettere in discussione, abilitare al cambiamento, riformulare, mettere in discussione
- La Programmazione Neuro Linguistica e il suo uso nel *counseling*
- La costruzione di un obiettivo secondo la PNL
- La malattia cronica
- I fenomeni di salute/malattia nell'ottica dell'antropologia medica
- Il *counseling* e 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, 23 Maggio 2011

h. 8.30 - 9.00	Iscrizione / procedure ECM
h. 9.00 - 10.30	Lezione Magistrale: “ <i>Le definizioni e le parole del counseling</i> ” dott.ssa Giuseppina MENDUNO
h. 10.30-11.30	Lezione Magistrale: “ <i>Leib e Korper, Desease e Illness: la medicina centrata sul paziente</i> ” dott.ssa Giuseppina MENDUNO
h. 11.30-12.30	Lezione Partecipata: “ <i>Il corpo abitato: le implicazioni della comunicazione non verbale nel colloquio motivazionale</i> ” dott.ssa Maria Luisa PASQUARELLA
h. 12.30-13.00	Esercitazione pratica. Esecuzione diretta da parte di tutti i partecipanti di attività pratiche o tecniche
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	Esercitazione pratica. Esecuzione diretta da parte di tutti i partecipanti di attività pratiche o tecniche

Martedì, 24 Maggio 2011

h. 9.00-10.00	Lezione Magistrale: “ <i>Il counseling per il cambiamento dei comportamenti di salute</i> ” dott.ssa Giuseppina MENDUNO
h. 10.00-11.00	Lezione Magistrale: “ <i>Il cibo e il suo valore simbolico e culturale: la lettura antropologica dei comportamenti alimentari</i> ” dott.ssa Giuseppina MENDUNO
h. 11.00-12.00	Lavoro a piccoli gruppi su problemi e casi didattici con breve presentazione delle conclusioni in sessione plenaria

h. 12.00-13.00	Esercitazione pratica. Esecuzione diretta da parte di tutti i partecipanti di attività pratiche o tecniche
h. 14.00-15.00	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> dott.ssa Maria Luisa PASQUARELLA
h. 15.00-17.00	Esercitazione pratica. Esecuzione diretta da parte di tutti i partecipanti di attività pratiche o tecniche

Mercoledì, 25 Maggio 2011

h. 9.00- 10.00	Lezione integrata con flash di stimolo: <i>“Tecniche di counseling”</i> dott.ssa Giuseppina MENDUNO
h. 10.00-11.00	Dimostrazione tecnica: analisi di brani di colloqui video registrati Esercitazione pratica. Esecuzione diretta da parte di tutti i partecipanti di attività pratiche o tecniche
h. 11.00-12.00	Lavoro a piccoli gruppi su problemi e casi didattici con breve presentazione delle conclusioni in sessione plenaria
h. 12.00-13.00	Esercitazione pratica <i>Role – Playing</i>
h. 14.00- 15.00	Lezione Magistrale: <i>“Il contributo della PNL: la corretta formulazione di un obiettivo”</i> dott.ssa Maria Luisa PASQUARELLA
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, 26 Maggio 2011

h. 9.00- 10.00	Lezione Magistrale: <i>“Malattia cronica e concordanza ai trattamenti”</i>
----------------	---

	dott.ssa Giuseppina MENDUNO
h. 10.00-11.00	Lezione Magistrale: “ <i>Helping Profession e Burn Out</i> ” dott.ssa Giuseppina MENDUNO
h. 11.00-12.00	Lavoro a piccoli gruppi
h. 12.00-13.00	Esercitazione pratica. Esecuzione diretta da parte di tutti i partecipanti di attività pratiche o tecniche
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: Professore a contratto dell’Insegnamento di “Antropologia Culturale” nell’ambito del corso di laurea in Infermieristica (sede di Foligno) della Facoltà di Medicina e Chirurgia dell’Università degli Studi di Perugia, 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, Counselor 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, Collaboratrice del Centro Sperimentale per l’Educazione Sanitaria dell’Università di Perugia

Responsabile attività formativa interna Centro Sperimentale Educazione Sanitaria:

Dr. Giancarlo Pocetta, Ricercatore in Igiene e Sanità Pubblica, Coordinatore Master in Educazione Sanitaria e Promozione della Salute, Università degli Studi di Perugia

Segreteria Scientifica:

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

Segreteria Organizzativa:

Alberto Antognelli, Centro Sperimentale per l’Educazione Sanitaria dell’Università di Perugia