



## CORSO DI PERFEZIONAMENTO ON-LINE

# RILASSAMENTO MUSCOLARE PROGRESSIVO PROFONDO E SUE APPLICAZIONI IN MEDICINA, PSICOLOGIA, NELLO SPORT E NELLA VITA DI TUTTI I GIORNI

A.A. 2023/2024

### DURATA E SEDE DEL CORSO

Il Corso avrà una **durata complessiva di 25 ore, con 10 lezioni preregistrate teorico-pratiche**. Le lezioni saranno fruibili on line dal 2 gennaio 2024 al 26 luglio 2024 e saranno volte all'apprendimento di tutte le fasi, dalla propriocezione alla respirazione, al calore, al rilassamento profondo, di questa versione del rilassamento muscolare progressivo ispirato alle originali tecniche di Jacobson. Le **esercitazioni** saranno tenute in modalità on line. Agli iscritti che lo richiedono sarà data la possibilità di frequentare i laboratori del Dipartimento.

Il profilo professionale che si intende formare:

- Professionista esperto nel trattamento dei disturbi fisici stress correlati (per le professioni sanitarie (medici, psicologi, infermieri, etc.)
- Professionista esperto certificato nel campo del rilassamento muscolare profondo

### REQUISITI D'ACCESSO

- laureati in psicologia, medicina e chirurgia, odontoiatria, scienze motorie, scienze infermieristiche e ostetriche, fisioterapia, logopedia, scienze dell'educazione.
- Titoli equipollenti ai sensi del D.M. 27.7.2000 e della Legge n.1 dell'8.1.2002 unitamente ad un diploma di scuola media superiore. Eventuali altre proposte di iscrizione di persone interessate, verranno valutate caso per caso dalla commissione scientifica.

### MODALITÀ D'ISCRIZIONE

1. iscrizione sul portale O.R.A. utilizzando il seguente link <https://ora.unipr.it/reg/42478>
2. invio dell'autocertificazione possesso titolo di studio al seguente indirizzo [carlo.pruneti@unipr.it](mailto:carlo.pruneti@unipr.it)
3. Versamento della quota di iscrizione **solo dopo** aver ricevuto la mail di conferma di ammissione al corso.

### MODALITÀ DI FREQUENZA

Le lezioni saranno rese disponibili on line all'indirizzo che verrà comunicato una volta versata la quota d'iscrizione.

Le lezioni e la documentazione saranno visionabili fino a un massimo di tre volte.

Il sistema attesterà la regolare consultazione delle lezioni.

Solo al termine dell'intero corso sarà possibile accedere alle esercitazioni.

### ORGANIZZAZIONE DIDATTICA

Il Corso prevede erogazione di didattica interattiva ed altre attività: laboratori, simulazioni, visioni di immagini e filmati.

L'attività in laboratorio verrà svolta su richiesta presso la sede dei laboratori di Psicologia Clinica di Via Volturmo 39, con la supervisione di tutor esperti, previo appuntamento da concordare con invio di mail al seguente indirizzo: [carlo.pruneti@unipr.it](mailto:carlo.pruneti@unipr.it).

### ATTESTATO

E' obbligatoria la frequenza ad almeno il 75% delle ore di lezione. Al termine del corso, dopo il superamento di una prova scritta che attesti la bontà degli apprendimenti, verrà rilasciato un attestato.

### RESPONSABILE SCIENTIFICO

Prof. Carlo Pruneti (email: [carlo.pruneti@unipr.it](mailto:carlo.pruneti@unipr.it))

### QUOTA DI ISCRIZIONE

Euro 352,00 comprensivi del bollo di euro 2.

### INFORMAZIONI DIDATTICHE

Le informazioni didattiche potranno essere richieste a:  
Prof. Carlo Pruneti, Dipartimento di Medicina e Chirurgia  
Tel. 0521/034829, e-mail [carlo.pruneti@unipr.it](mailto:carlo.pruneti@unipr.it)

Indirizzo web di pubblicazione della locandina del Corso:

<https://mc.unipr.it/corsi-di-perfezionamento>