

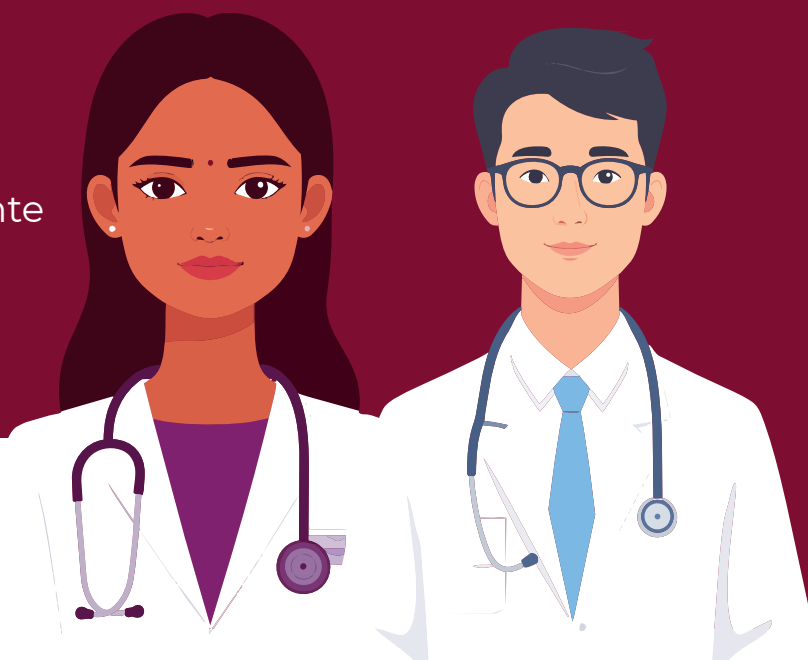


SAPIENZA
UNIVERSITÀ DI ROMA

“Il medico consapevole: ascolto, presenza e benessere nella relazione di cura”



Per iscriverti
gratuitamente
all'evento
scansiona il
QR Code



ADE – Medicina e Chirurgia,
Sapienza Università di Roma

Premessa

L'attività didattica elettiva è dedicata alla promozione del benessere di pazienti e operatori sanitari.

Il corso propone un percorso interdisciplinare volto a sviluppare nei futuri medici consapevolezza, presenza e competenze comunicative efficaci, attraverso un viaggio dalle radici antropologiche della cura alle moderne scienze della coscienza. Particolare attenzione è dedicata alla Sofrologia Caycediana, metodo scientifico di educazione della coscienza e gestione dello stress, già sperimentato in contesti clinici e accademici internazionali.

Obiettivi formativi

- Riscoprire le origini antropologiche e simboliche dell'atto medico come gesto di cura.
- Sviluppare competenze comunicative basate su empatia, ascolto e consapevolezza corporea.
- Sperimentare tecniche di rilassamento dinamico, presenza corporea e centratura mentale ed emozionale.
- Riflettere sul ruolo del medico come facilitatore di benessere per sé e per il paziente.

Incontro 1

Le radici della cura: storia, simboli e sciamanesimo nella medicina

 9 marzo 2026, ore 15-17.30, Aula Marcozzi

- *Introduzione alla medicina come atto di cura e rituale di trasformazione*
- *Lo sciamano, il guaritore e il medico: continuità antropologica del prendersi cura*
- *La dimensione simbolica e comunicativa nella guarigione (voce, gesto, contatto, presenza)*
- *Riflessione guidata: "Che cosa significa oggi curare?"*

 Conduce: *Valentina Gazzaniga, Chiara Moretti*

Incontro 2

La comunicazione come strumento terapeutico

 23 marzo 2026, ore 15-17.30, Aula Marcozzi

- *Dalla medicina paternalistica alla medicina narrativa*
- *Strumenti per una comunicazione efficace e rispettosa (metodo SPIKES)*
- *Consapevolezza e prognostica e fine vita*

 Conduce: **Carlo Lai**



Incontro 3

Ridefinire il concetto di salute: consapevolezza corporea e centratura mentale

 13 aprile 2026, ore 15-17.30, Aula Marcozzi

- *Salute come stato dinamico di integrazione tra sistemi neurobiologici, corpo, emozioni e relazioni*
- *Asse ipotalamo–ipofisi–surrene (HPA) e risposta allo stress*
- *Neuroplasticità e modulazione cerebrale attraverso gli stati di coscienza*
- *Dal modello biomedico al modello del well-being come prevenzione primaria*
- *Corpo e mente come sistema unico: percezione, emozione e significato*
- *La relazione di cura come spazio di benessere e di trasformazione*
- *Introduzione alle tecniche di Meditazione*
- *Sofrologia e neuroscienze.*
- *L'alleanza sofronica e l'incontro autentico tra medico e paziente.*
- *Applicazioni della soffrologia nella gestione dello stress, dell'ansia e dell'insonnia.*
- *Pratica guidata:*
- *Rilassamento Dinamico di Caycedo primo grado (RDC1)*

 **Conduce: Federica Pediconi, Viviana Loche**



Incontro 4

Sofrologia Caycediana II: l'unità corpo-mente e l'energia vitale



4 maggio, ore 15-17.30, Aula Marcozzi

- *Approfondimento: il corpo come mediatore della relazione medico-paziente.*
- *La mente fronica: ruolo nell'incontro tra medico e paziente.*
- *Approfondimento: il ruolo della fenomenologia nell'atto diagnostico,*
- *La comprensione esistenziale del paziente.*
- *L'essere umano unità corpo-mente.*
- *I valori fronici fondamentali guida per la comprensione esistenziale del paziente.*
- *Spazio fenomenologico e comunicazione empatica.*
- *Applicazioni della Sofrologia nella medicina.*
- *Pratica guidata:*
- *Rilassamento Dinamico di Caycedo secondo grado e terzo grado (RDC2 e RDC3), tecniche froniche specifiche afferenti.*



Conduce: Federica Pediconi, Viviana Loche



Incontro 5

Integrare conoscenza, empatia e consapevolezza nella pratica medica

 25 maggio 2026, ore 15-17.30, Aula Marcozzi

- *Tavola rotonda: scienza, umanità e benessere del curante*
- *Circle sharing: esperienze personali dal percorso*
- *Come mantenere presenza, equilibrio e autenticità nella professione medica*
- *Sintesi conclusiva e discussione aperta*

 **Condizione congiunta: Tutti i docenti**

Metodologia

- *Lezioni frontali interattive*
- *Laboratori esperienziali guidati (psicologi, soffrologi)*
- *Circle sharing e riflessioni di gruppo*
- *Esercizi di consapevolezza tra un incontro e l'altro*

