

DIGITAL OPEN WEEK



UNIVERSITÀ
DI PADOVA

PSIBEN

Psicofisiologia, stress e salute: autoregolazione, biofeedback e neurofeedback

Master di II livello

Direttore: Prof. Simone Messerotti Benvenuti

Anno accademico 2026/2027

LEZIONI

Data inizio lezioni: 20/11/2026

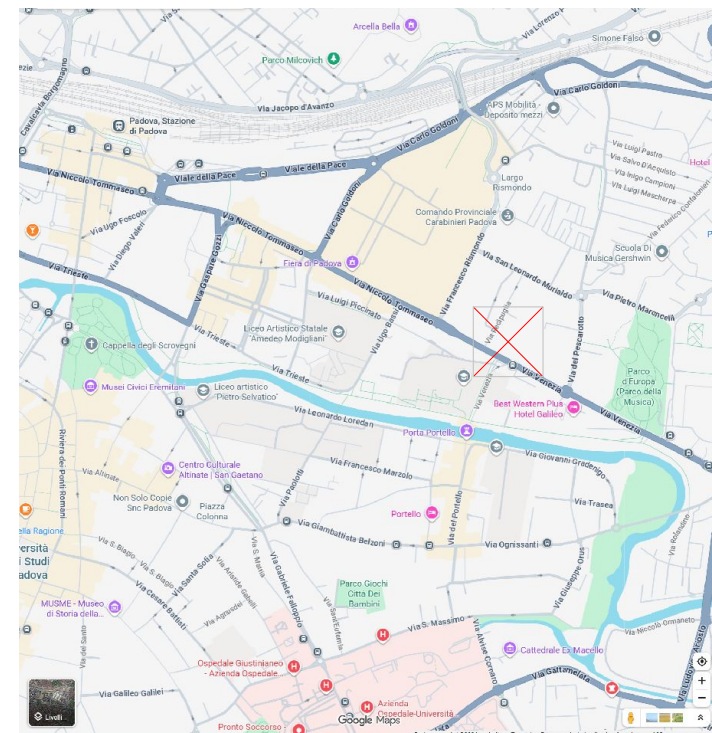
Data fine lezioni: 02/10/2027

Giorni/orari di lezione: due weekend al mese: venerdì 13:00-18:00, sabato 09:00-14:00 (ca. si veda calendario)

Modalità didattica: blended (in presenza e a distanza)

Frequenza obbligatoria: 70%

Sede lezioni: strutture Scuola di Psicologia, Via Venezia 12/14/16, Padova



BASI DI PSICOFISIOLOGIA

PROGRAMMA

TEMATICA 1

BASI NEUROANATOMICHE E FISILOGICHE DELL'INTERAZIONE TRA SISTEMI dal
20/11/2026 al 18/12/2026

Esamina le basi neuroanatomiche e neurofisiologiche dell'interazione tra sistema nervoso, sistema endocrino e sistema immunitario, approfondendo la psiconeuroendocrinoimmunologia, il modello di integrazione neuroviscerale e l'asse microbiota-intestino-cervello.

TEMATICA 2

LA RISPOSTA DI STRESS 12/12/2026

Esplora i meccanismi psicofisiologici della risposta di stress e l'impatto dello stress acuto e cronico sul benessere psicofisico.

TEMATICA 3

CARICO ALLOSTATICO E DISTURBI INTERNISTICI dal 20/11/2026 al 18/12/2026

Analizza il ruolo del carico allostatico nei disturbi internistici cronici e gli interventi psicologici integrati in percorsi multidisciplinari.

PROGRAMMA

BASI DI PSICOFISIOLOGIA e ASSESSMENT PSICOFISIOLOGICO

TEMATICA 4

STATI DI COSCIENZA E RITMI SONNO-VEGLIA dal 15/01/2027 al 23/01/2027

Esamina i meccanismi fisiologici e l'architettura del sonno e i principali disturbi. Include esercitazioni su assessment e interventi cognitivo-comportamentali su casi di studio.

TEMATICA 5

NEURO- E PSICOPATOLOGIE IN PROSPETTIVA PSICOFISIOLOGICA dal 29/01/2027 al 06/02/2027

Esplora i correlati psicofisiologici di disturbi mentali e neurologici - ADHD, disturbi neurodegenerativi, cefalee, ansia, depressione - in funzione degli interventi di autoregolazione.

TEMATICA 6

ASSESSMENT PSICOFISIOLOGICO INTEGRATO dal 19/02/2027 al 19/03/2027

Esplora gli indici psicofisiologici periferici e centrali, dalla registrazione all'interpretazione dei profili di reattività, con esercitazioni pratiche sulla strumentazione e costruzione del profilo individuale.

PROGRAMMA

IL BIOFEEDBACK

TEMATICA 7

PRINCIPI E TECNICHE DELL'AUTOREGOLAZIONE PSICOFISIOLOGICA dal 20/03/2027 al 10/04/2027

Introduce i protocolli evidence-based di autoregolazione: MBSR, Rilassamento Muscolare Progressivo e Training Autogeno, con esercitazioni pratiche su casi clinici.

TEMATICA 8

INTRODUZIONE AL BIOFEEDBACK 16 e 30/04/2027

Approfondisce fondamenti teorici e applicazioni cliniche di biofeedback e neurofeedback, fornendo competenze pratiche nella progettazione di protocolli di trattamento personalizzati evidence-based.

TEMATICA 9

IL BIOFEEDBACK NELLA REGOLAZIONE DELLE EMOZIONI E GESTIONE DELLO STRESS dal 17/04/2027 al 29/05/2027

Approfondisce l'impiego del biofeedback della frequenza cardiaca e dell'Heart Rate Variability nella gestione dello stress, nella performance sportiva, e nei disturbi d'ansia e dell'umore, con esercitazioni pratiche e analisi di casi clinici.

PROGRAMMA

IL NEUROFEEDBACK

TEMATICA 10

IL BIOFEEDBACK NEL DOLORE CRONICO dal 04/06/2027 al 02/07/2027

Approfondisce l'impiego del biofeedback nel trattamento del dolore cronico, con focus su fibromialgia, cefalee e ambito odontostomatologico, alternando didattica frontale ed esercitazioni pratiche su casi clinici.

TEMATICA 11

IL NEUROFEEDBACK dal 03/07/2027 al 24/07/2027

Esamina le applicazioni del neurofeedback, incluso il QEEG, nei disturbi dell'umore, ADHD, cerebrolesioni e disturbi neurologici, e in ambiti non clinici come sport e peak performance, con esercitazioni pratiche e discussione di casi clinici.

TEMATICA 12

ETICA E DEONTOLOGIA PROFESSIONALE 04/09/2027

Esplora le responsabilità etiche e deontologiche, l'implementazione degli interventi di autoregolazione in contesti ospedalieri e il panorama delle certificazioni nazionali e internazionali, con attenzione alla formazione continua.

La scheda completa del corso è disponibile sulla [scheda UEL del Master \(PSIBEN\)](#)

OBIETTIVI FORMATIVI

Conoscenze avanzate in neuroanatomia, psicofisiologia dello stress, neuropatologie e psicopatologie in prospettiva psicofisiologica

Assessment psicofisiologico integrato — segnali periferici (ECG, EMG, conduttanza cutanea) e centrali (EEG), tecnologie wearable e mobile

Protocolli di intervento **evidence-based**:

- Biofeedback
- Neurofeedback
- Mindfulness (MBSR)
- Rilassamento Muscolare Progressivo
- Training Autogeno

Integrazione clinica — lavorare in équipe multidisciplinari e adattare gli interventi a contesti diversi

COMPETENZE

Laboratorio & Esercitazioni

- **Registrazione e analisi di segnali** fisiologici
- Utilizzo di software dedicati per l'interpretazione dei profili di reattività
- **Sessioni pratiche** di biofeedback e neurofeedback

Certificazione Internazionale

- Possibilità di ottenere la **certificazione BFE** (Biofeedback Federation of Europe)
- Percorso verso la certificazione BCIA
- **Supervisione** su casi clinici con esperti del settore

BIOFEEDBACK

"Given that a response can be measured, it can be learned"

— Miller, N. E. (1969). Learning of visceral and glandular responses. *Science*, 163(3866), 434–445.

*"Il biofeedback è un processo che consente all'individuo di **imparare a modificare la propria attività fisiologica allo scopo di migliorare la salute e la performance**. Strumenti di precisione misurano l'attività fisiologica — come le onde cerebrali, la funzione cardiaca, il respiro, l'attività muscolare e la temperatura cutanea — e restituiscono queste informazioni all'utente in modo rapido e accurato. La presentazione di queste informazioni, spesso in associazione a cambiamenti nel pensiero, nelle emozioni e nel comportamento, supporta i cambiamenti fisiologici desiderati. Nel tempo, questi cambiamenti possono consolidarsi anche senza il continuo utilizzo dello strumento."*

— Association for Applied Psychophysiology and Biofeedback (AAPB), 2008



Alcune applicazioni del BIOFEEDBACK

Ambito clinico e sanitario

Disturbi cardiovascolari

- Ipertensione arteriosa
- Cardiopatia ischemica

Disturbi dell'umore e d'ansia

- Disregolazione emotiva
- Sintomatologia depressiva
- Disturbo di panico
- Disturbo d'Ansia Generalizzato

Dolore cronico

- Fibromialgia
- Cefalea ed emicrania croniche
- Disturbi oro-facciali e dell' Articolazione Temporo-Mandibolare

Disturbi del sonno

Ambito della Performance & Benessere

Psicologia dello sport

- Gestione dell'arousal
- Controllo dell'ansia
- Peak performance

Ambito organizzativo e aziendale

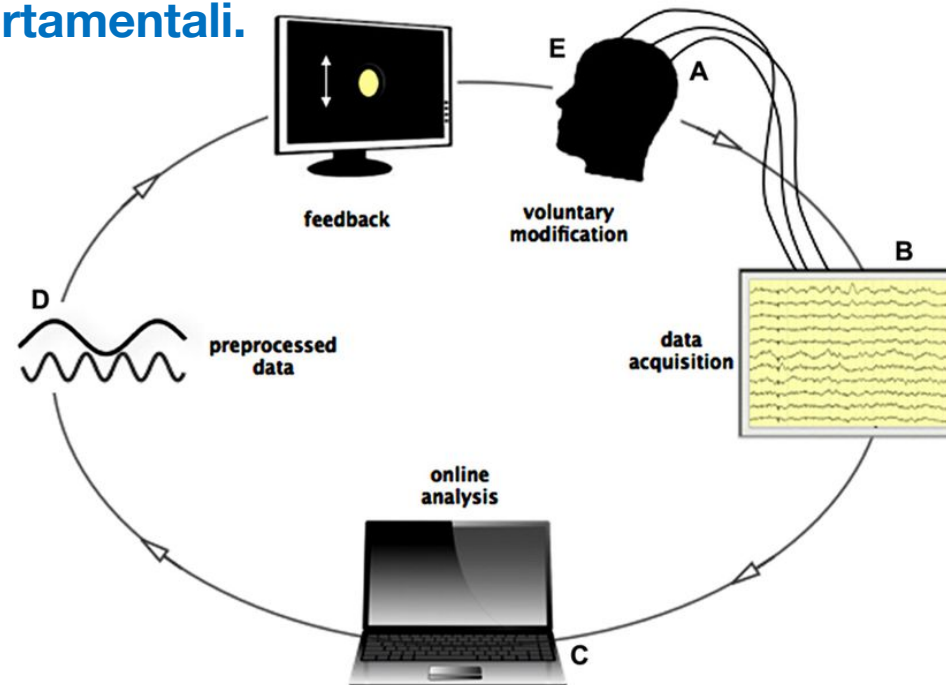
- Gestione dello stress lavoro-correlato
- Benessere organizzativo
- Performance management

Ambito educativo

- Gestione dell'ansia da prestazione
- Disturbi dell'apprendimento
- Potenziamento cognitivo

NEUROFEEDBACK

Il neurofeedback è una forma specifica di biofeedback che registra l'attività del **Sistema Nervoso Centrale**, generalmente tramite elettroencefalografia, e la restituisce in tempo reale alla persona sotto forma di feedback visivo o acustico, favorendo l'apprendimento dell'autoregolazione cerebrale. L'obiettivo è **promuovere processi di autoregolazione cerebrale** utili a normalizzare o ottimizzare l'attività neurofisiologica associata a **stati cognitivi, emotivi e comportamentali**.



IL NEUROFEEDBACK SI BASA SU DUE ASSUNTI PRINCIPALI:

1. I ritmi cerebrali sono associati a specifici stati cognitivi, emotivi e comportamentali
2. Alcuni disturbi psicologici e neurologici possono essere accompagnati da pattern anomali di attività corticale, che il neurofeedback mira a normalizzare

PRINCIPALI AMBITI DI APPLICAZIONE CLINICA

- **Applicazione nell'ambito del neurosviluppo** (ADHD, difficoltà attentive, impulsività)
- **Disturbi neurologici** (epilessia, esiti di stroke, trauma cranico)
- **Sintomatologia psicopatologica** (ansia, depressione)
- **Benessere e ottimizzazione dell'attenzione e della performance sportiva**

PROJECT WORK

Il project work si articola in due fasi:

1. Assessment Psicofisiologico Integrato

Conduzione di una valutazione completa su caso reale
Analisi del pattern di risposta allo stress
Produzione di un report dettagliato

2. Progettazione dell'Intervento

Sviluppo di un programma di autoregolazione psicofisiologica basato sui risultati dell'assessment ed elaborazione di un piano di intervento dettagliato

□ **Output finale:** report completo con assessment + programma di intervento

PROVA FINALE

Modalità esame:

Elaborato scritto su un argomento concordato con i docenti di riferimento del master e presentazione del lavoro davanti alla commissione al termine del master

SCADENZE

Scadenza pre-iscrizione: 06/10/2026

Link pre-iscrizione: [scheda UEL del Master \(PSIBEN\)](#)

Data pubblicazione graduatoria: secondo le tempistiche previste
dall'avviso di selezione

Scadenza perfezionamento iscrizione: secondo le tempistiche previste
dall'avviso di selezione

CONTATTI

Direttore/Direttrice: Prof. Simone Messerotti Benvenuti

Segreteria organizzativa: Prof.ssa Elisabetta Patron, 049 827 6937,
elisabetta.patron@unipd.it

Web: [scheda UEL del Master \(PSIBEN\)](#)

ALTRI CONTATTI UTILI

Per altre informazioni relative alle procedure di preiscrizione:

Ufficio Post Lauream – Settore Master e Formazione Continua

- **Tel.** 049 8276373 / 6374 (lun-ven ore 10:00-12:30)
- **E-mail:** formazionecontinua.lauream@unipd.it





UNIVERSITÀ
DI PADOVA

IL FUTURO PRENDE FORMA