

SCUOLA DI ALTA FORMAZIONE IN NEUROPSICOLOGIA DEL BENESSERE®

LA NEUROPSICOLOGIA
APPLICATA AL BENESSERE,
ALLA PERFORMANCE
E AL POTENZIAMENTO
COGNITIVO.



APL

PSICOLOGIA | FORMAZIONE | EVOLUZIONE

SCUOLA DI ALTA FORMAZIONE IN NEUROPSICOLOGIA DEL BENESSERE®

La Scuola di Alta Formazione in Neuropsicologia del Benessere® è un **percorso post-lauream innovativo e altamente specialistico**, progettato per formare professionisti esperti nell'applicazione delle neuroscienze al **benessere psicologico, al training neurocognitivo e alla performance mentale**. Unico nel suo genere in Italia, questo programma integra conoscenze **scientifiche avanzate** con un **approccio pratico-esperienziale**, fornendo strumenti concreti per il potenziamento delle funzioni cognitive, la gestione dello stress e l'ottimizzazione delle capacità decisionali e prestazionali.

Il/la Neuropsicologo/a del Benessere®, figura professionale formata dalla Scuola, acquisisce competenze nell'**analisi e nello sviluppo delle risorse cognitive ed emotive**, utilizzando strategie basate sulle neuroscienze per migliorare la qualità della vita, incrementare le prestazioni mentali e supportare individui e organizzazioni nel raggiungimento dei propri obiettivi.

A partire dal 2025, il percorso formativo della Scuola si è arricchito con l'**integrazione del Master in Tecniche di Rilassamento, Gestione delle Emozioni e dello Stress, incluso nella quota di iscrizione**. Questo approfondimento rappresenta un notevole valore aggiunto per i professionisti che vogliono **distinguersi nel mondo del benessere neuropsicologico e della performance mentale**, acquisendo, inoltre, competenze avanzate nella **gestione dello stress e della regolazione emotiva**, nonché nell'integrazione di quest'ultime anche in ambito clinico e psicoterapeutico.

La formazione è ulteriormente arricchita, infine, da un corso e-learning certificato dalla Federazione Italiana Mindfulness, il **Mindfulness Basic Training**, che consente l'ottenimento del relativo **International Open Badge**.



DATA DI INIZIO
16/10/2026



DURATA
155 ore



ECM
150

**RATEIZZAZIONE SENZA
COSTI AGGIUNTIVI**
Format: webinar



**SOCIETÀ ITALIANA
NEUROPSICOLOGIA
DEL BENESSERE**

Qualifiche e Riconoscimenti Professionali.

La Scuola include 155,5 ore di formazione, **comprensive di quelle del Master in Tecniche di Rilassamento, Gestione delle Emozioni e dello Stress, integrato al suo interno**. A queste si aggiungono ulteriori 10 ore di corso e-learning (Mindfulness Basic Training).

Al termine del percorso, a chi avrà frequentato almeno l'80% delle lezioni e superato i questionari ministeriali, saranno rilasciati i seguenti attestati:

- **Esperto/a in Neuropsicologia del Benessere**

La Scuola permette altresì l'**iscrizione gratuita al Registro S.I.N.DE.B.** (Società Italiana di Neuropsicologia del Benessere) come professionista formato in Neuropsicologia del Benessere.

- **Esperto/a in Tecniche di Rilassamento, Gestione delle Emozioni e dello Stress**

- **Competenza in Biofeedback nello Sport, nell'Azienda e nella Performance**

- **International Open Badge: Mindfulness Basic Training**

Certificato dalla Federazione Italiana Mindfulness.

Al termine del percorso i corsisti verranno iscritti gratuitamente anche all'Albo Nazionale Mindfulness (www.albonazionalemindfulness.it) con l'attribuzione del badge acquisito.



Accreditamenti

- ✓ Ministero della Salute
- ✓ ECM per professionisti della salute
- ✓ Società Italiana di Neuropsicologia del Benessere (SINdeB): www.neuropsicologiadelbenessere.it
- ✓ Federazione Italiana Mindfulness: www.federmindfulness.it

AREE DI APPLICAZIONE/SBOCCHI PROFESSIONALI

Il titolo di Neuropsicologo/a del Benessere® consente di operare in un'ampia gamma di contesti diversi, garantendo l'acquisizione di competenze specialistiche immediatamente spendibili nei settori indicati.

Libera professione come Esperto/a in Neuropsicologia del Benessere

- ✓ Consulenza personalizzata per il potenziamento cognitivo e mentale.
- ✓ Programmi di training neurocognitivo per studenti, professionisti e senior.
- ✓ Interventi di prevenzione del declino cognitivo e strategie di stimolazione cerebrale.

Psicologia della Performance e dello Sport

- ✓ Supporto ad atleti e team sportivi per l'ottimizzazione della concentrazione e della resilienza mentale.
- ✓ Strategie di allenamento mentale per migliorare la gestione della pressione e dello stress competitivo.
- ✓ Applicazione di tecniche di biofeedback per il miglioramento delle performance.

Benessere e Crescita Personale

- ✓ Programmi di coaching neuropsicologico per il potenziamento delle abilità cognitive ed emotive.
- ✓ Interventi per la regolazione emotiva e la gestione dello stress in percorsi di crescita personale.
- ✓ Tecniche per il miglioramento della qualità di vita e della salute mentale.

Aziende e Organizzazioni

- ✓ Formazione e consulenza per il miglioramento della produttività e della performance decisionale.
- ✓ Programmi di gestione dello stress aziendale e di ottimizzazione delle capacità cognitive dei team.
- ✓ Tecniche di neuro-management e biofeedback per il benessere organizzativo.

Ambito Clinico e della Riabilitazione Cognitiva

- ✓ Supporto per il potenziamento cognitivo in contesti clinici e ospedalieri.
- ✓ Applicazione delle neuroscienze alla regolazione emotiva e al trattamento del disagio psicologico.

L'accesso alla Scuola permette l'iscrizione gratuita al Registro S.I.N.DE.B.

(Società Italiana di Neuropsicologia del Benessere) come professionisti formati in Neuropsicologia del Benessere.

APL

PSICOLOGIA | FORMAZIONE | EVOLUZIONE

METODOLOGIA DIDATTICA: UN APPROCCIO PRATICO-ESPERIENZIALE

La Scuola di Alta Formazione in Neuropsicologia del Benessere® è contraddistinta da una metodologia didattica innovativa e immersiva, specificamente progettata per consentire ai partecipanti di acquisire competenze operative immediatamente applicabili a numerosi contesti lavorativi.

La metodologia didattica della Scuola comprende

- ✓ Esercitazioni pratiche.
- ✓ Role-playing e simulazioni di casi reali.
- ✓ Sessioni di pratica guidata sulla conduzione delle diverse tecniche presentate.
- ✓ Esercizi di osservazione e feedback strutturati per migliorare le abilità comunicative e relazionali dei partecipanti, sia nel lavoro individuale che di gruppo.
- ✓ Dimostrazioni dal vivo e pratica supervisionata.
- ✓ Studio di casi reali e analisi di interventi pratici.

Formula e modalità di erogazione

Master interamente online, con sessioni pratiche in diretta e materiali didattici interattivi.

Formula weekend, con lezioni concentrate il sabato e la domenica, per garantire maggiore flessibilità ai professionisti.

Una lezione di approfondimento **in presenza** sul tema del Biofeedback nello Sport, nell'Azienda e nella Performance, con possibilità di ottenere un attestato ad hoc (partecipazione vivamente consigliata, ma **non obbligatoria** ai fini del completamento della formazione).

Accesso gratuito al corso e-learning Mindfulness Basic Training, certificato dalla Federazione Italiana Mindfulness.

DESTINATARI

Alla Scuola possono accedere:

- Laureati in Psicologia provenienti da qualsiasi Università italiana o straniera equipollente.
- Laureati in Medicina e Chirurgia, con specializzazione in Psicoterapia, Neuropsichiatria infantile, Neurologia e Psichiatria, provenienti da qualsiasi Università italiana o straniera equipollente.
- Studenti di Psicologia, previa valutazione della motivazione attraverso un colloquio conoscitivo gratuito. Per ricevere ulteriori informazioni e prenotare il colloquio conoscitivo, contattare la Segreteria scrivendo a info@psicologilombardia.it.



01-10-2026	Rilascio e-learning Mindfulness Basic Training	FAD asincrona
16-10-2026 18:30-20:00	Presentazione Master	Webinar online
17-10-2026 09:30-17:30	Neuroanatomia	Webinar online
18-10-2026 09:30-17:30	Fondamenti e storia della Neuropsicologia: Neuroscienze, modelli e processi	Webinar online
07-11-2026 09:30-17:30	Psicofisiologia del Benessere	Webinar online
08-11-2026 09:30-17:30	Valutazione del Benessere e della Performance: strumenti e metodi	Webinar online
21-11-2026 09:30-17:30	Il Colloquio come intervento trasformativo per il Benessere e l'Autorealizzazione: risorse, potenziale, empowerment	Webinar online
12-12-2026 09:30-17:30	Coaching in Neuropsicologia del Benessere: strategie per promuovere il cambiamento (1° parte)	Webinar online
13-12-2026 09:30-17:30	Coaching in Neuropsicologia del Benessere: strategie per promuovere il cambiamento (2° parte) / TERMINE PRIMO MODULO	Webinar online
09-01-2027 09:30-17:30	Biofeedback: fondamenti e strumentazione	Webinar online
10-01-2027 09:30-17:30	Biofeedback nello Sport, nell'Azienda e nella Performance	Milano (zona stazione Centrale)
23-01-2027 09:30-17:30	Neuropsicologia dello Sport	Webinar online
24-01-2027 09:30-17:30	Tecniche mindfulness-oriented per il Potenziamiento Cognitivo: Mindfulness per migliorare concentrazione, memoria, problem-solving e capacità decisionale	Webinar online
06-02-2027 09:30-17:30	Training Neurocognitivo (1° parte)	Webinar online
07-02-2027 09:30-17:30	Training Neurocognitivo (2° parte) / TERMINE SECONDO MODULO	Webinar online
20-02-2027	INIZIO MASTER IN TECNICHE DI RILASSAMENTO, GESTIONE DELLE EMOZIONI E DELLO STRESS	Webinar online
20-02-2027 09:30-17:30	Neurofisiologia del Rilassamento: meccanismi, benefici clinici e regolazione dello stress	Webinar online
27-02-2027 09:30-17:30	Tecniche Mindfulness-Based per il rilassamento profondo	Webinar online
06-03-2027 09:30-13:00	Rilassamento Muscolare Progressivo (PMR) di Jacobson	Webinar online
06-03-2027 14:00-17:30	Training Autogeno: teoria, pratica e conduzione (1° parte)	Webinar online
07-03-2027 09:30-17:30	Cognitive Behavioral Stress Management (CBSM): un programma standardizzato, validato e versatile per la gestione dello stress, applicabile in contesti personali, organizzativi e clinici	Webinar online
20-03-2027 09:30-17:30	Tecniche di Ipnosi evidence-based: applicazioni pratiche dell'ipnosi per il rilassamento e la resilienza (1° parte)	Webinar online
21-03-2027 09:30-17:30	Tecniche di Ipnosi evidence-based: applicazioni pratiche dell'ipnosi per il rilassamento e la resilienza (2° parte)	Webinar online
10-04-2026 09:30-17:30	Training Autogeno: teoria, pratica e conduzione (2° parte)	Webinar online
11-04-2027 09:30-17:30	Emotional Freedom Technique (EFT) per il rilassamento e la gestione dello stress: approccio teorico e pratico	Webinar online
08-05-2027 09:30-17:30	Regolazione delle emozioni e gestione dello stress con la Compassion-Focused Therapy (CFT)	Webinar online
09-05-2027 09:30-17:30	Teoria Polivagale Applicata: strategie pratiche per la gestione dello stress e delle emozioni	Webinar online

I DOCENTI

RESPONSABILE SCIENTIFICO

Dott.ssa Cinzia Bagnaschino

Psicologa, Neuropsicologa del Benessere,
Presidente SINdeB, Mindfulness Professional
Trainer, Mindfulness Clinical Therapist



DOCENTI DEL CORSO

Dott. Romeo Barbieri

Psicologo, Ipnologo, Neuropsicologo del Benessere, Mindfulness
Professional Trainer, Mindfulness Clinical Therapist, MBSR
Teacher Trainer, MBCT Therapist, Mindfulness Psicosomatica
Instructor



Dott.ssa Raffaella Berto

Psicologa, Psicoterapeuta, Operatore clinico di Training Autogeno,
Mindfulness Professional Trainer, Mindfulness Clinical Therapist,
MBSR Teacher Trainer, MBCT Therapist



Dott. Niccolò Cattich

Medico Chirurgo, Neurologo, Musicoterapeuta



Dott.ssa Giulia Demo

Psicologa e Psicoterapeuta cognitivo-comportamentale,
membro AIAMC



Dott.ssa Federica Di Vieste

Psicologa, Psicoterapeuta, MBSR Teacher Trainer, MBCT
Therapist



Dott.ssa Giorgia Bigai

Psichiatra



PhD Francesca Fiore

Psicologa, Psicoterapeuta, dottore di ricerca in neuroscienze cognitive, CFT Trainer e Supervisor



Dott.ssa Greta Gschwentner

Psicologa specializzata in Psicologia dello sport, Mindfulness Professional Trainer, MBSR Teacher Trainer, MBCT Therapist



Dott.ssa Cristina Lanza

Psicologa, Psicoterapeuta, Neuropsicologa del Benessere



Dott. Massimiliano Massaro

Psicologo, Psicologo del lavoro, Executive Coach



Dott.ssa Cristina Monti

Psicologa, Psicoterapeuta, Membro dello staff dell'Istituto Watson dal 2014



Dott.ssa Anna Paladino

Psicologa, Psicoterapeuta, Neuropsicologa



PhD., Dott. Gaspare Palmieri

Medico Psichiatra, Psicoterapeuta, Dottore di ricerca in Psicobiologia dell'uomo, Mindfulness Professional Trainer



Dott. Giuseppe Roberto Troisi

Psicologo, Psicoterapeuta, Supervisore Centro d'Aiuto Psicologico per adolescenti, giovani e famiglie



COMPETENZE ACQUISITE

Il percorso offre una formazione completa e specialistica sull'applicazione della neuropsicologia al benessere e alla performance, fornendo ai professionisti strumenti pratici e immediatamente spendibili in numerosi ambiti professionali.

Neuroscienze del Benessere e della Performance

- ✓ Approfondimento della neuroanatomia e delle neuroscienze cognitive applicate al miglioramento delle funzioni mentali.
- ✓ Psicofisiologia del benessere e strategie per la regolazione neurocognitiva.
- ✓ Plasticità cerebrale e neurotrasmettitori coinvolti nella motivazione, nell'apprendimento e nella performance.

Valutazione Psicofisiologica e Potenziamiento Neurocognitivo

Training Neurocognitivo e Potenziamiento Mentale

- ✓ Tecniche di brain training per migliorare memoria, attenzione e funzioni esecutive.
- ✓ Biofeedback per il monitoraggio e l'ottimizzazione delle prestazioni cognitive.
- ✓ Strumenti di valutazione e potenziamento neuropsicologico in ambito clinico, sportivo e aziendale.

Psicologia del Benessere e Crescita Personale

- ✓ Modelli di empowerment, autoefficacia e autoregolazione emotiva.
- ✓ Coaching neuropsicologico per il raggiungimento di obiettivi personali e professionali.
- ✓ Psicologia della motivazione e del cambiamento per favorire lo sviluppo e la crescita personale.

Applicazioni alla Performance e alla Psicologia dello Sport

- ✓ Neuropsicologia dello sport e della prestazione mentale.
- ✓ Strategie per il controllo dell'ansia e dell'attenzione pre-gara o pre-esibizione.
- ✓ Ottimizzazione della concentrazione e della resilienza mentale.

MODALITÀ DI ISCRIZIONE

Per procedere all'iscrizione è necessario versare l'acconto di € 290,00 (IVA inclusa) tramite PayPal, carta di credito o bonifico bancario.

L'acconto è compreso nel costo totale e non è un costo aggiuntivo.

Per effettuare il pagamento, clicca su "ISCRIVITI" nel box costi presente all'interno della pagina web del corso; verrai indirizzato all'e-commerce di Sperling per concludere l'acquisto.



L'attivazione del corso verrà confermata dalla Segreteria al raggiungimento del numero minimo di iscrizioni, entro e non oltre 15 giorni dall'inizio dello stesso. In caso di mancato raggiungimento del numero minimo, eventuali quote di iscrizione già versate verranno prontamente rimborsate.

RATEIZZAZIONE

Possibilità di rateizzazione personalizzata senza costi aggiuntivi.
L'opzione è selezionabile nel carrello dell'e-commerce.

La rateizzazione inizia dal mese successivo all'iscrizione e termina il mese precedente a quello di conclusione della formazione.

Ricorda: l'iscrizione con largo anticipo consente una rateizzazione più lunga e quindi rate più basse!

~~€3450~~
€ 2890 +iva
Entro il 01-06-2026

- ✓
- ✓ Scopri gli SCONTI RISERVATI*
- ✓ Possibilità di rateizzazione personalizzata
- ✓ Pagamenti sicuri e tracciati con PayPal, carta di credito o bonifico bancario

~~€3450~~
€ 3140 +iva
Entro il 01-09-2026

- ✓ Scopri gli SCONTI RISERVATI*
- ✓ Possibilità di rateizzazione personalizzata
- ✓ Pagamenti sicuri e tracciati con PayPal, carta di credito o bonifico bancario

€3450 +iva
Entro il 01-10-2026

- ✓ Scopri gli SCONTI RISERVATI*
- ✓ Possibilità di rateizzazione personalizzata
- ✓ Pagamenti sicuri e tracciati con PayPal, carta di credito o bonifico bancario

SCONTISTICHE

GLI SCONTI SONO CUMULABILI fino a un massimo del 30%.

5%

DI SCONTO

per saldo entro 5
giorni lavorativi dal
versamento
dell'acconto

10%

DI SCONTO

per studenti,
tirocinanti post-laurea
o dottorandi di ricerca

15%

DI SCONTO

per ex corsisti APL
(applicato in automatico
nel carrello
dell'e-commerce a coloro
che abbiano frequentato
corsi per un monte ore
minimo di 25 ore)

APL

PSICOLOGIA | FORMAZIONE | EVOLUZIONE

APL

PSICOLOGIA | FORMAZIONE | EVOLUZIONE

Per qualsiasi domanda o informazione ulteriore, il nostro team è a tua disposizione.



Milano, Firenze, Roma



info@psicologilombardia.it



+ 39 0332-18.88.185