

Il Rettore

**Decreto Rettoriale n. 16/22**

**OGGETTO:** *Errata corrige D.R. n. 222/21 del 26 ottobre 2021- Attivazione III edizione del Corso di perfezionamento in "Tecniche di rilassamento e benessere psicofisico" per l'a. a. 2021-2022.*

## **UNIVERSITA' EUROPEA DI ROMA**

**Il Rettore**

- VISTO** l'art. 3, comma 9, d.m. del Ministro dell'Università e della Ricerca del 22 ottobre 2004, n. 270, che ha modificato il d.m. 03/11/1999 n°509;
- VISTO** il d.m. del Ministro dell'Università e della Ricerca n. 262/2004 che ha istituito l'Università degli Studi Europea di Roma, non statale legalmente riconosciuta, e il D.M. del 04 maggio 2005, pubblicato sul supplemento ordinario della G.U. del 13/05/2005, n. 110, con il quale l'università Europea è stata autorizzata a rilasciare titoli di studio aventi valore legale;
- VISTO** lo Statuto dell'Università Europea di Roma, emanato con D.R. n. 33/18 del 26 aprile 2018, pubblicato nella Gazzetta Ufficiale della Repubblica Italiana – Serie Generale del 16 maggio 2018, n. 112;
- VISTO** il Regolamento Generale dell'Università Europea di Roma, emanato con D.R. n. 96/19 del 13 giugno 2019;
- VISTO** il Regolamento Didattico di Ateneo, emanato con D.R. n. 37/20 del 18 marzo 2020;
- VISTO** il Regolamento di funzionamento del Dipartimento di Scienze Umane dell'Università Europea di Roma, emanato con D.R. n. 206/19 del 19 dicembre 2019;
- VISTO** il Regolamento Master e Corsi di perfezionamento, emanato con DR n. 224/20 del 26/11/2020;
- VISTO** il D.R. n. 222/21 del 26 ottobre 2021, avente ad oggetto l'attivazione della III edizione del Corso di perfezionamento in "Tecniche di rilassamento e benessere psicofisico" per l'a. a. 2021-2022;
- CONSIDERATO** l'errore materiale contenuto nel D.R. n. 222/21 del 26 ottobre 2021 e nel Regolamento del Corso di perfezionamento in parola, nella parte in cui viene indicato il numero minimo di iscritti per l'attivazione del corso,

**DECRETA**

### **Articolo unico**

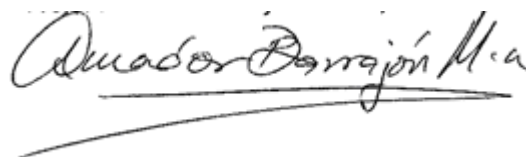
La III edizione del Corso di perfezionamento in "Tecniche di rilassamento e benessere psicofisico", per l'a.a. 2021/2022, istituito presso il Dipartimento di Scienze Umane dell'Università Europea di Roma sarà attivato al raggiungimento di minimo n. 17 studenti, come previsto nel Regolamento allegato al presente decreto. I requisiti e le modalità di ammissione, i contenuti e gli obiettivi degli insegnamenti e delle altre attività formative, la

composizione ed il funzionamento degli organi del Corso, le forme di svolgimento della prova finale e le condizioni del rilascio del titolo sono disciplinati dal Regolamento allegato al presente decreto, che ne costituisce parte integrante.

Roma, 21 febbraio 2022

**Il Rettore**

*Prof. P. Amador Barrajon Muñoz, L.C.*

A handwritten signature in black ink, reading "Amador Barrajon Muñoz", with a long horizontal line underneath it.

**Regolamento Corso di Perfezionamento in:**  
***“Tecniche di Rilassamento e Benessere Psicofisico”***

**Edizione n. 3**

Anno accademico 2021/22

**Art. 1**  
**(Istituzione)**

1. È istituito con delibera n. 46/20/CDA del 24 giugno 2020 del Consiglio di Amministrazione dell'Università degli studi Europea di Roma e sarà attivato al raggiungimento del numero minimo di n. **17** iscritti, presso l'Università degli studi Europea di Roma, in collaborazione con l'Istituto di Scienze Psicologiche il corso di perfezionamento in *“Tecniche di Rilassamento e Benessere Psicofisico” (TRB)*. Il mancato raggiungimento del numero minimo previsto di studenti iscritti, ad insindacabile giudizio dei competenti Organi gestionali del Corso, comporta la mancata attivazione del Corso stesso

**Art. 2**  
**(Destinatari)**

1. Il Corso di perfezionamento in *“Tecniche di Rilassamento e Benessere Psicofisico”* è rivolto a Psicologi e Psicoterapeuti.

**Art. 3**  
**(Obiettivi formativi e profili professionali)**

1. Il Corso persegue diversi obiettivi, alcuni personali e altri professionali, e, di tutti questi, alcuni a breve o medio termine e altri a lungo termine.

1. Obiettivi professionali a breve o medio termine: a) conoscenza delle principali tecniche, delle loro aree di pertinenza, dei loro pregi e dei loro limiti; b) affinamento delle proprie abilità di comunicazione, profonde e suggestive; c) capacità di gestire ogni situazione possibile, relativamente all'applicazione delle tecniche sugli altri; d) sviluppo delle abilità di progettazione degli interventi, ad personam o al gruppo; e) conoscenza di tutti gli strumenti e i metodi necessari all'applicazione delle tecniche apprese; f) gestione e utilizzo delle abilità relazionali.
2. Obiettivi professionali a lungo termine: a) stimolo verso la crescita creativa del proprio lavoro; b) capacità di lettura e gestione delle dinamiche psichiche connesse all'utilizzo delle tecniche; c) acquisizione di un atteggiamento aperto, capace di adattare le conoscenze alle condizioni pratiche e reali; d) sviluppo di uno stile disteso, fiducioso e professionale; e) ampliamento del bagaglio personale e professionale, dei propri strumenti di auto-gestione, auto-controllo e auto-consapevolezza.

3. Obiettivi personali a breve o medio termine: a) la capacità di riconoscimento delle manifestazioni dell'ansia e dello stress; b) lo sviluppo delle abilità di gestione autonoma delle situazioni di ansia e stress; c) l'acquisizione di un'ottica preventiva, piuttosto che curativa; d) la conoscenza e l'apprendimento delle abilità di fronteggiamento immediato della tensione psicofisica personale, necessarie a intervenire immediatamente nelle situazioni di incremento dell'ansia e dello stress; e) la crescita delle capacità di lettura emozionale e psicofisica del sé; f) l'incremento dell'auto-consapevolezza.
  4. Obiettivi personali a lungo termine: a) lo sviluppo di una generale capacità di prevenzione naturale, che predisponga l'organismo a fronteggiare nel migliore dei modi le possibili situazioni d'allarme personale; b) l'acquisizione delle abilità di auto-conoscenza e auto-consapevolezza; c) la formazione di uno stile di personalità maggiormente improntato alla temperanza, alla calma, alla pacatezza delle reazioni e alla pazienza; d) la distensione generale di tutte le facoltà psichiche; e) l'incremento dell'auto-stima e dell'auto-efficacia, nel possesso degli strumenti idonei a lenire ogni possibile stato di allerta o tensione crescente; f) una più sicura e fluente relazione con il mondo esterno.
2. Il Corso prepara, infine, trainer esperti per le seguenti possibili aree di intervento: 1) la promozione del benessere e della salute psicologica (in ambito individuale, familiare, sociale, lavorativo, istituzionale, giuridico ecc.); 2) la prevenzione del disagio psichico (in ambito individuale, familiare, sociale, lavorativo, istituzionale, giuridico, ecc.); 3) l'alleggerimento delle condizioni psicopatologiche individuali già diagnosticate, riconducibili all'ansia e allo stress; 4) la diffusione delle informazioni preventive in ambiti istituzionali; 5) la ricerca, clinica o sperimentale, pertinente alle tecniche apprese; 6) la progettazione di interventi in ambiti differenti da quelli sanitari o socio-sanitari (sport, pubblico, consulenza, centri di benessere, scuola, azienda, comunità, carceri, maternità e genitorialità, ecc.).

#### **Art. 4 (Durata e Frequenza)**

1. L'attività formativa corrisponde a n. 30 crediti formativi universitari (CFU) complessivi, e impegnerà gli iscritti per non meno di n. 750 ore di apprendimento complessivo (attività didattica, workshop e seminari, studio individuale, stage e tirocini curriculari, tesina finale).
2. Le lezioni, che inizieranno nel mese di gennaio 2022 e si concluderanno nel mese di gennaio 2023, si terranno nei giorni seguenti:
  - sabato dalle ore 9 alle ore 13 e dalle 14 alle 18;
  - domenica, dalle ore 9 alle ore 13.
3. La frequenza è **online** e si potrà accedere all'aula didattica virtuale tramite apposita piattaforma per la teledidattica. Agli iscritti verranno fornite puntuali indicazioni su come accedere alle video-lezioni.
4. La frequenza del corso è obbligatoria. La percentuale minima di frequenza delle attività è stabilita nella misura dell'80% del monte orario complessivo.

#### **Art. 5 (Articolazione)**

La struttura didattica e l'articolazione del Corso è così definita:

| DISCIPLINA   | SSD                                      | CFU |
|--|--|-----|
| Introduzione alle Tecniche di Rilassamento e di Benessere Psicofisico<br><br>(TRB) – definizioni, storia, psicofisiologia, strutturazione e applicazioni | M-PSI/01<br><br>M-PSI/02<br><br>M-PSI/08 | 3   |

|  |                      |    |
|--|----------------------|----|
| Applicazione in Psicologia Clinica e Psicoterapia dello Sviluppo | M-PSI/04<br>M-PSI/08 | 2  |
| Applicazione in Psicologia Clinica e Psicoterapia dell'adulto    | M-PSI/08             | 3  |
| Applicazione in Psicologia Medica                                | M-PSI/08             | 1  |
| Applicazione in Psicologia del Lavoro                            | M-PSI/06             | 1  |
| Applicazione in Psicologia non Clinica                           | M-PSI/01<br>M-PSI/04 | 2  |
| Esercitazioni Pratiche Cliniche                                  | M-PSI/08             | 13 |
| studio individuale, autoformazione e ricerca prova finale        | tesina               | 5  |

**Art. 6**  
**(Prova finale e conseguimento dell'attestato finale)**

Il rilascio dell'Attestato di partecipazione al Corso di Perfezionamento in Tecniche di Rilassamento e Benessere Psicofisico e la conseguente acquisizione dei n. 30 CFU sono condizionati:

- al pagamento dell'intera quota di iscrizione;
- al raggiungimento della percentuale minima di frequenza delle lezioni, che non deve essere inferiore all' 80%;
- al superamento della prova finale, consistente nella discussione di una tesina.

**Art. 7**  
**(Sede Amministrativa e sede delle attività didattiche)**

1. La sede amministrativa del Corso è quella dell'Università Europea di Roma.
2. Il Corso di Laurea di riferimento è il Corso di laurea in Psicologia

**Art. 8**  
**(Organi)**

Sono Organi del Corso:

**Il Direttore:** Prof. Ettore De Monte

**Il Coordinatore:** Prof.ssa Anna Contardi

**Il Vice-Coordinatore:** Dott.ssa Giuliana Mossolani

**Il Comitato Scientifico:** Prof. Ettore De Monte, Dott.ssa Giuliana Mossolani, Prof. Antonino Tamburello, Prof.ssa Anna Contardi, Prof.ssa Claudia Navarini, Prof. Benedetto Farina, Prof.ssa Maria Antonietta Fabbricatore

**Art. 9**  
**(Requisiti di iscrizione)**

1. Possono partecipare al corso sia studenti italiani che stranieri. Per poter essere iscritti al corso è necessario essere in

possesso di uno dei seguenti requisiti:

1. *Laurea in Psicologia conseguita secondo gli ordinamenti didattici precedenti il decreto ministeriale del 3 novembre 1999 n. 509.*
2. *Laurea triennale in Scienze e Tecniche Psicologiche ai sensi del D.M. 509/99 e ai sensi del D.M. 270/2004.*
3. *Lauree specialistiche in ambito psicologico ai sensi del D.M. 509/99 e lauree magistrali ai sensi del D.M.270/2004.*
4. *Specializzazione in Psicoterapia, ai sensi dell'art.3 Legge 56/89.*

Per difetto dei requisiti si potrà disporre, in qualsiasi momento e con provvedimento motivato, l'esclusione dal Corso.

2. Possono presentare domanda di ammissione i candidati in possesso di un titolo accademico conseguito all'estero equiparabile per durata e contenuto al titolo accademico italiano richiesto per l'accesso al corso. I titoli di studio conseguiti all'estero verranno valutati dall'organo competente per la dichiarazione di equipollenza, ai solo fini dell'iscrizione al corso, secondo la vigente normativa.

3. I requisiti per l'ammissione al corso dovranno essere posseduti alla data di scadenza del termine utile per la presentazione delle domande di iscrizione al master/corso.

4. Per difetto dei requisiti si potrà disporre in qualsiasi momento, con provvedimento motivato, l'esclusione dal corso.

#### **Art. 10 (Uditori)**

1. Coloro che non sono in possesso dei requisiti di cui all'art. 9 del presente regolamento potranno partecipare al corso in qualità di uditore e conseguire l'attestato di partecipazione

2. L'uditore non sostiene l'esame finale, non ha obbligo di frequenza, non partecipa allo stage, non ha l'obbligo di preparazione del *project work*, non consegue il diploma finale del Corso e i relativi CFU.

3. La segreteria didattica rilascia all'uditore un attestato di frequenza relativo ai moduli ai quali il discente ha partecipato, contenente l'indicazione delle ore di lezione effettivamente fruite.

#### **Art. 11 (Selezione dei candidati)**

1. Il Corso è un corso *post lauream* a numero chiuso. Il numero massimo di iscritti è fissato in n. 30 posti.

2. L'accettazione delle domande avviene seguendo il mero criterio cronologico fino al raggiungimento del numero massimo dei posti disponibili.

#### **Art. 12 (Quota d'iscrizione)**

1. La tassa d'iscrizione al Corso è stabilita in € 1.700, da versare in un'unica soluzione al momento dell'immatricolazione, oppure in due soluzioni come segue:

I<sup>a</sup> rata € 700 all'atto dell'immatricolazione;

II<sup>a</sup> rata € 500 entro il 15 marzo 2022;

III<sup>a</sup> rata € 500 entro il 15 giugno 2022.

**Università Europea di Roma**  
**Via degli Aldobrandeschi, 190 - 00163 Roma (Italia) - Tel. (+39) 06-665431 Fax. (+39) 06-66543840**  
**mail: [rettore@unier.it](mailto:rettore@unier.it) - website: [www.universitauropeadiroma.it](http://www.universitauropeadiroma.it)**

2. Il contributo per partecipare come uditore al Corso è di:  
€ 1000 per l'intero corso;  
€ 400 per il singolo modulo.

Il contributo è da versare in un'unica rata al momento dell'iscrizione.

3. Ai pagamenti dilazionati effettuati dopo la data di scadenza delle rate, ad eccezione della rata di iscrizione, verranno applicati gli interessi di mora, secondo le modalità riportate nell'art. 6 del regolamento Tasse e contributi dei corsi di Laurea dell'Università Europea di Roma per l'anno accademico 2021/22.

4. Le tasse potranno essere ridotte in forza di specifiche convenzioni con Enti, Associazioni, Istituzioni che potranno versare delle borse di studio a favore dei partecipanti. In caso di pagamenti dilazionati, le eventuali agevolazioni verranno detratte a partire dall'ultima rata.

5. Il mancato pagamento dell'intera quota d'iscrizione al corso precluderà il rilascio dell'attestato finale di partecipazione.

### **Art.13 (Domanda d'immatricolazione)**

1. La domanda d'immatricolazione dovrà essere presentata tramite il sistema informatico Esse3 (entro il **7 gennaio 2022**), secondo le modalità indicate nella pagina web del corso e di seguito riportate:

1. registrarsi nel sito [www.universitaeuropadiroma.it](http://www.universitaeuropadiroma.it) nella sezione "ESSE3". La registrazione permette la creazione delle credenziali (Username e Password).
2. compilare on - line la domanda di iscrizione accedendo, con le proprie credenziali, al sistema informatico di Ateneo;

Durante la procedura di immatricolazione sul sistema Esse3, dovranno essere caricati i documenti allegati esclusivamente in formato .pdf (ogni allegato non dovrà superare i 5 MB - non sono ammessi invii di fotografie):

- Per i soli cittadini stranieri:
  - una fotografia formato tessera;
  - copia di un documento di riconoscimento in corso di validità;
  - copia del codice fiscale (solo per i cittadini italiani e gli stranieri che ne sono in possesso);
  - autocertificazione del titolo universitario
- per i soli cittadini stranieri: copia del titolo straniero tradotto, legalizzato e accompagnato dalla dichiarazione di valore *in loco*, rilasciata dalla competente rappresentanza diplomatica o consolare italiana, secondo le norme vigenti in materia di ammissione di studenti stranieri ai corsi di studio nelle Università italiane (solo per i possessori di titolo di studio non dichiarato equipollente).

Per completare la procedura di immatricolazione è necessario scaricare il MAV e procedere al pagamento. Non c'è necessità di invio della documentazione, in quanto la procedura è informatizzata.