

EFA  
Emotionally Focused Academy s.r.l.  
Organizza l'evento formative RES

**“Non si sanguina davanti agli squali. Focus e presenza nel fuoco della rabbia e della reattività. Raggiungere la prima zona sicura della de-escalation.”**

**Provider ECM n. 58 – Obiettivo Psicologia srl**

- **Date:** 28 febbraio - 1 marzo 2026
- **Modalità:** In presenza, Milano
- **Sede:** Hotel Des Etrangers
- **Totale ore:** 14
- **Numero partecipanti:** 70

**Sede legale:** EFA Emotionally Focused Academy s.r.l.  
Via San Felice Circeo 8, 00189 Roma

**Responsabile Scientifico:** dott. Andrea Pagani

**Responsabile Segreteria Organizzativa:**

**Dott.ssa**Giulia Altera

### **Programma del Dettaglio delle Giornate:**

#### **28 Febbraio 2026 (09:00 - 18:00)**

- Le basi della teoria dell'attaccamento e i cicli di reattività in EFT.
- Riconoscere e distinguere le difese emotive attive e passive.
- Strategie per la regolazione dell'alta intensità emotiva.
- Introduzione alle tecniche di de-escalation (Passo 2 e 3 del processo EFT).

#### **1 Marzo 2026 (09:00 - 18:00)**

- Approfondimento del lavoro con emozioni come rabbia, vergogna e paura.
- Il ruolo del corpo e della presenza del terapeuta (RISSSC).
- Lavoro pratico con il Tango dell'EFT in situazioni di alta reattività.
- Adattare gli interventi ai contesti culturali e identitari (incl. LGBTQIA+).
- Gestione delle impasse terapeutiche e consolidamento della de-escalation.

**Costo per Partecipante:** 427,00 €

## **Obiettivi del Workshop:**

### **Acquisizione di competenze tecnico-professionali**

Al termine del workshop, i partecipanti saranno in grado di identificare e valutare i cicli disfunzionali di reattività emotiva all'interno dei sistemi relazionali, distinguendo tra modalità difensive attive e passive. Acquisiranno competenze operative nell'utilizzo di interventi di de-escalation e di focalizzazione emotiva, finalizzati all'accesso e alla riorganizzazione dell'esperienza emotiva primaria, con particolare attenzione alla gestione clinica di emozioni complesse quali rabbia e vergogna come leve di cambiamento terapeutico.

### **Acquisizione di competenze di processo clinico-relazionale**

I partecipanti svilupperanno un atteggiamento terapeutico basato sulla Emotionally Focused Therapy, sulla regolazione emotiva e sulla creazione di sicurezza, anche in contesti di elevata intensità emotiva. Apprenderanno l'uso di micro-interventi, strategie di sintonizzazione e modulazione del ritmo del processo terapeutico, utili a favorire il movimento clinico, affrontare situazioni di stallo e promuovere una maggiore flessibilità nelle dinamiche relazionali rigide.

### **Acquisizione di competenze sistemiche e contestuali**

Il workshop fornirà strumenti per comprendere come i pattern disfunzionali di regolazione emotiva e le strategie protettive si esprimano all'interno di differenti contesti relazionali, culturali e identitari, incluse le coppie e le persone LGBTQIA+. I partecipanti saranno in grado di adattare gli interventi clinici mantenendo un solido ancoraggio ai principi dell'attaccamento e dell'emozione come organizzatori centrali del funzionamento del sistema terapeutico, favorendo interventi clinicamente efficaci, eticamente sensibili e culturalmente competenti.

**Metodologia Formativa Prevista:** Teorico-Esperienziale attraverso: lezione frontale, presentazione e analisi di video di sedute cliniche, e Role Play tematici.

### **Docente: Dott.ssa Giulia Altera**

Dott.ssa Giulia Altera è Psicologa, Psicoterapeuta Clinica e Forense, Trainer, Supervisore e Terapeuta Certificata ICEEFT (International Centre for Excellence in Emotionally Focused Therapy), formata personalmente dalla Dott.ssa Sue Johnson, fondatrice dell'Emotionally Focused Therapy (EFT). È Presidente e Co-fondatrice di EFT Italia e Direttrice del Centro EFT Nord Italia. Ricopre inoltre il ruolo di Direttrice Scientifica presso il Consorzio Universitario Humanitas di Roma per il Master Universitario di II livello in Psicologia della Relazione: Emotionally Focused Therapy e Approcci Integrati alla Terapia di Coppia e Familiare. Svolge attività di formazione ufficiale ICEEFT (Externship®, Core Skills®, AIRM Workshop, Essential EFIT®) e conduce workshop avanzati su temi quali trauma, vergogna, cambiamento di Stage 2 in EFT e processi esperienziali. Prima della specializzazione in EFT, ha conseguito con lode la formazione in Psicoterapia Cognitivo-Comportamentale (Miller Institute) e un Master Universitario di II livello in Criminologia e Scienze Psichiatriche Forensi presso l'Università di Genova, collaborando in ambito forense e penitenziario e partecipando a studi di validazione scientifica. Ha completato inoltre la formazione internazionale su

Trauma e Disturbi Dissociativi con la Dott.ssa Kathy Steele (ISSTD) ed è Schema  
Therapist Certificata (ISST).

È autrice e collaboratrice editoriale in ambito scientifico, ha contribuito alla traduzione di testi fondamentali di Sue Johnson ed è relatrice e formatrice internazionale in Europa e America Latina. La sua attività clinica e formativa è rivolta in particolare al lavoro con coppie, individui e famiglie, con specifica competenza nel trattamento del trauma, delle difficoltà emotive e relazionali, e nel lavoro con coppie LGBTQIA+.