

**Ragione Sociale: STUDIO RIPSÌ - STUDIO ASSOCIATO DI PSICOLOGIA E PSICOTERAPIA**

**Id Provider: n. 6162**

**TECNICHE E STRUMENTI EFFICACI PER LA  
PSICOLOGIA CLINICA E LA PSICOTERAPIA:  
TECNICHE DI IMAGERY E IPNOSI**  
*(LINGUISTICA, METAFORE, IMAGERY, RESCRIPTING, SEDIE, IPNOSI CLINICA)*

## **Obiettivi didattici**

---

**Obiettivo** del presente corso è di fornire ai partecipanti una modalità più pratica per formarsi, indipendentemente dalla corrente di appartenenza e dall'anagrafe personale o professionale. In particolare, si imparerà a usare il linguaggio in modo vago, multisensoriale e creativo; costruire metafore; trasformare pensieri, emozioni, sensazioni e sintomi in oggetti mentali; accedere alle immagini prodotte spontaneamente dal paziente. È utile apprendere e maneggiare con disinvoltura l'ipnosi medica, il lavoro con le parti, i ponti affettivi, le sedie.

**Obiettivo formativo n. 18** - Contenuti tecnico-professionali (conoscenze e competenze) specifici di ciascuna professione, di ciascuna specializzazione e di ciascuna attività ultraspecialistica, ivi incluse le malattie rare e la medicina di genere

## Destinatari, Luogo, Calendario e ECM

### Destinatari

Sono ammessi Psicologi, Psicoterapeuti, Psichiatri, Neuropsichiatri Infantili.

### Luogo

Il corso si terrà interamente online presso la piattaforma FAD: <https://fad.studioripsi.it/>

Il corso è un FAD sincrono, ossia viene svolto online, in diretta web.

### Calendario

Il corso sarà svolto seguendo il seguente calendario:

- 25, 26, 27 settembre 2026
- 09, 10, 11 ottobre 2026
- 06, 07, 08 novembre 2026

Tutte le giornate si svolgeranno dalle ore 9,00 alle ore 17,00 (pausa pranzo 12,30-13,30) online

Crediti ECM: 50

## Docenti

**Alessandro Calderoni**, psicologo, psicoterapeuta cognitivo-comportamentale e sessuologo. È socio fondatore di Ipnomed, Accademia Italiana di Ipnosi Clinica Rapida, founder di Relief, il primo pronto soccorso psicologico dedicato alle emergenze emotive di tutti i giorni, e direttore di Psymind, una rete di centri clinici tra Milano e Torino. Conduce gruppi di mindfulness da più di dieci anni ed è trainer di Mindful Self Compassion. È formato in (e pratica quotidianamente) EMDR, Flash Technique, Brainspotting, Schema Therapy, TMI, biofeedback. Si occupa di psicologia digitale dal 2009. È ideatore di Psytools, il progetto da cui prende vita questo master.

Responsabile Scientifico: Alessandro Calderoni, psicologo psicoterapeuta

## Programma didattico

### - Tecniche immaginative

o Metafore: generarne di inedite e ricavarne dal paziente

o Imagery: creazione e modificazione di immagini mentali

o Linguistica: utilizzo pratico del linguaggio suggestivo, ipnotico, trasformativo

o Affect bridge, rescripting, future pacing: riscrivere il passato, prescrivere il futuro

o Teatralizzazione: role playing e messa in scena ad alto impatto emotivo

o Tecnica delle sedie: il lavoro tra personaggi e tra parti

o Esercitazioni

- Ipnosi

o Cos'è e come funziona l'ipnosi

o Fenomeni ipnotici

o Induzioni ipnotiche (classiche, standard, con movimento della mano, con stretta della mano)

o Ipnosi rapida

o Ipnosi conversazionale

o Algoritmo ipnotico

o Struttura della sessione ipnotica

o Impieghi clinici dell'ipnosi in psicoterapia su base diagnostica

o Tipologie di "posto sicuro" con e senza ipnosi

o Esercitazioni

- Ulteriori applicazioni dell'ipnosi

o Ipnosi e relax

o Ipnosi e CBT

o Ipnosi ed effetti organici o Ipnosi e tecnologia: come ottimizzare l'effetto in seduta e a casa

o Casi clinici



# Alessandro Calderoni

psicologo psicoterapeuta

**Email**  
alessandro@psymind.it  
**Indirizzo**  
via Lodovico il Moro 53  
20143 Milano, Italia  
**Telefono**  
335272516  
**Data di nascita**  
5 Apr, 1974  
**Nazionalità**  
Italiana  
**Link**  
http://www.alessandrocalderoni.com

Svolgo attività clinica da libero professionista tra Milano e Torino, insegno ipnosi, coniugo la mia passione per la tecnologia con quella per la psicologia, mi diverto con la divulgazione scientifica on line. Di tanto in tanto mi lancio in progetti avventurosi, come l'ascolto degli adolescenti in chat agli albori di Facebook e la recente apertura di un pronto soccorso psicologico in metropolitana per il sollievo rapido. Ho alle spalle trent'anni di giornalismo e di conduzione radiofonica.

## Esperienza

Milano, Novate Milanese, Torino 2010 - Attuale	<ul style="list-style-type: none"> <li>Fondatore e direttore <b>Psymind</b> attività libero professionale di psicoterapia cognitivo comportamentale integrata</li> </ul>
Milano 2019 - Attuale	<ul style="list-style-type: none"> <li>founder e amministratore Unico <b>Relief srl</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>il primo pronto soccorso psicologico per le emergenze emotive e il benessere quotidiano, disponibile 7/7 dalle 8 alle 20 in metropolitana nel capoluogo lombardo e on line</li> </ul> </li> </ul>
Torino - Padova 2016 - Attuale	<ul style="list-style-type: none"> <li>socio fondatore e docente <b>Ipnomed</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Accademia Italiana di Ipnosi Clinica Rapida</li> </ul> </li> </ul>
Milano 2015 - 2019	<ul style="list-style-type: none"> <li>presidente <b>Associazione Qui, Ora, Domani</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>associazione no profit dedicata alla divulgazione della psicologia digitale</li> </ul> </li> </ul>
Torino 2014 - 2016	<ul style="list-style-type: none"> <li>docente <b>CIICS</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Centro Italiano di Ipnosi Clinica e SPerimentale</li> </ul> </li> </ul>
Milano 1997 - 2016	<ul style="list-style-type: none"> <li>redattore e conduttore <b>RMC, Virgin Radio, Radio 105</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>giornalista, voce, autore</li> </ul> </li> </ul>
Milano 1999 - Attuale	<ul style="list-style-type: none"> <li>titolare <b>Estrema Mente</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>agenzia per la formazione e la realizzazione di corsi professionali</li> </ul> </li> </ul>
Milano 1992 - 2016	<ul style="list-style-type: none"> <li>giornalista e fotografo <b>RCS, Mondadori, Hearst...</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>collaboratore freelance dei maggiori quotidiani e settimanali italiani, specializzato in inchieste investigative</li> </ul> </li> </ul>
2018 - Attuale	<ul style="list-style-type: none"> <li>membro della redazione <b>Psicoterapia Cognitiva e Comportamentale</b> recensore di libri clinici per la rivista scientifica in oggetto, edita da Erickson</li> </ul>

## Istruzione

Firenze	<ul style="list-style-type: none"> <li>Master in sessuologia clinica <b>Giunti</b></li> </ul>
Arezzo	<ul style="list-style-type: none"> <li>Master II livello in Terapia Breve Strategica <b>Strategic Therapy Center</b></li> <li>Master in disturbi dell'apprendimento <b>IPS</b></li> </ul>
Milano	<ul style="list-style-type: none"> <li>Scuola di psicoterapia cognitivo-comportamentale <b>ASIPSE</b> 50/50</li> </ul>
Milano	<ul style="list-style-type: none"> <li>Laurea magistrale in Psicologia Clinica, dello sviluppo e neuropsicologia <b>Università Bicocca</b> 110/110</li> </ul>

## Competenze

- Comunicazione efficace (trent'anni di radio; venti di corsi, conferenze e lezioni; insegna public speaking)
- Organizzazione del lavoro (gestisce team in proprio dall'età di 20 anni e dal 1999 forma team aziendali)
- Clinica efficace e integrata (CBT, ipnosi, mindfulness, EMDR, psicologia digitale, biofeedback)
- Informatica e tecnologia (tecnofilo per passione, possiedo più di venti device, mi muovo con disinvoltura sia in ambiente PC che Mac, uso software di videoscrittura, fotoritocco, videomontaggio, illustrazione, produzione audio)

## Lingue

**Inglese**  
Livello avanzato

## Progetti

*Psytools*. Master in psicotecniche pensato per psicologi, psichiatri e psicoterapeuti nell'intento di trasmettere in meno di un anno (un weekend al mese) tutte le tecniche di intervento evidence based più efficaci e utili al professionista della salute mentale. Dal 2022

*Relief, il podcast*. Podcast settimanale abbinato al pronto soccorso psicologico, affianca problemi, soluzioni, letteratura, trucchi del mestiere, consigli di lettura. Dal 2021

*Psicologia in due minuti*.

Serie divulgativa di circa 100 video a tema psicologico e psicoterapeutico diffusa su Youtube e altri social network a partire dal 2019.

*Psymind*. App per smartphone, tablet e pc dedicata ai pazienti dei centri clinici omonimi, 2020

*Relief, app* per smartphone, tablet e pc dedicata ai pazienti del pronto soccorso psicologico, 2020

*Sollievo*. App per smartphone, tablet e pc dedicata all'autoipnosi, 2022

## Certificati e corsi

Abilitazione all'insegnamento della Mindful Self Compassion (MSC Italia)

Terapia Metacognitiva Interpersonale (G. Dimaggio) basic e intermediate

DBT skills training (C. Swenson)

HRV biofeedback (Heartmath Interventions Certification Program)

Schema Therapy (S.I.S.T.)

Ipnologo (CIICS)

EMDR I e II livello (EMDR Italia)

SETT 3.0 e METT 3.0 (Paul Ekman Institute)

FACS - metodo Ekman (Hager)

PNL master practitioner (NLP Italy)

ipnosi ericksoniana (Tyrrell/Elliott)

ipnosi rapida (Jacquin)

ipnosi medica rapida (Regaldo)

ipnosi direttiva (J. Stephens)

induzioni ipnotiche rapide (Ledochowski)

tremore neurogeno (Bercei)

mindfulness training (Chaskalson)

Biofeedback (Khazan, Sacco)

Neurofeedback (Rotonda, Van Deusen)

## Pubblicazioni e partecipazioni

*Zheng, il primo servizio italiano di ascolto e aiuto psicologico per teenagers su Facebook*, relazione Congresso AIAMC, 2015

*Psicologia e apps: verso un modello di terapia mobile, collaborativa, diffusa*, relazione Congresso AIAMC, 2015

*tDCS: 5 casi di depressione, trattamento e outcome*, relazione Congresso AIAMC, 2015

*Confronto tra cinque tecniche di meditazione e rilassamento*, Psicologia Cognitivo-comportamentale, 2015

*I sado-maso: tutte le sfumature del loro identikit*, Il Venerdì di Repubblica, 2015

*Satanisti italiani: egoisti e freddi ma anche equilibrati e non violenti*, La Stampa, 2016

*Realtà virtuale, ipnosi o smartphone: cosa ci rilassa di più in 15 minuti?*, relazione Congresso SITCC, 2018

*Amico BioValPro: un protocollo mente-corpo che unisce empatia, biofeedback, imagery e ipnosi*, relazione Congresso SITCC, 2018

*Relief: un modello di Pronto Soccorso Psicologico rapido ad alta tecnologia per le emergenze emotive quotidiane*. Congresso SITCC 2021

*Relief: sollievo psicologico rapido per persone e aziende*. Congresso AIAMC 2022

## Libri

*Trattato di ipnosi*, cap. "Cinque tecniche di rilassamento a confronto", Cleup. Volume a cura di Edoardo Casiglia, 2015

*Per fortuna vivere è difficile*, Bruno Editore, 2011

*Psicologia Digitale*, Ecomind, 2015

*L'intervista on line*, in "Tre punto zero" di E. Romanelli, Dino Audino ed, 2011

*Aiutare on line*, Ecomind, 2010

*Schifoso traditore*, 80144 edizioni, 2010

*Il mestiere più @ntico del mondo*, BUR, 2008

*Il linguaggio occulto della pittura*, Lindau, 2007

*Sopra le righe*, Aliberti, 2005

## Ordini professionali

Ordine degli psicologi della lombardia, tessera 16615  
Ordine dei giornalisti, elenco professionisti, tessera 057401