

**Allegato 3 – Piano formativo del Corso di Alta Formazione in:
Valutazione e Trattamento Cognitivo-Comportamentale dell’Insonnia (CBT-I)**

Dipartimento di Psicologia

Tipologia del Corso	<i>Corso di Alta Formazione</i>
Denominazione	<i>Valutazione e Trattamento Cognitivo-Comportamentale dell’Insonnia (CBT-I)</i>
Dipartimento proponente	<i>Dipartimento di Psicologia</i>
Direttore del Corso:	<i>Prof.ssa Caterina Lombardo</i>
Numero minimo e massimo di ammessi	<i>Numero minimo: 8 Numero massimo: 40</i>
Requisiti di ammissione	<ul style="list-style-type: none"> - <i>Psicologi e Medici iscritti ai rispettivi albi e specializzati o in formazione specialistica;</i> - <i>Possono accedere al Corso di Alta Formazione laureati in possesso di titoli accademici rilasciati da Università straniere, preventivamente riconosciuti equipollenti dal Collegio docenti del Corso di Alta Formazione al solo fine dell’ammissione al corso e/o nell’ambito di accordi inter-universitari di cooperazione e mobilità;</i> - <i>Non possono essere ammessi candidati privi dei titoli necessari per l’accesso al Corso di Alta Formazione;</i> - <i>Per i candidati in possesso di titoli conseguiti all’estero deve essere dichiarata l’equipollenza ai soli fini dell’iscrizione al Corso di Alta Formazione;</i> - <i>I requisiti di accesso devono essere posseduti all’atto della scadenza della domanda e la Dichiarazione di Valore dei titoli conseguiti all’estero deve essere obbligatoriamente allegata alla domanda di ammissione;</i> - <i>Il Collegio docenti stila la graduatoria di merito sulla base di criteri prestabiliti;</i> - <i>L’iscrizione ad un Corso di Alta Formazione è compatibile con l’iscrizione ad altri corsi di studio.</i>

Obiettivi formativi	<ul style="list-style-type: none"> - Disseminazione delle conoscenze sulla valutazione ed il trattamento cognitivo-comportamentale dell'insonnia (CBT-I); - Apprendimento delle tecniche cognitivo-comportamentali classiche e di terza generazione di provata efficacia, integrando conoscenze psicobiologiche recenti circa la regolazione del sonno; - Esercitazioni pratiche e discussione dei casi clinici.
Risultati di apprendimento attesi	<p>I partecipanti saranno in grado al termine del corso di:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Condurre un adeguato assessment e diagnosi di insonnia; - Eseguire una diagnosi differenziale con altri disturbi del sonno; - Conoscere le basi della psicofisiologia del sonno e i principi di regolazione del sonno; - Conoscere e applicare il protocollo CBT- I, dalle tecniche comportamentali a quelle cognitive; - Conoscere e applicare le tecniche di rilassamento per il trattamento dell'insonnia; - Conoscere e applicare gli adattamenti del protocollo CBT-I a diverse fasce d'età; - Conoscere e applicare gli adattamenti del protocollo CBT-I a popolazioni specifiche.

Piano delle Attività Formative

Denominazione attività formativa	Responsabile insegnamento	Settore scientifico disciplinare (SSD)	CFU	Ore	Tipologia	Lingua
Attività I: Basi fisiologiche e regolazione del sonno	- Prof. Luigi De Gennaro	MPSI/02	1	8	Lezione frontale	Italiano
Attività II: Sistemi di classificazione e polisonnografia (PSG)	- Prof. Luigi De Gennaro	MPSI/02 MPSI/08 MED/26	0,5	4	Lezione frontale	Italiano
Attività III: Insonnia	- Prof. Caterina Lombardo	MPSI/08	1	8	Lezione frontale	Italiano
Attività IV: Valutazione clinica dell'insonnia	- Prof. Caterina Lombardo	MPSI/08 MPSI/01	0,5	4	Lezione frontale	Italiano
Attività V: Diagnosi differenziale e farmacologia	- Prof. Oliviero Bruni	MPSI/08 MED/10 MED/26	0,75	6	Lezione frontale	Italiano

Attività VI: CBT-I 1, Tecniche comportamentali	-Prof. Caterina Lombardo	MPSI/08	0,75	6	Lezione frontale	Italiano
Attività VII: CBT-I 2, Tecniche cognitive	-Prof. Caterina Lombardo	MPSI/08 MED/25	0,75	6	Lezione frontale	Italiano
Attività VIII: Fattori emozionali e tecniche di rilassamento	-Prof. Caterina Lombardo	MPSI/08 MPSI/02	0,75	6	Lezione frontale	Italiano
Attività IX: Insonnia nel ciclo di vita e corrispondenti adattamenti della CBT-I	-Prof. Fabio Lucidi	MED/39 MED/26 MPSI/08	0,75	6	Lezione frontale	Italiano
Attività X: Adattamento della CBT-I nell'insonnia in comorbidità.	-Prof. Cristiano Violani	MPSI/08	0,75	6	Lezione frontale	Italiano
Attività XI: Efficacia e limiti della CBT-I.	-Prof. Cristiano Violani	MPSI/08 MPSI/02	0,75	6	Lezione frontale	Italiano
Esercitazioni guidate e discussione dei casi clinici	-Prof. Caterina Lombardo	MPSI/02 MPSI/08 MED/39	3	36	Esercitazioni pratiche	Italiano

Prova finale	Attività XII: Casi clinici (Responsabile: C. Lombardo)	MED/39 MPSI/02 MPSI/08	0,75	6	<i>Presentazione dei casi clinici portati dai partecipanti</i>
TOTALE		12 cfu, 108 ore			

Inizio delle lezioni	<i>24 maggio 2019</i>
Calendario didattico	<p><i>Le lezioni inizieranno il giorno 24 maggio 2019, si concluderanno entro il 31 marzo 2020 e si terranno generalmente con cadenza mensile (1 modulo al mese, tranne per i primi tre mesi nei quali si svolgeranno secondo il seguente calendario:</i></p> <p>24 maggio 2019 (Aula 14) 9.30-10.30 Introduzione corso 10.30-18.30 Psicofisiologia del sonno</p> <p>25 maggio 2019 (Aula 10) 9.30-13.30 Criteri di siglatura e esercitazione scoring del sonno</p> <p>21 giugno 2019 (Aula 14)</p>

	<p>9.30-13:30 Insonnia, modelli di riferimento, criteri diagnostici</p> <p>14:30-18:30 Diagnosi di insonnia nei sistemi di classificazione; Insonnia e rischio psicopatologico</p> <p>22 giugno 2019 (Aula Dipartimento) 9.30-13.30 Tecniche di valutazione insonnia e esercitazione</p> <p><i>Il calendario dettagliato delle lezioni che si terranno da settembre 2019 a marzo 2020 sarà concordato nei mesi successivi, anche in base alle esigenze dei partecipanti.</i></p>
Lingua di erogazione	<i>Italiano</i>
CFU assegnati:	12
<p>Docenti responsabili insegnamenti curricula brevi (max mezza pagina)</p> <p>Sapienza degli relativi</p>	<p>Prof. Caterina Lombardo <i>Professore ordinario di Psicologia Clinica; Direttore del laboratorio di Psicofisiologia Clinica; Direttore della Scuola di Specializzazione in Valutazione Psicologica e Consulenza (Counselling) (Sapienza Università di Roma); Coordinatore del servizio clinico del Dipartimento di Psicologia; Direttore del servizio CBT-I del Dipartimento di Psicologia.</i></p> <p><i>Svolge attività di ricerca clinica sui seguenti temi:</i></p> <p><i>Emozioni, disturbi dell'alimentazione, disturbi del sonno, disabilità.</i></p> <p><i>H index (Scopus): 13.</i> <i>International peer review papers: 47</i> <i>National peer review papers: 26</i> <i>Books and book chapters: 28</i></p> <p>Prof. Luigi De Gennaro <i>Professore ordinario di Psicobiologia e Psicologia Fisiologica; Direttore del Laboratorio di Psicofisiologia del Sonno; Coordinatore del Percorso A del Dottorato Psicologia e Scienza Cognitiva; Responsabile del Servizio per la Vigilanza e la Qualità del sonno (Progetto VITA, Sapienza Università di Roma); membro dal 2015 del direttivo dell'Associazione Italiana di Medicina del Sonno.</i></p> <p><i>Attività di ricerca sui seguenti temi:</i> <i>-Regolazione genetica lungo il ciclo sonno-veglia nell'umano;</i></p>

- Differenze individuali nelle caratteristiche del sonno;
- Deprivazione di sonno;
- Sonno, memoria, apprendimento;
- Plasticità cerebrale e sonno;
- Disturbi del sonno e topografia corticale EEG;
- Transizione veglia-sonno e veglia-sonno;
- Regolazione del sonno;
- Correlati EEG del sogno;
- Sonnolenza;
- Analisi quantitativa e topografia corticale in pazienti AD/MCI;
- Paradigmi di stimolazione TMS e tDCS/tACS;

H index (Scopus): 37

International papers: 133

National papers: 24

Books (scientific): 48 (chapter)

Books (teaching): 10 (Books/chapter)

Prof. Cristiano Violani

Professore Ordinario di Psicologia Clinica (M-PSI/08) nel Dipartimento di Psicologia della Facoltà di Medicina e Psicologia di Sapienza Università di Roma. Ricopre insegnamenti di Psicologia Clinica e di Psicologia della Salute in diversi Corsi di Studio delle Facoltà di Farmacia e Medicina e di Medicina e Psicologia.

Da dicembre 2013 alla data è componente esterno nel Nucleo di Valutazione dell'Università degli Studi di Roma "Tor Vergata".

Da settembre 2015 è componente del comitato di presidenza della Conferenza Permanente dei Direttori di Master In Cure Palliative e In Terapia Del Dolore.

Da settembre 2016 è presidente della Commissione Tecnico Consultiva del MIUR per l'istituzione e l'attivazione degli Istituti di psicoterapia, di cui è stato componente dall'aprile 2013.

Dal 1° novembre 2013 al 31 ottobre 2016 è stato preside della Facoltà di Medicina e Psicologia della Sapienza; dal 2011 al 2013 ne è stato vicepreside vicario.

Ha presieduto il Nucleo di Valutazione dell'Università Sapienza di Roma (dal 2005 al 15/09/2013) ed è stato Componente del Comitato Operativo del Coordinamento Nazionale dei Nuclei di Valutazione delle Università Italiane (CoNVUI) dalla fondazione (2007) al 2013. Dal 1996 coordina un servizio trattamento dei disturbi del sonno e, dal 2007, il servizio clinico del Dipartimento di Psicologia della Sapienza. Fa parte di diverse società scientifiche (ESRS, EAHP, AIP) e di comitati editoriali. Dal 2008 al 2012, ha presieduto la Società Italiana di Ricerca sul Sonno. Dal 2010 al 2013 ha coordinato la

sezione di Psicologia clinica e dinamica dell'Associazione Italiana di Psicologia e ha fatto parte del direttivo AIP.

Attività di ricerca nelle seguenti aree:

- Regolazione del sonno e insonnia;
- Psicologia della salute;
- Regolazione emotiva;

H index (Scopus): 19

Prof. Fabio Lucidi

Professore Ordinario

Fabio Lucidi, dottore di ricerca, è stato professore Straordinario nel settore M/PSI-03 dal 1/1/2011, presso il Dipartimento di Psicologia dei Processi di Sviluppo e Socializzazione, Facoltà di Medicina e Psicologia, Sapienza – Università di Roma. Ad oggi, è autore di oltre 150 pubblicazioni in extenso, prevalentemente stampate su riviste internazionali con referee ed elevato indice di impatto. E' membro del comitato di redazione di una rivista scientifica nazionale (Giornale Italiano di Psicologia) e di una rivista internazionale (The Open Ergonomics Journal) ed è Consulting Editor di una rivista internazionale di ambito Psicometrico (European Journal of Psychological Assessment). Svolge attività didattica dal 1995 nel settore M-10C, successivamente ridefinito MPSI/03 e, attualmente, ha la responsabilità di insegnamenti del settore nel corso di laurea Triennale, nelle Magistrali, in scuole di Specializzazione. E' membro del collegio dei docenti di un Dottorato. Ha in corso collaborazioni di ricerca nazionali e internazionali ed è responsabile scientifico di progetti di ricerca finanziati dall'Ateneo "Sapienza" e dal Ministero della Salute. E' inoltre direttore del centro Interuniversitario in Psicologia dello Sport denominato MIST.

E' membro della Giunta del Dipartimento di Psicologia dei Processi di Sviluppo e Socializzazione. Fa parte del boarding di diverse società scientifiche e del consiglio direttivo dell'Associazione Italiana di Psicologia. E' presidente del Nucleo di Valutazione della Facoltà di Medicina e Psicologia. Ha svolto attività di formazione e consulenza per enti pubblici e privati di primaria importanza nazionale e internazionale.

Interessi di Ricerca:

-Svolge attività di ricerca nelle seguenti aree di interesse:

- 1) Costruzione e Validazione di strumenti di Misurazione in Psicologia;
- 2) Modelli di analisi dei dati di natura confermativa ed esplorativa, con applicazioni sia ai dati di tipo quantitativo che qualitativo;
- 3) Psicologia della Salute nel ciclo di Vita;
- 4) Psicologia dello Sport.

	<p><i>H index (Scopus): 19</i></p> <p>Prof. Oliviero Bruni <i>Professore Associato Dipartimento Psicologia dei Processi di Sviluppo e Socializzazione, Facoltà di Medicina e Psicologia, Univ. Sapienza Roma (C.d.F. 19.11.2012).</i> <i>Abilitazione a Professore Ordinario I Fascia Settore 06/G1 (Pediatria e Neuropsichiatria Infantile) da febbraio 2014.</i> <i>Oliviero Bruni si occupa di ricerca clinica sul sonno nei bambini da oltre 15 anni.</i> <i>E' stato fondatore e Presidente della International Pediatric Sleep Association, dal 2006 al 2015. E' stato, per numerosi mandati, membro del Consiglio di Amministrazione della Associazione Italiana di Medicina del Sonno e dell'Associazione Italiana di Ricerca sul Sonno e Field Editor (Pediatria) della rivista Sleep Medicine.</i> <i>Il dottor Bruni è stato segretario del European Pediatric Sleep Club ed è stato anche coinvolto, come Pediatric Sleep Advisor della Organizzazione Mondiale della Sanità, per lo sviluppo delle linee guida del rumore notturno.</i> <i>Nel 2009 è stato eletto come Chair della Childhood Sleep Disorders and Development Section dell' American Academy of Sleep Medicine.</i> <i>L'attività di ricerca è nell'ambito della neurologia pediatrica e neuropsichiatria infantile con riguardo alla ricerca clinica sul sonno (disturbi del sonno nei bambini, neurofisiologia del sonno e relazioni tra sonno e apprendimento) che ha portato alla pubblicazione di più di 170 articoli peer-reviewed, oltre a numerosi capitoli di libri e abstracts.</i></p> <p><i>H index (Scopus): 45</i></p>
<p>Modalità di frequenza delle attività didattiche</p>	<p><i>La frequenza alle attività didattiche del corso è obbligatoria per un minimo del 75% del monte ore complessivo delle lezioni.</i> <i>In caso di mancata frequenza, di scarso profitto o di comportamenti comunque censurabili, il Collegio docenti del Corso di Alta Formazione può decidere la sospensione, l'esclusione del partecipante e l'interruzione dell'erogazione dell'eventuale borsa di studio. In tali casi le quote di iscrizione versate non sono rimborsabili.</i> <i>Gli studenti che abbiano provveduto al pagamento e alla frequenza secondo quanto fissato dal programma riceveranno alla fine del corso un "Attestato di frequenza" rilasciato dal Direttore del Corso di Alta Formazione.</i></p>

Sede di svolgimento Sapienza o sedi esterne (obbligo di Convenzione)	<i>La sede di svolgimento del Corso di Alta Formazione è situata presso la Facoltà di Medicina e Psicologia, Via dei Marsi 78, 00185 Roma.</i>
Stage	--
Quota di iscrizione prevista ripartita massimo in due rate	<i>La quota di iscrizione al Corso di Alta Formazione di Valutazione e Trattamento Cognitivo-Comportamentale per l'Insonnia (CBT-I) è fissata in € 1500 (euro millecinquecento) più € 16,00 di imposta di Bollo da assolvere virtualmente.</i>
Eventuali quote di esenzioni parziali o totali dal pagamento della parte di quota di pertinenza del Dipartimento	--
Eventuali Convenzioni con enti pubblici e privati o altre Università nazionali o estere	--