



UNIVERSITÀ
DI PADOVA

Anno Accademico
2026–2027



MASTER
UNIVERSITARIO
II LIVELLO

PSIBEN

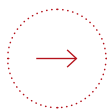
Psicofisiologia, stress
e salute: autoregolazione,
biofeedback e neurofeedback

UNIPD EXECUTIVE LEARNING

PSIBEN

Psicofisiologia, stress e salute:
autoregolazione, biofeedback e neurofeedback

PRESENTAZIONE



Il **Master in Psicofisiologia, stress e salute: autoregolazione, biofeedback e neurofeedback** forma professionisti/i qualificate/i nella comprensione dei processi psicofisiologici legati allo stress, al benessere, e alla regolazione delle risposte affettive, cognitive e comportamentali. Il percorso offre conoscenze specialistiche su aspetti anatomici, neurologici e psicofisiologici, insieme a competenze pratiche per implementare **protocolli di auto-regolazione, biofeedback e neurofeedback**.

Al termine del Master, le/i professioniste/i sono in grado di applicare queste metodologie in ambiti professionali diversi, integrandole con approcci evidence-based. Il Master risponde alle esigenze di un mercato del lavoro che chiede persone capaci di applicare tecniche all'avanguardia nel campo della **salute** e del **benessere psicofisiologico** e fornisce conoscenze e competenze per l'implementazione di interventi in vari contesti, tra cui strutture sanitarie, cliniche, istituzioni educative e aziende.



UNIVERSITÀ DI PADOVA
Dipartimento
di Psicologia generale



DESTINATARI E SBOCCHI OCCUPAZIONALI

Il Master Psicofisiologia, stress e salute: autoregolazione, biofeedback e neurofeedback si rivolge a **laureate e laureati magistrali in Psicologia** - professionisti e professionisti già attivi e neolaureati - che intendono arricchire la propria pratica con tecniche evidence-based di regolazione psicofisiologica, specializzandosi in un ambito in continua evoluzione.

Il Master prepara a operare in diversi **ambiti e contesti applicativi**, tra cui psicologia clinica e psicoterapia, gestione del dolore cronico, riabilitazione neuropsicologica, medicina psicosomatica, psicologia dello sport e contesti ospedalieri.

Conoscenze pregresse obbligatorie: Laurea magistrale in Psicologia.

Le **competenze in uscita** includono:

- saper condurre un assessment psicofisiologico integrato e costruire un profilo individuale;
- saper progettare protocolli di trattamento e applicare interventi di biofeedback e neurofeedback;
- saper integrare le tecniche di autoregolazione con altri approcci terapeutici.

Al termine del percorso, le professioniste e i professionisti sono in grado di progettare e applicare interventi di autoregolazione tramite biofeedback e neurofeedback in diversi contesti clinici e non clinici, integrandoli con altri approcci di intervento.





CONTENUTI FORMATIVI

Il **Master in Psicofisiologia, stress e salute: autoregolazione, biofeedback e neurofeedback** fornisce conoscenze relative al funzionamento del sistema nervoso attraverso la neuroanatomia e la fisiologia e approfondisce la risposta allo stress, il carico allostatico, gli stati di coscienza, i ritmi sonno-veglia e le alterazioni psicofisiologiche, in diverse condizioni psicopatologiche.

A seguire, affronta l'assessment psicofisiologico integrato e le tecniche di autoregolazione con una introduzione ai principi del biofeedback. Durante le lezioni viene utilizzata la strumentazione messa a disposizione dal Master per esercitarsi in materia. I moduli applicativi - biofeedback nella regolazione delle emozioni e gestione dello stress, nel dolore cronico e neurofeedback - prevedono l'alternanza di didattica frontale e attività pratiche con esercitazioni hands-on in classe e analisi di casi clinici. Un modulo finale approfondisce etica, deontologia, integrazione nei contesti ospedalieri e certificazioni internazionali.

Il percorso alterna **weekend online e in presenza**, con lezioni tenute da esperti e professionisti del settore, anche docenti internazionali; ampio spazio viene riservato alle **esercitazioni hands-on**. Il Master si conclude con un **project work**, che confluirà in una relazione e discussione in occasione della prova finale.



PROGRAMMA DEL MASTER

Il Master Psicofisiologia, stress e salute: autoregolazione, biofeedback e neurofeedback prevede una formazione in:

TEMATICHE

BASI NEUROANATOMICHE E FISILOGICHE DELL'INTERAZIONE TRA SISTEMI

LA RISPOSTA DI STRESS

CARICO ALLOSTATICO E DISTURBI INTERNISTICI

STATI DI COSCIENZA E RITMI SONNO-VEGLIA

NEURO- E PSICOPATOLOGIE IN PROSPETTIVA PSICOFISIOLOGICA

ASSESSMENT PSICOFISIOLOGICO INTEGRATO

CONTENUTI

Esamina le basi neuroanatomiche, neuroendocrine e la psiconeuroendocrinoimmunologia, il modello di integrazione neuroviscerale e l'asse microbiota-intestino-cervello.

Esplora i meccanismi psicofisiologici della risposta di stress e l'impatto dello stress acuto e cronico sul benessere psicofisico.

Analizza il ruolo del carico allostatico nei disturbi internistici cronici e gli interventi psicologici integrati in percorsi multidisciplinari.

Esamina i meccanismi fisiologici e l'architettura del sonno e i principali disturbi. Include esercitazioni su assessment e interventi cognitivo-comportamentali su casi di studio.

Esplora i correlati psicofisiologici di disturbi mentali e neurologici - ADHD, disturbi neurodegenerativi, cefalee, ansia, depressione - in funzione degli interventi di autoregolazione.

Esplora gli indici psicofisiologici periferici e centrali, dalla registrazione all'interpretazione dei profili di reattività, con esercitazioni pratiche sulla strumentazione e costruzione del profilo individuale.

TEMATICHE

PRINCIPI E TECNICHE DELL'AUTOREGOLAZIONE PSICOFISIOLOGICA

INTRODUZIONE AL BIOFEEDBACK

IL BIOFEEDBACK NELLA REGOLAZIONE DELLE EMOZIONI E GESTIONE DELLO STRESS

IL BIOFEEDBACK NEL DOLORE CRONICO

IL NEUROFEEDBACK

ETICA E DEONTOLOGIA PROFESSIONALE

CONTENUTI

Introduce i protocolli evidence-based di autoregolazione: Mindfulness Based Stress Reduction, Rilassamento Muscolare Progressivo e Training Autogeno, con esercitazioni pratiche su casi clinici.

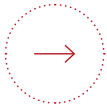
Approfondisce fondamenti teorici e applicazioni cliniche di biofeedback e neurofeedback, fornendo competenze pratiche nella progettazione di protocolli di trattamento personalizzati evidence-based.

Approfondisce l'impiego del biofeedback della frequenza cardiaca e dell'Heart Rate Variability nella gestione dello stress, nella performance sportiva, e nei disturbi d'ansia e dell'umore, con esercitazioni pratiche e analisi di casi clinici.

Approfondisce l'impiego del biofeedback nel trattamento del dolore cronico, con focus su fibromialgia, cefalee e ambito odontostomatologico, alternando didattica frontale ed esercitazioni pratiche su casi clinici.

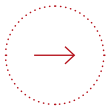
Esamina le applicazioni del neurofeedback, incluso il QEEG, nei disturbi dell'umore, ADHD, cerebrolesioni e disturbi neurologici, e in ambiti non clinici come sport e peak performance, con esercitazioni pratiche e discussione di casi clinici.

Esplora le responsabilità etiche e deontologiche, l'implementazione degli interventi di autoregolazione in contesti ospedalieri e il panorama delle certificazioni nazionali e internazionali, con attenzione alla formazione continua.



BIOFEEDBACK FEDERATION OF EUROPE

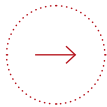
Il Master collabora con la *Biofeedback Federation of Europe (BFE)*, un'organizzazione non-profit internazionale che promuove l'informazione, l'educazione, la formazione e la ricerca nell'ambito del biofeedback. Inoltre, la BFE si occupa di esaminare e fornire alle professioniste e ai professionisti che operano in questo campo diversi livelli di certificazione, riconoscendo le competenze acquisite nel campo del biofeedback e del neurofeedback.



UO BIOFEEDBACK E PSICOFISIOLOGIA

Il Master collabora con l'*Unità Operativa Biofeedback e Psicofisiologia* del Centro di Ateneo dei Servizi Clinici Universitari Psicologici (SCUP) dell'Università di Padova. La struttura offre valutazioni diagnostiche integrate - colloqui, test psicologici e misurazione delle risposte fisiologiche - e trattamenti basati su tecniche di autoregolazione come il biofeedback e il neurofeedback, affiancati da percorsi di supporto psicologico e psicoterapia individuale. Gli studenti del Master avranno la possibilità di collaborare con l'Unità Operativa nell'ambito del **project work finale**, applicando in un contesto clinico le competenze acquisite durante il percorso formativo.





INFORMAZIONI

Inizio e fine attività (indicativi): 20 novembre 2026 - 02 ottobre 2027

Data chiusura pre-iscrizioni: 06 ottobre 2026

Durata: annuale

Modalità didattica: blended

Sede delle lezioni: Padova

Lingua erogazione: italiano

CFU: 60

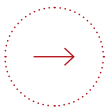
Contributo di iscrizione totale:

€ 2.972,50 (prima rata: €1.792,50 - seconda rata: € 1.180,00)

Area tematica: La mente e il benessere psico-fisico

Posti disponibili (min-max): 16 - 30

Frequenza obbligatoria: 70%



CONTATTI

Direttore

Prof. Simone Messerotti Benvenuti
simone.messerotti@unipd.it

Segreteria organizzativa

Prof.ssa Elisabetta Patron
elisabetta.patron@unipd.it
T. 049 827 6937

Web

uel-unipd.click/master-psiben



*Per i titoli d'accesso ed altre informazioni,
fare riferimento all'avviso di selezione 26/27*



**UNIVERSITÀ
DI PADOVA**

uel.unipd.it