**Master di Specializzazione in MINDFULNESS**

Accreditamenti: Ministero della Salute

Crediti ECM: 50

Attestato: Attestato: Mindfulness Clinical Therapist

Destinatari: Psicologi, Psicoterapeuti, Medici Chirurghi

Modalità di erogazione: Milano o webinar tramite piattaforma web dedicata, interattiva

Presentazione del Master:

La mindfulness ci permette di riconoscere le nostre costruzioni di significato, i nostri filtri cognitivi, non confondendoli o identificandoli con una presunta realtà indipendente dall’osservatore”. Prof. Gioacchino Pagliaro, Direttore dip. Psicologia ospedaliera AUSL Bologna. Già professore di Psicologia Clinica presso l’Università di Padova. Presidente Federazione Italiana Mindfulness.

La Mindfulness è, nella sua accezione accademica, una tecnica educativa del pensiero che permette di sintonizzarsi con se stessi e gli altri, attivando meccanismi di autoregolazione mentale, corporea e relazionale.

È sostanzialmente quell’attitudine, o capacità, di porre attenzione, con volizione, al momento presente ed in modo non giudicante. È ciò che chiamiamo “attenzione consapevole”.

La mindfulness istruisce, quindi, ad una particolare forma di consapevolezza delle nostre intenzioni, dell’ambiente in cui siamo immersi, delle relazioni che ci definiscono, radicandoci attivamente in quello che stiamo facendo.

La pratica della Mindfulness deriva dalle pratiche di meditazione del mondo orientale. Il primo protocollo di Mindfulness è stato elaborato negli anni 70 da un medico statunitense, Jon Kabat-Zinn, e utilizzato come modello autonomo di alcune discipline mediche e psicoterapeutiche.

Negli anni sono stati create e validati diversi protocolli per l’utilizzo della Mindfulness in psicologia clinica, medica, in psicoterapia e nella psicologia del benessere.

Il nostro Master in Mindfulness intende formare professionisti altamente qualificati e in grado di utilizzare, nell’area clinica e della psicologia del benessere, i principali protocolli di Mindfulness.

A COSA PREPARA IL MASTER / PROFESSIONISTA IN USCITA:

Il Master di Specializzazione in Mindfulness è finalizzato a fornire una preparazione teorico-pratica di eccellenza grazie ad un corpo docente composto da professionisti di fama, qualificati e clinici esperti.

Il professionista formato acquisirà solide competenze, capacità pratiche e metodologiche nell’utilizzo in area clinica, riabilitativa, psicoterapeutica e della psicologia positiva, dei principali protocolli mindfulness.

AREE DI INTERVENTO:

- Psicologia Medica;

- Psicologia della Salute;

- Psicologia dell’Età Evolutiva;

- Benessere Aziendale;

- Psicologia dello Sport;

-Psichiatria;

-Psicologia del Benessere;

-Psicoterapia;

-Riabilitazione Neuropsicologica;

PROTOCOLLI MINDFULNESS APPRESI

- MBCT Therapist\* (con certificazione e open badge internazionale)

- BENSON

- ARMONIOSAMENTE (con certificazione e open badge internazionale)

- MINDFUL RUNNING

- MB-EAT (con certificazione e open badge internazionale)

- MBRP

- MINDFULNESS PSICOSOMATICA (con certificazione e open badge internazionale)

- MBSR Teacher Trainer (con certificazione e open badge internazionale)

- Verranno altresì concesse le certificazioni e Open Badge Internazionale in: MINDFULNESS EDUCATOR, MINDFULNESS PROFESSIONAL TRAINER;

(\* L'accreditamento ai protocolli MBCT e MBSR è subordinato al superamento delle prove di conduzione con la commissione della Federazione Italiana Mindfulness).

Calendario:

Dal 10 Settembre al 18 Dicembre 2022.

Contatti:

Mail: info@psicologilombardia.it

Link al corso: <https://www.psicologilombardia.it/formazione/mindfulness>