

e-mail: formazione@spazioiris.it
tel. 02/94382821
cell. 334/2563935



MINDFULNESS E COMPASSIONE NELL'ERA POST (?) - PANDEMICA

FORMAT
 *Online*

RIVEDI LE REGISTRAZIONI
QUANDO VUOI!

WWW.SPAZIOIRIS.IT

FABRIZIO
DIDONNA



RONALD
SIEGEL



RENATO
MAZZONETTO



PAOLO
DELUTTI



**EVENTO
GRATUITO**

5 ECM

- IN DIRETTA O
IN DIFFERITA -

10 DICEMBRE

dalle 18.00 alle 20.00

ABSTRACT:

In un mondo che sta faticosamente affrontando gli effetti e le conseguenze di un evento stressante che ha messo a dura prova le nostre normali capacità di fronteggiamento vengono richiesti oggi strumenti e interventi che permettano lo sviluppo di nuovi equilibri, di capacità di adattamento ai cambiamenti e di un rapporto sano con l'esperienza interna ed esterna all'individuo.

I docenti coinvolti nel convegno odierno, esperti riconosciuti di fama nazionale e internazionale, verranno invitati a rispondere a quesiti importanti che molti si pongono oggi, in particolare su come trasformare in risorsa di cambiamento e crescita personale e in nuove capacità adattive la nostra risposta a un mondo che cambia inesorabilmente e spesso in modi imponderabili e su come gli interventi basati sulla mindfulness e sulla compassione possono rappresentare oggi risorse importanti ed efficaci per gestire e superare le sfide poste dal cambiamento, in ambito sociale, lavorativo e clinico.