LA **MINDFULNESS** NELLE PROFESSIONI SANITARIE

Interventi per promuovere il benessere e la crescita personale dei pazienti seguiti da operatori sanitari

Maggio 2022

31.5 ECM

online

E.C.M.
Educazione Continua in Medicina

Docente:
Prof. Simone Cheli

DESTINATARI

Il Training è rivolto a Psicologi, Psicoterapeuti, Medici, Infermieri, Tecnici della riabilitazione psichiatrica, Fisioterapisti, Educatori, Assistenti sociali, Dietisti provenienti da qualsiasi università italiana o straniera equipollente.

OBIETTIVI FORMATIVI

Negli ultimi 20 anni si sono raccolte numerose evidenze sull'utilizzo di interventi basati sulla mindfulness (**Mindfulness Based Intervention - MBI**) nella gestione dello stress e nella promozione del benessere psicofisico (Didonna, 2017).

La **mindfulness** rappresenta infatti un forma particolare di consapevolezza che ambisce ad aiutare le persone a relazionarsi agli eventi di vita in maniera adattativa e non giudicante (Williams & Penman, 2016).

Gli MBI hanno delle caratteristiche che li rendono facilmente declinabili in ambiti e contesti diversi:
- sono interventi di breve durata, con **protocolli** solitamente di 8 settimane;
- utilizzano **tecniche meditative** e **corporee** che gli utenti apprendono facilmente;
- **insegnano ad adattarsi agli eventi stressanti** della vita;
- **promuovono** il **benessere** psicofisico nella sua interezza;
- **favoriscono strategie** di **self-help** in cui l'utente è parte attiva del cambiamento;
- si rivolgono a **problematiche fisiche** e **psicologiche**;
- mostrano **ottimi risultati** in termini **di efficacia**.

Il corso ha come obiettivo quello di formare professionisti che operano in vari ambiti all'utilizzo degli MBI con **finalità riabilitative** e/o di **promozione del benessere**. Oltre ai protocolli clinici erogati da psicologi e psichiatri, gli MBI includono infatti **percorsi individuali** e di **gruppo** condotti da professionisti diversi. Tali interventi spaziano dalla riabilitazione in **ambito psichiatrico** o **genericamente medico e riabilitativo**, ai programmi **educativi** o **socio-assistenziali**.

SBOCCHI PROFESSIONALI

Durante il workshop, ai partecipanti verranno fornite opportunità di discussione e di apprendimento esperienziale in relazione al programma.
Il corso permetterà ai partecipanti di applicare alcune tecniche di mindfulness in contesti e con utenti diversi.
Gli MBI sono facilmente integrabili con percorsi assistenziali ed educativi assai variegati. Per quanto il corso non possa essere considerato auto-conclusivo nell'apprendimento della mindfulness, numerosi MBI si avvalgono di professionisti che vanno ad integrare gli interventi clinici e/o psicoterapeutici.

PROF. SIMONE CHELI

Psicologo e psicoterapeuta, insegna psicologia clinica e pedagogia generale alla Scuola di Scienze della Salute Umana dell'Università di Firenze. E' responsabile della ricerca della SOSD Psiconcologia della USL Toscana Centro, fondatore e presidente di Tages Onlus.
Da oltre 10 anni si occupa delle applicazioni della mindfulness, tenendo corsi in Italia e all'estero e conducendo quotidianamente interventi rivolti a persone con problematiche fisiche e psicologiche.

Ha sviluppato un protocollo basato sulla mindfulness rivolto a pazienti oncologici (Cheli et al., 2019a) ed uno rivolto alla gestione del burnout negli infermieri (Cheli et al., 2019b).
Ha curato l'edizione italiana di "Afffrontare il Cancro con la Mindfulness" (Carlson & Speca, 2017) e di "Mindful Compassion" (Gilbert & Choden, 2019).

ORARI E MODULI DIDATTICI

27 maggio 2022
14.00 - 19.00

Durante la prima giornata si introdurranno i principi fondanti degli interventi di mindfulness e si descriveranno le evidenze scientifiche esistenti. Si sperimenteranno inoltre alcuni esercizi introduttivi alla meditazione.

28 maggio 2022
09.30 - 18.30

Nella seconda giornata si affronteranno le modalità di conduzione e presentazione delle pratiche meditative e delle componenti educative. Tramite esercizi esperienziali si sperimenteranno i benefici della mindfulness nel promuovere il benessere

29 maggio 2022
09.30 - 18.30

La terza giornata sarà dedicata alla descrizione e comprensione dei protocolli con particolare riferimento al Mindfulness-based Stress Reduction. Si descriverà la scansione delle tecniche in base agli ambiti di applicazione, aiutando la comprensione tramite role-playing specifici.

ECM E ATTESTATO

Spazio IRIS è società scientifica e provider per l'accreditamento di eventi ECM nazionali per tutte le figure sanitarie con numero di registrazione 4995. Per il Corso sono stati riconosciuti **31,5 crediti ECM** a favore delle professioni interessate. L'ultimo giorno si terrà il questionario ECM. Per il conseguimento del titolo è necessario partecipare almeno all'80% dell'attività didattica.

Al termine del percorso verrà rilasciato l'**Attestato di Corso: "La Mindfulness nelle professioni sanitarie"**.

MODALITÀ DI ISCRIZIONE

1. Accedere alla piattaforma sul sito www.spazioiris.it
2. Compilare il format d'iscrizione
3. Scegliere il numero di rate e la modalità di pagamento (bonifico o PayPal).

È possibile iscriversi entro e non o ltre il 21 maggio 2022 o fino ad esaurimento dei posti.

Sono disponibili solo **35 posti**.

MAIL - formazione@spazioiris.it
TEL - 02.94.38.28.21
WhatsApp - 392.96.00.97.0

COSTI E RATEIZZAZIONI

Il costo del master è di **300,00 euro** ed è comprensivo di quota d'iscrizione e d'IVA.

La prenotazione è confermata al pagamento della quota d'iscrizione di 100,00 €

E' possibile rateizzare la quota fino a **due rate** e per venire incontro alle esigenze di ciascun professionista, nelle fasi di iscrizione sarà possibile scegliere la collocazione temporale delle rate.

PROMOZIONI E SCONTI

Early Bird
Con iscrizione effettuata entro il 8 maggio 2022 potrai usufruire del 10% di sconto per un totale di 270,00 euro.

Extra Early Bird
Con iscrizione effettuata entro il 2 maggio 2022 potrai usufruire di un extra sconto del 25% per un totale di 225,00 €
Offerta valida per i primi 20 iscritti

% cumulabile
Per gli iscritti ad una scuola di specializzazione in psicoterapia, per le iscrizioni di gruppo (minimo 3) è possibile cumulare un ulteriore sconto del 5%.