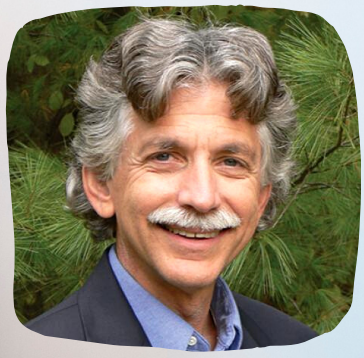
HARVARD MEDICAL SCHOOL

Ronald Siegel *in Italia*

MINDFULNESS AND COMPASSION IN PSYCHOTHERAPY



Prof.
RONALD SIEGEL

È psicologo e Assistant Clinical. Professor of Psychology presso la Harvard Medical School, dove ha insegnato per oltre venticinque anni.

4A EDIZIONE

OBIETTIVI FORMATIVI

Le pratiche della Mindfulness e della Compassione si stanno dimostrando molto promettenti - non solo per lo sviluppo individuale di chi le mette in pratica, ma anche quali strumenti estremamente validi per potenziare tutte le varie forme di psicoterapia. La Mindfulness e la Compassione non sono, in ogni caso, rimedi universali sempre validi a "taglia unica". Anzi, la ricerca sta proprio differenziando gli effetti di strumenti diversi quali
"Focused Attention" l'attenzione focalizzata,
"Open Monitoring" il monitoraggio aperto,
"Loving-Kindness" la gentilezza amorevole,
"Compassion" la compassione e le altre
"Equanimity Practices" pratiche di equanimità.

Durante il seminario, esploreremo sette scelte cliniche differenti, riflettendo e valutando caso per caso quando introdurre le diverse pratiche nel trattamento di individui con bisogni differenti.
Solo una volta comprese le differenti componenti della Mindfulness e delle pratiche della Compassione, e compreso come esse agiscano per alleviare il distress psicologico, possiamo essere in grado di adattarle creativamente per andare incontro ai bisogni dei singoli pazienti e delle loro problematiche, inclusi problemi di attaccamento o traumi irrisolti.

04-05
Giugno 2022
dalle 9.30 alle 17.30

in presenza a Milano e
Online
su ZOOM

18 crediti ECM

spazio IRIS

Ronald Siegel in Italia

formazione@spazioiris.it
02.94382821

04-05
Giugno 2022
dalle 9.30 alle 17.30

TRADUZIONE
Il prof. R. Siegel sarà affiancato e tradotto da Renato Mazzonetto: Istruttore di Mindfulness. Rappresentante ufficiale per l'Italia del "Kagyu Samye Ling", il primo centro di Buddhismo Tibetano in Occidente, e presidente dell'associazione umanitaria "ROKPA ITALIA".

ARGOMENTI TRATTATI

- Le componenti centrali delle pratiche di Mindfulness, della Compassione e quando impiegarle.
- Sette scelte cliniche critiche per valutare quando introdurre le pratiche di Mindfulness e della Compassione in psicoterapia.
- Come adattare la Mindfulness e le pratiche della Compassione per trattare l'ansia, la depressione, il dolore cronico e altri disordini.
- Come usare la Mindfulness e le pratiche della Compassione per favorire la resilienza, la flessibilità cognitiva, relazioni più sane con gli altri e l'attività di cura.
- Le strade per superare in senso evolutivo i preconcetti su autostima e comfort personale per reagire ai traumi e alle altre sfide con un cuore più aperto e una più ampia libertà psicologica.
- Come la Mindfulness e la Compassione possano essere adattate per creare l'esperienza di un attaccamento sicuro in chi non l'abbia vissuto da bambino.
- I modi per utilizzare le recenti scoperte in ambito neurobiologico per guidare l'applicazione clinica delle pratiche di Mindfulness e Compassione.

MODALITÀ DI ISCRIZIONE

1. Accedere alla piattaforma sul sito www.spazioiris.it
2. Compilare il format d'iscrizione

È possibile iscriversi entro e non oltre il 01 giugno 2022 o fino ad esaurimento dei posti.

solo 30 posti in presenza riservati alle prime persone che si prenoteranno.

COSTI E RATEIZZAZIONI

Il costo del seminario è di **240,00 euro** ed è comprensivo di quota d'iscrizione e d'IVA.

La prenotazione del posto è confermata al pagamento della quota d'iscrizione (con bonifico o con Paypal)

PROMOZIONI E SCONTI

Early Bird
Entro il 15 maggio 2022
10% di sconto = 216,00 €

Extra Early Bird
Entro il 01 maggio 2022
25% di sconto = 180,00 €
Offerta valida per i primi 20 iscritti

% cumulabile
Specializzandi ulteriore sconto del 5%.