



MISTO



**12a edizione**

# MASTER DI ALTA FORMAZIONE **MINDFULNESS IN AMBITO CLINICO**

**Certificato Internazionale  
di Mindfulness Teacher**

**MARZO 2024**

**Direttore Scientifico  
Prof. Fabrizio Didonna**

Università di Padova, Università di  
Shanghai, Università di Barcelona



**E.C.M.**

Educazione Continua in Medicina

**100 ECM**

Patrocinio Richiesto a

**ISMIND**  
Istituto Italiano mindfulness

il master in pillole

# MASTER DI ALTA FORMAZIONE IN MINDFULNESS IN AMBITO CLINICO



Quando inizia?  
**23 marzo 2024**



Quanto dura?  
**166 ore**



Quanti ecm?  
**100 ecm**



Quanto costa?  
**2.800,00 €**



E con lo sconto?  
**2.100,00 €**



Quante rate?  
**9 rate**



Quanti docenti?  
**7 docenti**



Quale format?  
**Misto**



Il tuo tempo è denaro. Abbiamo quindi pensato ad un corso **subito spendibile nel mondo del lavoro.**



Le nostre rate hanno scadenze personalizzabili che potrai cambiare quando vuoi. **Scegli tu quando pagare.**



Il tuo apprendimento passa soprattutto dall'esperienza. Solide basi teoriche, simulate e tanto spazio per sperimentare in prima persona.



Mai più problemi tecnici con zoom. Tecnico Informativo sempre presente per aiutarti in caso di bisogno.



Se stai facendo la Scuola di Specializzazione o per iscrizioni di gruppo puoi iscriverti con uno sconto del 5%.



Scegliamo solo docenti d'eccellenza tra i massimi esperti a livello nazionale e internazionale.



## DESTINATARI

Il Corso è rivolto a **Psicologi e Psicoterapeuti, Medici Psichiatri, Medici Psicoterapeuti** laureati o iscritti regolarmente all'università.



## ECM E ATTESTATO

Spazio IRIS è società scientifica e provider ECM nazionale per tutte le figure sanitarie. Per il Corso sono stati riconosciuti **100 crediti ECM** a favore delle professioni interessate.

Per il conseguimento del titolo è necessario partecipare almeno all'80% dell'attività didattica.

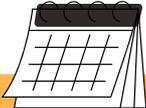
## OBIETTIVI FORMATIVI

L'utilizzo della **pratica di mindfulness in un contesto clinico**, soprattutto negli ultimi due decenni, ha rappresentato un campo fiorente di studio e di applicazione nell'ambito della salute mentale. Il numero di ricerche, libri e articoli scientifici e divulgativi sul tema sta infatti crescendo in modo esponenziale ogni anno. In particolare, **numerosi studi scientifici hanno identificato nella meditazione di mindfulness o consapevolezza** - uno stato di coscienza che implica un'auto-osservazione non giudicante e accettante alla propria esperienza momento per momento - **una base per interventi terapeutici efficaci nei confronti di una varietà straordinaria di disturbi psichici e medici**.

Attraverso questo master, di **livello internazionale**, il primo master in mindfulness attivato in Italia, alla sua decima edizione, i partecipanti avranno la possibilità di apprendere l'utilizzo della **Mindfulness-Based Therapy** nei setting sia **individuale** e sia di **gruppo**, nei confronti di varie patologie e nel suo utilizzo con gli adulti. I principi e le teorie da cui deriva la prospettiva basata sulla mindfulness offrono inoltre un modello esplicativo esaustivo e clinicamente approfondito della genesi dei problemi psichici e di come possono essere efficacemente curati. I partecipanti verranno addestrati a **coltivare la mindfulness nella propria vita e a integrarla nella propria attività clinica**, apprenderanno nuove abilità cliniche ed esploreranno i diversi modi attraverso cui la pratica di mindfulness può favorire lo sviluppo di un benessere e di un equilibrio personale stabile nonché potenziare e perfezionare la presenza e la relazione terapeutica.

Negli ultimi anni i professionisti della salute mentale stanno sempre più scoprendo che la mindfulness rappresenta una promettente **risorsa per il la loro crescita personale, per affrontare efficacemente la sofferenza emotiva dei loro pazienti** e un **potente strumento per sviluppare e rafforzare alcune qualità fondamentali della relazione terapeutica, quali l'empatia, la compassione, l'accettazione e il decentramento**. Tale interesse ha dato origine spontaneamente e in modo indipendente ad un atteggiamento culturale trans-epistemologico che ha stimolato la sperimentazione e l'applicazione nella psicoterapia contemporanea di principi ben radicati nelle filosofie orientali.

La mindfulness è infatti oggi la componente centrale di una serie di nuovi trattamenti empiricamente validati, la quale ha dimostrato nel corso dei decenni di essere una pratica capace di integrarsi efficacemente e razionalmente con la maggior parte dei modelli psicoterapeutici, dalla Terapia Cognitivo-Comportamentale, alla Psicoanalisi, alla Terapia della Gestalt, alla Terapia Sistemico-relazionale, alla Terapia Bio-energetica, etc.



## CALENDARIO

✓ **23-24 MARZO 2024**   
Aspetti fenomenologici e clinici e le basi teoriche della mindfulness **Fabrizio Didonna** 

✓ **19-20-21 APRILE 2024**   
Interventi di mindfulness in setting individuale e di gruppo **Fabrizio Didonna** 

✓ **4 MAGGIO 2024**   
La psicologia buddhista **Renato Mazzonetto** 

✓ **5 MAGGIO 2024**   
Accettazione e Compassione **Lama Phuntsok** 

✓ **dal 26 al 30 GIUGNO 2024**   
5-Day Professional Training in MBCT - Mindfulness-Based Cognitive Therapy per il DOC (MBCT for OCD) **Fabrizio Didonna**

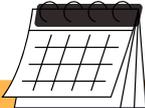
 **Certificazione MBCT per il DOC\***

✓ **13 e 14 LUGLIO 2024**   
**SEMINARIO INTERNAZIONALE CON RUTH BAER:** Etica professionale e linee guida pratiche negli approcci basati sulla consapevolezza  

✓ **14 SETTEMBRE 2024**    
Mindfulness e Compassione in Psicoterapia **Ronald Siegel**

✓ **15 SETTEMBRE 2024**   
Supervisione Interventi di Mindfulness **Fabrizio Didonna - Paolo De Lutti**

\* (ottemperando ai criteri per la certificazione internazionale è possibile conseguire il titolo di Professional Teacher in MBCT for OCD)



✓ **4-5-6 OTTOBRE 2024**  

3-day Professional Training PROTOCOLLO MBCT per la Depressione **Fabrizio Didonna** 

✓ **8-9-10 NOVEMBRE 2024** 

3-day Professional Training in CFT - COMPASSION FOCUSED THERAPY **Simone Cheli** 

✓ **14 DICEMBRE 2024** 

Supervisione casi clinici **Fabrizio Didonna - Paolo De Lutti**

✓ **15 DICEMBRE 2024** 

Interventi di Mindfulness con le dipendenze - MBRP **Paolo De Lutti** 

✓ **25 GENNAIO 2025** 

Esame di fine master - Attestati **Fabrizio Didonna - Paolo De Lutti**

## MINDFULNESS TEACHER



Verrà conferito il **titolo di Insegnante di Mindfulness (Mindfulness Teacher - Specialized in Clinical Application)** agli allievi interessati che avranno garantito la partecipazione alle seguenti fasi previste, conformemente alle linee guida e i criteri internazionali per la formazione degli istruttori (**United Kingdom Guidelines for Mindfulness Teachers**):

- frequenza minima dell'80% delle ore del master;
- frequenza e partecipazione ad almeno due supervisioni (con videoregistrazioni dei propri interventi di mindfulness in setting individuale o di gruppo);
- frequenza ad almeno un ritiro di 5 giorni;
- superamento dell'esame finale e pratica meditativa quotidiana.

Verranno conferiti anche le seguenti certificazioni:

- **Certificazione MBCT for DOC\***
- **Certificazione CFT - Compassion Focused Therapy**
- **Certificazione MBCT per la Depressione**

## PIANO FORMATIVO

Il master si svolgerà in formato misto: **Online e Presenza.**

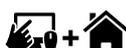
Cosa significa? **Le lezioni si terranno sia in presenza presso la sede di Medical House Milano in Via Fatebenefratelli 32 (MM3 Turati) sia online su piattaforma Zoom**, permettendo così una libera scelta nella modalità di partecipazione. Osserva il simbolo sul calendario vicino a ciascuna data per scoprire la modalità offerta per la lezione.



ONLINE



PRESENZA



ENTRAMBE



RITIRO



REGISTRAZIONE

Il master ha una durata di **166 ore organizzate su 7 week-end formativi, 1 residenziale di 5 giorni e 1 giorno di esame finale.** Il percorso didattico e formativo del master prevede quindi **15 lezioni frontali** finalizzate alla presentazione delle diverse aree tematiche e dei modelli teorici che sostengono gli interventi operativi, 2 supervisioni su interventi di mindfulness e un Residenziale di 5 giorni sul protocollo MBCT per il DOC.

Il Master è un percorso di alta formazione, della durata annuale, che prenderà **avvio alla fine di marzo 2024 e terminerà a gennaio 2025.** L'articolazione della didattica nella formula week-end (con cadenza mensile) è stata concepita per permettere la partecipazione anche a candidati già impegnati nel mondo del lavoro e un facile spostamento a chi è residente fuori regione. **Le lezioni si svolgono dalle 9.30 alle 17.30.**

### NOVITÀ!

Registrazioni esclusive delle lezioni teoriche disponibili per gli iscritti fino al termine del master.

**Importante:** le registrazioni integrano e non sostituiscono la partecipazione in aula - per ricevere l'attestato è richiesta la partecipazione all'80% del monte ore del Master.

**Entra nel mondo del nostro Master con una flessibilità unica!**

I **ritiri** previsti nel programma si effettueranno presso la **SCUOLA APOSTOLICA SACRO CUORE**, situata nel comune di Albino (Val Seriana), in via p. Leone Dehon 1, a 12 km dalla città di Bergamo. Un luogo accogliente che donerà all'esperienza del ritiro spazi di meditazione e avvicinamento con la natura. Spazio IRIS mette a disposizione **un servizio gratuito di navetta and/rit** con partenza da Milano (Stazione Centrale) con orari prestabiliti. **Il vitto e l'alloggio sono a carico del corsista, per un valore di 60,00 € a notte.**

Il master **include la partecipazione gratuita alle due giornate di formazione DBT e Mindfulness con il Disturbo Borderline di Personalità**, seminario internazionale tenuto dalla **Prof.ssa Ruth Baer** dell'Università di Oxford.



## SEMINARIO INTERNAZIONALE

**Nel costo del Master è inclusa la partecipazione a due giornate di seminario online con la Prof.ssa Ruth Baer dell'Università di Oxford.**

Titolo del seminario è **“Etica professionale e linee guida pratiche negli approcci basati sulla consapevolezza: fondamenti e competenze per l'orientamento, la valutazione e il non nuocere”**.

Nel corso del seminario verranno presentate, discusse e analizzate questioni professionali cruciali per gli approcci di cura basati sulla consapevolezza. Si lavorerà, inoltre, su tutte quelle abilità pratiche che un professionista deve mettere in campo per proporre e condurre con efficacia un corso di Mindfulness.

Il seminario si terrà online in lingua originale con traduzione simultanea in italiano.

## DOCENTI



**Prof. Fabrizio Didonna**

Psicologo-psicoterapeuta di fama internazionale, Docente di Psicologia Clinica all'Università di Padova, Visiting Professor alla Shanghai Jiao Tong University (Cina) e alla Universitat de Barcelona (Spagna).



**Prof.ssa Ruth Baer**

PhD, Director, Master of Studies in Mindfulness-Based Cognitive Therapy  
University of Oxford



**Prof. Ronald Siegel**

Professor of Psychology presso l'Università di Harvard. Autore di fama internazionale.



**Prof. Simone Cheli**

Psicologo-psicoterapeuta, Professore presso la Scuola di Scienze della Salute Umana, Università di Firenze



**Lama Phuntsok**

Lama buddista, maestro di meditazione, ha risieduto per dieci anni a Palden Shangpa La Boulaye. Ha ricevuto consigli spirituali da Bokar Rinpoche.



**Dott. Renato Mazzonetto**

Insegnante di Meditazione e Filosofia Buddhista. Rappresentante ufficiale per l'Italia del Kagyü Samye Ling.



**Dott. Paolo De Lutti**

Medico e psicoterapeuta, responsabile del Servizio di riabilitazione alcolica presso l'associazione HANDS di Bolzano



## MODALITÀ DI ISCRIZIONE

1. Accedere alla piattaforma sul sito [www.spazioiris.it](http://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 oltre il 19 marzo 2024 o fino ad esaurimento dei posti.

Sono disponibili solo **35 posti**.

**MAIL** - [formazione@spazioiris.it](mailto:formazione@spazioiris.it)

**TEL** - 02.94.38.28.21

**WhatsApp** - 3342563935

**ISCRIVITI**



## COSTI E RATEIZZAZIONI

Il costo del master è di **2.800,00 euro** ed è comprensivo di quota d'iscrizione. Costo comprensivo di IVA al 5%.

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

E' possibile rateizzare la quota fino a **nove 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 10 marzo 2024 potrai usufruire del 10% di sconto per un totale di 2.520,00 euro.

### Extra Early Bird

Con iscrizione effettuata entro il 3 marzo 2024 potrai usufruire di un extra sconto del 25% per un totale di 2.100,00 €.

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%.

