



Per il progresso nella pratica
e nella ricerca in psicoterapia

TRAINING IN MINDFULNESS BASED THERAPY

Sardegna
Cagliari

Gennaio ~ Settembre
2012


Silvia Molinari

La Mindfulness Based Therapy nasce dall'esigenza maturata nel campo della psicoterapia di integrare le metodologie scientifiche con le prospettive della Psicologia Orientale, in particolare quella Buddhista. Alla base vi è l'idea della necessità di valorizzare le componenti innate della natura umana, quali l'accettazione dell'esperienza, l'atteggiamento compassionevole verso la sofferenza, la capacità di auto-osservazione non giudicante, l'attenzione alla sfera emotiva che influenzano la lettura degli eventi e i propri comportamenti. Il risultato è la tendenza ad una comprensione più profonda della propria natura e un atteggiamento armonizzante nelle relazioni intra e interpersonali. Numerose ricerche hanno evidenziato l'efficacia clinica della meditazione e delle prospettive basate sulla Mindfulness permettendo lo sviluppo di modelli terapeutici validati di provata efficacia.

Obiettivo

Il training rappresenta un corso di I livello per poter accedere al corso di perfezionamento per l'abilitazione al titolo di Istruttore di Mindfulness.

I partecipanti avranno la possibilità di imparare l'utilizzo della Mindfulness Based Therapy nei setting individuali e di gruppo con l'obiettivo di apprendere nuove abilità cliniche ed esplorare i modi attraverso cui la pratica Mindfulness potenzia la relazione terapeutica e allo stesso tempo migliora la sfera professionale e quella personale. A conclusione del training verrà rilasciato un certificato di partecipazione a cura dell'Istituto di Scienze Cognitive.

A chi è rivolto

Psicologi, medici, neo-laureati e studenti specializzandi nell'ambito della medicina e della psicologia.

Il training è a **numero chiuso con selezione in ingresso** e prevede un numero massimo di 40 partecipanti.

La partecipazione al training non abilita all'esercizio della psicoterapia.

I Docenti

Dr. Fabrizio Didonna, presidente e membro fondatore dell'IS.I.MIND, è psicologo e psicoterapeuta cognitivo comportamentale; è coordinatore del Servizio per i Disturbi d'Ansia e dell'Umore presso la Casa di Cura Villa Margherita dove conduce Gruppi di Mindfulness-Based Therapy. Autore di diverse pubblicazioni scientifiche, tra cui il *Clinical Handbook of Mindfulness*, primo manuale sulle applicazioni cliniche delle prospettive basate sulla Mindfulness. Tiene numerosi seminari, corsi di formazione e training di Meditazione di Mindfulness e di MBCT in Italia ed Europa. E' Vice-Presidente dell'Associazione Italiana Disturbo Ossessivo Compulsivo.

Dr.ssa Anna Gallo, ha ricevuto insegnamenti dai più importanti Maestri della Scuola Karma Kagyü del Buddhismo tibetano e fatto numerosi ritiri presso il *Samye Ling Tibetan College* in Scozia. Qui ha conseguito il diploma di *Mindfulness Trainer* sotto la guida di Rob Nairn, con il quale ha completato anche il *Foundation Training in Compassion* e l'*Insight and Wisdom Training*. È Istruttrice di Mindfulness e ha partecipato al progetto per la traduzione italiana del *Clinical Handbook of Mindfulness*. È vicepresidente dell'associazione umanitaria ROKPA Italia onlus.

Dr.ssa Beatrice Weber Rouget, psicologa psicoterapeuta, lavora al Programma Bipolare del Dipartimento di Psichiatria degli Hôpitaux Universitaires de Genève; è insegnante e supervisore della Formazione Continua Universitaria in Psicoterapia Cognitivo-Comportamentale; si occupa di terapia basata sulla Mindfulness per pazienti con disturbo bipolare.

Dr.ssa Silvia Villani, psicologa, psicoterapeuta, Docente e Consigliere del direttivo nazionale AIAMC. Per molti anni ha esercitato presso la Fondazione "Stella Maris" dell'Università degli Studi di Pisa, in ambito della ricerca della Psicopatologia dell'età Evolutiva. Già Docente a contratto integrativo all'Università di Firenze, Facoltà di Psicologia, si occupa attivamente da oltre 8 anni di Meditazione vipassana. Dal 2007 insegna nei Protocolli di Mindfulness e nei programmi di Meditazione.

Dr. Renato Mazzonetto, rappresentante ufficiale per l'Italia del Kagyü Samye Ling, primo centro di Buddhismo Tibetano in occidente, è insegnante di Meditazione, Filosofia e Rilassamento Creativo; tiene corsi e conferenze in Belgio, Germania, Inghilterra, Italia, Scozia, Sud Africa e Zimbabwe. E' presidente dell'Associazione umanitaria Rokpa Italia onlus e collabora con IS.I.MIND con il quale ha conseguito il diploma di Istruttore di Mindfulness.

Dr. Nanni De Ambrogio, studioso della tradizione buddhista Theravada thailandese e birmana e di quella Zen, ha conseguito il Master in studi buddhisti secondo i testi della tradizione tibetana. Cofondatore dell'Associazione Mindfulness Project, docente presso la Scuola Mindfulness Counseling e in alcune facoltà universitarie e scuole di psicoterapia, conduce ritiri e gruppi di meditazione in tutta Italia.

Dr. Alessandro Carmelita, presidente della Società Italiana per la Schema Therapy, è psicologo psicoterapeuta cognitivo comportamentale; si è specializzato nella Schema Therapy presso lo Schema Therapy Center di New York con il Dr. Jeffrey Young ed è unico docente e supervisore in Italia riconosciuto dalla Società Internazionale per la Schema Therapy ISST. E' istruttore di Mindfulness e si è formato, tra gli altri, con il Prof. Zindel Segal. Ha condotto numerosi gruppi MBCT per la prevenzione delle ricadute nella depressione.

Prof. Rob Nairn, rappresentante in Africa di Akong Tulku Rinpoche, Maestro di Buddhismo tibetano e fondatore di Kagyu Samye Ling, primo centro di Buddhismo tibetano in Occidente. E' responsabile di 11 centri Buddhisti in 4 paesi africani e insegna in Gran Bretagna, Irlanda, Germania, Africa e Stati Uniti, sia nelle Università che nei centri Dharma. I suoi libri sono stati tradotti in 8 lingue riscuotendo grande successo.

Programma

- ▶ **14-15 Gennaio**, Dr. Didonna
Introduzione alla Mindfulness, aspetti fenomenologici e neurobiologici

- ▶ **11-12 Febbraio**, Dr.ssa Gallo
Mindfulness e Compassione

- ▶ **25-26 Febbraio**, Dr.ssa Weber
Mindfulness – Based Stress Reduction

- ▶ **10-11 Marzo**, Dr.ssa Villani
La meditazione per bambini

- ▶ **20-21-22 Aprile**, Dr. Mazzonetto
Ritiro esperienziale intensivo in Mindfulness

- ▶ **12-13 Maggio**, Dr. Didonna
Mindfulness in setting individuale e nella relazione terapeutica

- ▶ **22-23-24 Giugno**, Trainer Dr. De Ambrogio & Co-Trainer Dr. Carmelita
Ritiro esperienziale intensivo in Mindfulness

- ▶ **21-22 Luglio**, Dr. Carmelita
Mindfulness, Terapia Cognitiva e Schema Therapy

- ▶ **22-23 Settembre**, Prof. Nairn & Co-Trainer Dott.ssa Gallo
Mindfulness, Compassione e Insight

Le date potrebbero subire delle variazioni che saranno comunicate con anticipo

Al seminario del prof. Nairn è consentita l'iscrizione anche agli interessati non iscritti al Training

Sono stati richiesti crediti ECM per psicologi e medici

Durata complessiva del Training: 168 ore costituite da:

- ▶ 7 weekend seminariali della durata di 8 ore diarie
- ▶ 2 ritiri intensivi residenziali di 3 giorni cada uno della durata di 10 ore diarie
- ▶ Supervisioni di gruppo condotte da docenti del Training su interventi individuali o di gruppo

Iscrizione

Quota di iscrizione: il costo del Training è di 1.800 € (+ IVA). La quota può essere suddivisa in 4 rate da 450 € (+ IVA) cada una da versare secondo il seguente calendario:

- 1° rata: al momento dell'iscrizione
- 2° rata: entro il 31 Gennaio
- 3° rata: entro il 22 Aprile
- 4° rata: entro il 22 Luglio

Sconto di 200 € per quanti si iscrivono entro il 31 Ottobre 2011; per quanti si iscrivono con pagamento in un'unica soluzione all'atto dell'iscrizione; per i neo-laureati, gli specializzandi in psicologia e medicina e gli studenti in formazione

Vitto e alloggio per i ritiri (costo escluso dalla quota di iscrizione): 25 euro a giornata

Per iscriversi: inviare CV a isc@istitutodiscienzecognitive.it per selezione in ingresso; i richiedenti selezionati, saranno contattati dalla segreteria e dovranno inviare il modulo di iscrizione e copia del bonifico della 1° rata a isc@istitutodiscienzecognitive.it o al fax 079/9578217

Bonifico Bancario intestato a:

Banca Nazionale del Lavoro – Grosseto
Beneficiario Istituto di Scienze Cognitive srl
IBAN IT 90 L 01005 14300 000 000 000 584

Il modulo di iscrizione può essere richiesto alla nostra segreteria.

Info

Istituto di Scienze Cognitive, Via Perantoni Satta 9/b -07100- Sassari

www.istitutodiscienzecognitive.it

isc@istitutodiscienzecognitive.it

tel. 079/230449

cell. 3386381770

fax. 079/9578217

orario segreteria: Lunedì-Venerdì 9.00-13.00

