

APL Psicologi della Lombardia Master di formazione specialistica in Mindfulness - Online, Firenze

Online: per info tel. 0332.1888185

Firenze: per info tel. 0332.1888185

www.psicologilombardia.it

Certificazioni finali: *Mindful Eating, MB-EAT, CFT, Mindful Self-Compassion, MBRP, International Open Badge*

Periodo di svolgimento: **Gennaio - Giugno 2025**

Presentazione

Il Master prepara i partecipanti a utilizzare e insegnare la Mindfulness in vari contesti (Psicologia clinica, Psicoterapia, riabilitazione, benessere, crescita personale, coaching, ...).

I discenti imparano ad applicare la Mindfulness sia a livello individuale che di gruppo, sia in ambito privato che istituzionale, come comunità terapeutiche o ospedali.

Sviluppano inoltre competenze per creare progetti e realizzare interventi di Mindfulness in diversi ambiti organizzativi: aziendali, sportivi e di performance.

Durante il Master gli studenti imparano a padroneggiare i programmi/protocolli scientifici internazionali più importanti, tra cui MBSR (Mindfulness-Based Stress Reduction), MBCT (Mindfulness-Based Cognitive Therapy), MB-EAT (Mindfulness-Based Eating Awareness Training), CFT (Compassion Focused Therapy), MBRP (Mindfulness Based Relapse Prevention), MSC (Mindful self-compassion) ottenendone la certificazione e il diritto all'utilizzo dei rispettivi marchi.

Il Master ha ottenuto il marchio *Internationally Certified Mindfulness Training (ICMT)®*, prestigioso riconoscimento internazionale che attesta il rispetto delle linee guida per la formazione dei protocolli, la professionalità dei docenti coinvolti e l'eccellenza dell'intero percorso formativo.

Destinatari

Il **Master di formazione specialistica in Mindfulness** è rivolto a laureati in Psicologia; laureati in Medicina, specializzati/specializzandi in Psicoterapia, Psicologia clinica, Psichiatria e Neuropsichiatria infantile; studenti di Psicologia (previo colloquio conoscitivo).

Metodologia

Le lezioni si svolgono in modalità webinar in diretta e FAD asincrona.

All'interno del Master è previsto un residenziale obbligatorio per la certificazione MBSR Teacher e MBCT Therapist.

Il residenziale offre un'immersione completa nelle pratiche di Mindfulness, facilitando un apprendimento profondo e intensivo. È caldamente consigliato, ma non è obbligatorio ai fini dell'Attestato di Istruttore Master di Mindfulness e Specialista di Interventi Clinici Mindfulness-Based.

Libri con ECM inclusi:

- "Mindfulness-Based Stress Reduction (MBSR) - Il protocollo, le attività e le competenze per insegnare il programma" scritto da Susan L. Woods e Patricia Rockman.

- "Ritrovare la serenità" scritto da M. Williams, J. Teasdale, Z. Segal, J. Kabat-Zinn.

Per l'acquisizione dei crediti ECM relativi ai libri è necessario leggere il testo e superare l'esame

finale.

Programma

15 Gennaio 2025

Rilascio Corso FAD asincrono: Mindfulness Basic Training

23 Gennaio 2025 (Webinar online)

Ore 18:30-20:00 - La Federazione e l'Albo Nazionale Mindfulness: tutela e opportunità / Le Certificazioni Mindfulness / Deontologia e Legislazione

24 Gennaio 2025

Rilascio Corso FAD asincrono: Mindful Self-Compassion

25 Gennaio 2025 (Webinar online)

Ore 09:30-17:30 - MBSR (Teacher Training Program)

1 Febbraio 2025 (Webinar online)

Ore 09:30-17:30 - Mindful Eating

8 Febbraio 2025 (Webinar online)

Ore 09:30-17:30 - MBSR (Teacher Training Program)

10 Febbraio 2025 (Webinar online)

Ore 20:00-22:00 - Mindful Eating

18 Febbraio 2025 (Webinar online)

Ore 18:30-20:30 - Laboratorio pratico - Mindful Self-Compassion

20 Febbraio 2025 (Webinar online)

Ore 18:30-21:30 - Mindfulness Sport

25 Febbraio 2025 (Webinar online)

Ore 18:30-21:30 - Mindfulness Sport

3 Marzo 2025 (Webinar online)

Ore 20:00-22:00 - Mindful Eating

12 Marzo 2025 (Webinar online)

Ore 20:00-22:00 - Mindful Eating

15 Marzo 2025 (Webinar online)

Ore 09:30-17:30 - Protocollo MB-EAT

18 Marzo 2025 (Webinar online)

Ore 18:30-19:30 - Q&A - Mindful Self-Compassion

22 Marzo 2025 (Webinar online)

Ore 09:30-17:30 - MBCT (Therapist Training Program)

5 Aprile 2025 (Webinar online)

Ore 09:30-17:30 - MBCT (Therapist Training Program)

10 Aprile 2025 (Webinar online)

Ore 18:30-21:30 - Mindfulness in Psichiatria

12-13 Aprile 2025

Residenziale Mindfulness a Fiesole (FI) - Via della Piazzuola, 71

24 Aprile 2025 (Webinar online)

Ore 18:30-21:30 - Mindfulness in geriatria

3 Maggio 2025 (Webinar online)

Ore 09:30-17:30 - MBRP

10 Maggio 2025 (Webinar online)

Ore 09:30-16:30 - Mindfulness in Psicologia medica e ospedaliera

24 Maggio 2025 (Webinar online)

Ore 09:30-17:30 - Compassion Focused Therapy (CFT) - I livello

7 Giugno 2025 (Webinar online)

Ore 09:30-17:30 - Compassion Focused Therapy (CFT) - I livello

14 Giugno 2025 (Webinar online)

Ore 09:30-17:30 - Compassion Focused Therapy (CFT) - I livello

Accreditamenti

- Ministero della Salute
- **129 crediti ECM** (50 + 12 residenziale + 24 libro MBSR + 19 libro Ritrovare la serenità + 15 Corso Mindfulness Basic Training + 9 Corso Mindful Self-Compassion)
- Internationally Certified Mindfulness Training (ICMT)®
- albonazionalemindfulness.it
- Federazione Italiana Mindfulness

Modalità di iscrizione

Per ulteriori informazioni e iscrizioni contattare la segreteria APL al numero 0332.1888185.

Attestato

A chi frequenta almeno l'80% delle lezioni e supera l'esame finale, viene rilasciato l'Attestato di **Istruttore Master di Mindfulness e Specialista di Interventi Clinici Mindfulness-Based**, unitamente ai riconoscimenti internazionali *Mindfulness Professional Trainer®*, *Certified Mindfulness Teacher®*.

Per poter ottenere le Certificazioni di "MBSR Teacher" e "MBCT Therapist" è necessario seguire un iter specifico che prevede il rispetto delle linee guida internazionali.

Costi

Il costo del Master è di € 1.990 + IVA (€ 1.790 + IVA per iscrizioni entro il 20 Dicembre).

Sconto del 5% per saldo entro 5 giorni lavorativi dal versamento dell'acconto

Sconto del 10% per studenti, tirocinanti post laurea o dottorandi di ricerca

Sconto del 15% per ex corsisti APL

Gli sconti sono cumulabili fino a un massimo del 30%.

Possibilità di rateizzazione personalizzata