



I MIND

Istituto Italiano per la Mindfulness

Organizza la seconda edizione del

# MASTER IN MINDFULNESS-BASED THERAPY

Corso di perfezionamento per l'abilitazione al titolo di  
Insegnante di Mindfulness

Gennaio 2012 – gennaio 2013

Vicenza

CORSO ECM

Con il patrocinio di:

**SITCC** – Società Italiana Terapia Comportamentale e Cognitiva



**AIAMC** – Associazione Italiana di Analisi e Modificazione del  
Comportamento e Terapia Comportamentale e Cognitiva



**IESCUM** - Istituto Europeo per lo Studio del Comportamento Umano,

**ASCCO** - Accademia di Scienze Comportamentali e Cognitive,

**IPSICO** - Istituto di Psicologia e Psicoterapia Comportamentale e Cognitiva,

**C.P.C.** - Associazione Centro di Psicologia Clinica

**ACT** Italia - Acceptance & Commitment Therapy Italian Chapter

**ISC** – Istituto di Scienze Cognitive

## LA MINDFULNESS-BASED THERAPY



L'utilizzo della pratica di *mindfulness* in un contesto clinico ha rappresentato negli ultimi due decenni un campo fiorente di studio nell'ambito della salute mentale e il numero di ricerche, libri e articoli scientifici e divulgativi sul tema sta crescendo in modo esponenziale

ogni anno. In particolare, numerosi studi scientifici stanno identificando nella pratica buddhista della 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. La *mindfulness* è un modo apparentemente semplice di rapportarsi con l'esperienza che è stata praticata e insegnata per oltre 2.500 anni allo scopo di alleviare la sofferenza umana. Negli ultimi anni, i professionisti della salute mentale stanno sempre più scoprendo che la *mindfulness* rappresenta una promettente risorsa per il loro sviluppo personale e un potente strumento per migliorare la relazione terapeutica, l'empatia, l'accettazione e per affrontare efficacemente la sofferenza emotiva dei loro pazienti. Tale interesse ha dato origine spontaneamente e in modi indipendenti a 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 la componente centrale di una serie di nuovi trattamenti empiricamente validati, e ha dimostrato nel corso dei decenni di essere una pratica capace di integrarsi sostanzialmente con la maggior parte dei modelli psicoterapeutici.

L'interesse verso la *scienza della mente* di origine buddhista scaturisce dalla constatazione che, malgrado l'importanza assunta dalle metodologie scientifiche improntate al rigore e ai principi *evidence based*, notevole sembra essere oggi l'esigenza di integrare tali approcci con la valorizzazione di quelle componenti innate della natura umana decisive nell'influenzare la lettura degli eventi, i comportamenti e gli stati emotivi. Tali componenti possono essere individuate nell'*accettazione* nei confronti dell'esperienza, nell'atteggiamento *compassionevole* verso la propria e altrui sofferenza, nella capacità di *auto-osservazione non giudicante*, nell'idea che la mente può osservare se stessa e comprendere la propria natura, nell'attenzione particolare rivolta alla sfera emotiva e al rapporto di interdipendenza e di reciproca influenza tra mente e corpo e, in generale, in un atteggiamento armonizzante e normalizzante nei confronti delle variabili intra e interpersonali. La *mindfulness* (e tutte le prospettive terapeutiche da essa derivate) rappresenta quella disciplina che riassume in sé tutte le componenti sopra illustrate, nonché un fattore di raccordo e di incontro nel fertile dialogo intercorso in particolare negli ultimi vent'anni tra oriente e occidente all'interno delle scienze mentali.

Negli ultimi trent'anni numerose ricerche hanno evidenziato l'efficacia clinica della meditazione e delle prospettive basate sulla *mindfulness*, sia nei confronti di patologie psichiatriche (depressione, disturbi d'ansia, disturbi alimentari, abuso di sostanze, disturbo borderline, etc.) che di disturbi di tipo medico (oncologia, psoriasi, dolore cronico) permettendo lo sviluppo di protocolli e modelli terapeutici validati di provata efficacia tra i quali la *Mindfulness-Based Stress Reduction*, la *Mindfulness-Based Cognitive Therapy*, la *Dialectical Behaviour Therapy*, l'*Acceptance and Commitment Therapy* e la *Compassion Focused Therapy*.

Attraverso questo master, di livello internazionale, i partecipanti avranno la possibilità di apprendere l'utilizzo della *Mindfulness-Based Therapy* nei setting individuale e di gruppo, sia ambulatoriale che ospedalizzato, nei confronti di varie patologie e nel suo utilizzo con gli adulti e in età evolutiva. I principi e le teorie da cui deriva la prospettiva basata sulla *mindfulness* offrono inoltre un modello esplicativo esaustivo e clinicamente efficace della genesi dei problemi psichici e di come possono essere alleviati. I partecipanti verranno addestrati a coltivare la *mindfulness* e a integrarla nella propria attività clinica, apprenderanno nuove abilità cliniche ed esploreranno i diversi modi attraverso cui la pratica di *mindfulness* può potenziare e perfezionare la presenza e la relazione terapeutica, diventando consapevoli infine di come tale pratica meditativa può arricchire e migliorare non solo la sfera professionale, ma anche quella personale.

I docenti del master sono clinici, ricercatori e maestri di meditazione considerati tra i più autorevoli esperti a livello internazionale nei vari settori applicativi della *mindfulness*.

A tutti coloro che avranno frequentato almeno l'80% delle giornate di formazione verrà rilasciato un certificato di partecipazione a cura dell'Istituto Italiano per la Mindfulness (IS.I.MIND).

L'IS.I.MIND conferirà il titolo di *Insegnante di Mindfulness (Mindfulness Teacher)* agli interessati che avranno superato le varie fasi di valutazione previste conformemente alle linee guida e i criteri internazionali per la formazione degli istruttori (*United Kingdom Guidelines for Mindfulness Teachers*).

## A CHI È RIVOLTO IL MASTER:

Il Master è rivolto in generale a professionisti dell'ambito socio-sanitario, le candidature verranno valutate dal Comitato Scientifico che esaminerà i Curriculum Vitae e che si riserva di chiedere un colloquio di approfondimento con gli interessati.

Il Master è a numero chiuso e nell'accettare le iscrizioni verrà data priorità a coloro che hanno già maturato qualche esperienza pratica di meditazione o conoscenze teoriche tramite corsi e seminari riconosciuti dall'IS.I.MIND.

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

I seminari con i docenti stranieri saranno aperti anche a partecipanti esterni non iscritti al master.

## ARGOMENTI TRATTATI:

Tra i temi affrontati nel programma didattico vi sono:



Aspetti fenomenologici e neurobiologici della *Mindfulness*; le basi teoriche e culturali della *Mindfulness*; Il dialogo tra Oriente e Occidente nelle scienze mentali; la Psicologia Buddhista; la *Mindfulness-Based Cognitive Therapy*; la *Mindfulness-Based Stress Reduction*; la *Compassion Focused Therapy*; la Terapia Dialettico Comportamentale; l'Acceptance and Commitment Therapy; *Mindfulness* e relazione terapeutica; l'utilizzo della *mindfulness* in un setting individuale; interventi di *mindfulness* in un setting ospedalizzato; la *mindfulness* in età evolutiva; *Mindfulness* e Depressione; *Mindfulness* e Disturbi d'Ansia; *Mindfulness*, PTSD e trauma; *Mindfulness* e Disturbi Alimentari; *Mindfulness* e Disturbo Ossessivo-Compulsivo; *Mindfulness* e Disturbo Borderline di Personalità; *Mindfulness* e Abuso di sostanze/Dipendenze; l'assessment e la valutazione delle abilità di *mindfulness*; linee guida, tecniche e strategie di conduzione dei gruppi; la ricerca nell'ambito della *Mindfulness*, Accettazione e Compassione in psicoterapia.

## DOCENTI:

**Prof. Paul Gilbert** ( Derby, United Kingdom)



È Professore Ordinario di Psicologia Clinica alla University of Derby e Psicologo consulente presso il Derbyshire Mental Health Services NHS Trust. È considerato uno dei massimi esponenti internazionali della Psicoterapia Cognitiva e in particolare delle prospettive di "terza generazione". Ha una cattedra come *Visiting Professor* presso l'Università di Fribourg (Svizzera) e Coimbra (Portogallo). Dal 1993 è membro della British Psychological Society. Ha pubblicato oltre 100 tra articoli e capitoli e 14 libri. Il suo interesse è focalizzato sul ruolo della vergogna nella psicopatologia e sull'utilizzo della compassione in psicoterapia. È autore della *Compassion Focused Therapy*, un modello terapeutico validato, che integra i principi della Psicoterapia Cognitivo- Evoluzionista con alcuni principi della Psicologia Buddhista.

**Ven. Dr. Akong Tulku Rinpoche** (Samye Ling, Scotland, United Kingdom)



Nato nel Kham (Tibet orientale) nel 1939, ha ricevuto insegnamenti dai più importanti Maestri della Scuola Kagyü e ha studiato la medicina tradizionale tibetana. Nel 1959 ha dovuto lasciare il suo paese, trovando rifugio prima in India e poi nel Regno Unito, dove nel 1967 ha fondato il *Kagyü Samye Ling Monastery and Tibetan Centre* (Scozia), il primo e più importante centro di Buddhismo tibetano di tutto l'Occidente. Il centro è un luogo di pace, di studio e spiritualità, visitato da persone di ogni fede e tradizione, provenienti da tutto il mondo. Da sempre, l'impegno di Akong Tulku Rinpoche è quello di preservare e diffondere la spiritualità, la cultura e la medicina del Tibet in Occidente e per questo la sua incessante attività si è espansa in tre direzioni

principali: gli insegnamenti del Dharma, la terapia e l'attività umanitaria. Negli anni, si sono infatti diffusi i Kagyü Samye Dzong, centri connessi a Samye Ling, presenti ora in vari paesi, in Europa e in Africa. Inoltre, l'interesse dimostrato da molti psicoterapeuti e medici occidentali per la medicina e la terapia Buddhista insegnata da Rinpoche, ha favorito lo sviluppo di un sistema di terapia unico, conosciuto ora come *Tara Rokpa Therapy*. Negli anni novanta Akong Rinpoche ha fondato ROKPA, associazione umanitaria che opera in Tibet, Nepal, Africa ed Europa. Con grande energia e determinazione, in Tibet Akong Rinpoche ha avviato più di 160 progetti nell'ambito dell'educazione,

della sanità, della preservazione della lingua, della cultura, dell'arte e dell'ambiente dell'Altipiano tibetano, portando una nuova speranza tra la popolazione nomade che vive in una zona tra le più povere e dimenticate della terra. Tra i suoi libri tradotti in italiano troviamo *Domare la tigre* (Ubaldini).

#### **Dr. Thomas Bien** (New Mexico -USA)



È uno psicologo clinico di fama internazionale e insegnante di mindfulness. Autore di cinque libri importanti: *Mindful Recovery: A Spiritual Path to Healing From Addiction*; *Finding the Center Within: The Healing Way of Mindfulness Meditation*, *Mindful Therapy: A Guide for Therapists and Helping professionals* e *The Buddha's Way of Happiness*. È anche Co-editor del libro *Mindfulness and Therapeutic Relationship* (Guilford Press, 2008). È considerato uno dei massimi esperti a livello internazionale nell'applicazione della mindfulness con le problematiche di abuso di sostanze e dipendenze. Oltre al suo dottorato in psicologia, ha conseguito una laurea in teologia. Ha coltivato per tutta la vita l'interesse per la spiritualità asiatica e la meditazione. Ha una vasta esperienza nell'ambito clinico in vari ambiti e si occupa di ricerca nel campo delle dipendenze e dell'abuso di sostanze.

Conduce workshop su *Mindfulness e relazione terapeutica* e sulla *Mindfulness e dipendenze* negli Stati Uniti e all'estero. I suoi training integrano le prospettive Cognitivo-comportamentale, Umanistica e Psicanalitica. Il suo calore umano e le sue profonde qualità empatiche rendono i suoi seminari una preziosa opportunità per comprendere l'importante integrazione tra la psicoterapia occidentale e quella orientale.

#### **Prof.ssa Ruth Baer** (Kentucky – USA)



Ruth Baer è professore ordinario all'Università del Kentucky e attualmente è considerata la massima esperta mondiale nel campo della ricerca e dell'assessment degli interventi mindfulness & acceptance-based e della concettualizzazione della mindfulness. È editor del libro "Mindfulness-Based Treatment Approaches: Clinician's Guide to Evidence Base and Applications" (Academic Press, 2006) e autrice di "Assessing mindfulness and acceptance: Illuminating the processes of change" (New Harbinger). È inoltre autrice di numerosi importanti articoli scientifici nel campo della mindfulness e della terapia cognitivo-comportamentale e, a

livello internazionale, è nota per l'applicazione dei protocolli mindfulness-based nell'ambito dei Disturbi del Comportamento Alimentare e del Disturbo Borderline di Personalità. È inoltre autrice, insieme ad altri colleghi dell'Università del Kentucky, del test Five Facets Mindfulness Questionnaire (FFMQ), una scala multifattoriale, ora validata anche in Italia (Didonna, Bosio), tra le più valide e attendibili per l'assessment delle abilità di mindfulness.

#### **Dr. Rob Nairn** (Cape Town, South Africa, Scotland, United Kingdom)



Rob Nairn è il rappresentante in Africa di Akong Tulku Rinpoche, Maestro di Buddhismo tibetano e fondatore di Kagyu Samye Ling, il primo e più grande monastero e centro di Buddhismo tibetano in Occidente. Il Dr. Nairn ha la responsabilità di undici centri Buddhisti in quattro paesi Africani e insegna regolarmente in Gran Bretagna, Irlanda, Germania, Olanda, Africa e Stati Uniti, sia nelle Università che nei centri di Dharma. Dopo aver insegnato legge e criminologia all'Università di Cape Town ed essersi avvicinato allo studio della psicologia Buddhista, ha sviluppato una profonda comprensione della meditazione grazie alle istruzioni ricevute da diversi insegnanti in India,

Inghilterra, Africa e Scozia. Ha ricevuto insegnamenti da S.S. il Dalai Lama, S.S. XVI Gyalwa Karmapa, da Khentin Tai Situpa, Thrangu Rinpoche, Akong Tulku Rinpoche e Lama Yeshe Losal Rinpoche e ha pubblicato libri di successo che sono stati tradotti in 8 lingue. Proprio grazie a questo mix unico, costituito da training e pratica in legge e psicologia e dall'aver ricevuto insegnamenti da eminenti Maestri di meditazione, Rob Nairn riesce a spiegare i concetti tradizionali del Buddhismo con la prospettiva della psicologia occidentale e a tradurre in termini occidentali non solo la tecnica ma anche lo spirito profondo delle pratiche meditative orientali e Buddhiste in particolare. Recentemente il taglio eminentemente laico dei suoi insegnamenti lo ha portato a creare e dirigere numerosi progetti in cui la pratica meditativa è utilizzata come sostegno alla terapia fisica e psicologica e di aiuto nelle condizioni di disagio sociale. Di Rob Nairn in italiano, sono stati tradotti i libri: "Che cos'è la meditazione" ed. TEA, "La Mente Adamantina" ed. Ubaldini, "Vivere, sognare e morire" ed. Ubaldini.

#### **Dr. Chris Cullen** (London, United Kingdom)



Chris Cullen lavora come insegnante di mindfulness e psicoterapeuta. Precedentemente ha lavorato come insegnante nelle scuole superiori e per 10 anni è stato "Head of pastoral Care & Counseling" alla Hampton School di Londra. È co-fondatore e co-direttore del Progetto *Mindfulness in School Project (MiSP)* che ha sviluppato un programma di mindfulness di 8 settimane per gli studenti di scuola superiore e che viene utilizzato in numerose scuole e associazioni giovanili in Europa e negli USA. Il MiSP sta collaborando con le Università di Oxford,

Cambridge ed Exeter nella realizzazione di uno studio controllato e randomizzato sugli effetti dell'insegnamento della mindfulness nei programmi scolastici per gli adolescenti. Insegna anche la mindfulness ai musicisti e attori della

*Guildhall School of Music & Drama* a Londra. Ha conseguito il diploma del *Community Dharma Leader Program* presso lo *Spirit Rock Meditation Centre* negli Stati Uniti e ha conseguito il titolo di insegnante di *Insight Meditation* con *Christina Feldman*. Conduce abitualmente ritiri residenziali presso *Gaia House* a Devon. Attualmente sta frequentando il *Master in Mindfulness-Based Cognitive Therapy* presso l'Università di Oxford.

**Dr. Richard Burnett** (London, United Kingdom)



Richard Burnett è insegnante e *Housemaster* alla *Tonbridge School* nel Regno Unito. È co-fondatore del *Mindfulness in School Project (MiSP)*, un'associazione no-profit che ha l'obiettivo di promuovere l'insegnamento della mindfulness nelle scuole e che organizza training per insegnanti. *Tonbridge* è stata una delle prime scuole del Regno Unito che hanno promosso l'utilizzo della mindfulness nei propri programmi formativi per ragazzi di 13 e 14 anni suscitando l'interesse del mondo accademico e dei media. Nel 2008 Richard ha lavorato con il prof. Huppert del *Cambridge University's Wellbeing Institute* ad uno studio pilota sull'efficacia del training di mindfulness nelle scuole, i cui risultati sono stati pubblicati nel *Journal of Positive Psychology*.

**Dr. Brion Sweeney** (Dublin, Ireland)



È psichiatra e direttore del *Drug Addiction Services for Greater North Dublin*. È supervisore e trainer in psicoterapia dal 1992 e tiene dei Master presso l'*University College* di Dublino. I suoi interessi riguardano da sempre l'interazione tra l'approccio orientale e quello occidentale alla mente, e tra la medicina e le Neuroscienze riguardo al rapporto corpo/mente. In particolare, nella sua pratica clinica ha sempre rivolto grande attenzione alle Neuroscienze che hanno dimostrato come la *Mindfulness* e la compassione, che derivano dalla pratica meditativa buddhista, siano realmente efficaci per affrontare i sintomi più comuni del disagio mentale, come l'ansia e la depressione. E in questa direzione la sua ricerca lo porta a promuovere nuovi interventi di psicoterapia anche all'interno del sistema sanitario. Dal 1991 è terapeuta della *Tara Rokpa Therapy*, di cui è co-fondatore insieme ad *Akong Tulku Rinpoche*. La *Tara Rokpa Therapy* è un approccio basato su una combinazione unica tra la comprensione buddhista della mente e la psicoterapia occidentale, approccio utile per chi desidera sviluppare le proprie potenzialità, includendo anche l'aspetto spirituale. Attualmente è impegnato nel creare nuovi training in psicoterapia a vari livelli, all'interno e al di fuori delle strutture universitarie.

**Prof. Gian Giorgio Pasqualotto** (Padova)



Giangiorgio Pasqualotto (Vicenza, 1946) insegna 'Estetica' e 'Storia della filosofia buddhista' presso la Facoltà di Lettere e filosofia dell'Università di Padova, e 'Filosofia delle culture' presso il Master di Studi interculturali delle medesima Università. Negli anni '90 ha contribuito alla fondazione dell'Associazione *Maitreya* di Venezia per lo studio e la diffusione della cultura buddhista. È stato Direttore della Scuola Superiore di Filosofia Comparata di Rimini. Tra le sue pubblicazioni più recenti: "Estetica del vuoto"; "Illuminismo e illuminazione"; "Yohaku. Forme di asceti nell'esperienza estetica orientale"; "East & West"; "Figure di pensiero"; "Oltre la filosofia"; "Tra Oriente e Occidente"; "Filosofia e globalizzazione". È tra i maggiori conoscitori del pensiero zen, si è occupato di buddhismo, ascetismo ed estetica orientale. I suoi studi si muovono nell'ambito di una filosofia comparata, ossia di una ricerca volta ad approfondire le corrispondenze tra pensiero d'Oriente e pensiero d'Occidente.

**Prof. Paolo Moderato** (Parma)



Professore ordinario di Psicologia generale, Università IULM Milano. Past president dell'European Association for Behavior and Cognitive Therapies (EABCT) e dell'AIAMC. Presidente di IESUM Istituto Europeo per lo Studio del Comportamento Umano. Autore di oltre cento articoli scientifici e di vari volumi, tra cui il best seller *Psicologo: verso la professione* in collaborazione con F. Rovetto. Dirige per la Franco Angeli la collana Pratiche comportamentali e cognitive.

**Dr. Fabrizio Didonna** (Vicenza)



Presidente e Membro Fondatore dell'IS.I.MIND è Psicologo e Psicoterapeuta Cognitivo-Comportamentale. Ha partecipato in qualità di relatore e chairman a numerosi congressi in Italia e all'estero ed è autore di diverse pubblicazioni scientifiche su libri e riviste nazionali e internazionali. Nel 2006 ha pubblicato con *Claudia Herbert* il libro "*Capire e superare il trauma*" – Ed. Erickson ed è Editor e Autore del libro "*Clinical Handbook of Mindfulness*" (2008) – Springer Publisher, New York, il primo manuale sulle applicazioni cliniche delle prospettive basate sulla mindfulness (trad. it Franco Angeli, 2011). È Coordinatore del Servizio per i Disturbi d'Ansia e dell'Umore presso la Casa di Cura *Villa Margherita* di Arcugnano (VI) dove conduce da diversi anni Gruppi residenziali di *Mindfulness-Based Therapy* con pazienti affetti da Depressione, Disturbi d'Ansia gravi e Disturbo

Borderline. Ha contribuito in questi anni all'evoluzione della *Mindfulness-Based Therapy*, sviluppando anche un modello di trattamento per il Disturbo Ossessivo-Compulsivo che integra la Psicoterapia Cognitivo-Comportamentale e la mindfulness. È Vice-Presidente dell'Associazione Italiana Disturbo Ossessivo Compulsivo e docente in diverse scuole di specializzazione in psicoterapia. Tiene inoltre numerosi corsi di formazione, training e ritiri formativi di Meditazione di Mindfulness e di MBCT in Italia e in diversi paesi del mondo.

**Dott. Renato Mazzonetto** (Vicenza)



Laureato in Filosofia all'Università di Padova, è il rappresentante ufficiale per l'Italia del Kagyü Samye Ling, il primo centro di Buddhismo Tibetano in Occidente. Dopo aver completato due lunghi periodi di ritiro in Scozia, per un totale di sette anni, è stato riconosciuto insegnante di Meditazione, Filosofia Buddhista e Rilassamento Creativo. Da allora ha tenuto corsi e conferenze in Belgio, Germania, Inghilterra, Italia, Scozia, Sud Africa e Zimbabwe. È il presidente dell'Associazione umanitaria ROKPA Italia onlus. Collabora con I.SI.MIND, con il quale ha completato il Master in Mindfulness-Based Therapy, conseguendo il diploma di Istruttore di Mindfulness. Collabora con la Società Teosofica Italiana e con varie case editrici per pubblicazioni sulla Meditazione, la Mindfulness e la Filosofia Buddhista.

**Dott.ssa Alessia Minniti** (Verona)



Psicologa, Psicoterapeuta Cognitivo-Comportamentale, è Segretario-Tesoriere e Membro fondatore dell'Istituto Italiano per la Mindfulness (ISIMIND) e Dottore di Ricerca in Malattie Cronico-Degenerative, Specializzata in Tecniche di Rilassamento. Consigliere della SISDCA (Società Italiana per lo Studio dei Disturbi del Comportamento Alimentare), lavora come psicologa presso l'Università degli Studi di Verona dove svolge attività clinica (individuale e di gruppo) e di ricerca nel campo dei Disturbi del Comportamento Alimentare e dell'Obesità. Svolge attività di docenza presso il corso di Specializzazione in Psicoterapia Cognitivo Comportamentale della Scuola di Terapia Cognitiva Studi Cognitivi (MI). Ha partecipato in qualità di relatore a numerosi congressi ed è autore di diverse pubblicazioni scientifiche. Pratica la meditazione di mindfulness e conduce da diverso tempo gruppi di MBCT per pazienti affetti da problematiche alimentari, obesità e psoriasi. È diplomata Insegnante di Mindfulness dopo aver frequentato e partecipato all'organizzazione del Master in Mindfulness-Based Therapy a Vicenza e a numerosi altri seminari, conferenze e corsi relativi a questo argomento.

**Dott.ssa Anna Gallo**- Padova



Vive a Padova, dove si è laureata in Lettere e Filosofia. Dal 2001 ha ricevuto insegnamenti da alcuni dei più importanti Maestri della scuola Karma Kagyü del Buddhismo tibetano in India, Scozia, Sud Africa e Italia e ha fatto numerosi ritiri. Nel 2008 è stata invitata da Rob Nairn a partecipare al training per insegnanti di Mindfulness presso il SamyeLing Tibetan College in Scozia, dove ha conseguito il diploma di Mindfulness Trainer e dove ha concluso i corsi di Foundation Training in Compassion e Insight and Wisdom Training, sempre guidati da Rob Nairn. Nel 2011 ha completato il Master in Mindfulness-based Therapy organizzato da I.SI.Mind, Istituto Italiano per la Mindfulness, conseguendo il diploma di Istruttrice di Mindfulness. Ha fatto parte del progetto per la traduzione italiana del Clinical Handbook of Mindfulness (editor dr. F. Didonna, in pubblicazione per Franco Angeli editore) e ha collaborato alla traduzione di vari testi sul Buddhismo. È tra i soci fondatori e la vice-presidente dell'Associazione umanitaria ROKPA Italia onlus.

**Direzione Scientifica:** Dr. Fabrizio Didonna

**Comitato Scientifico:** Dr. Fabrizio Didonna, Dr.ssa Alessia Minniti, Dr.ssa Yolanda Rosillo, Dr.ssa Isabella Lovato, Dott. Carlo Di Berardino

**Segreteria Organizzativa:** Dr.ssa Francesca Dal Piaz Fambri (responsabile)

Il Master in *Mindfulness*-Based Therapy prevede un totale di 260 ore didattiche costituite da:

**SEMINARI DI DUE O TRE GIORNATE** con frequenza mensile durante i weekend, da GENNAIO 2012 a GENNAIO 2013 tenuti presso Villa S. Carlo a Costabissara (VI) o l'Hotel Vergilius - Creazzo (VI)

**UN TRAINING-RITIRO INTENSIVO RESIDENZIALE DI 5 GIORNI** tenuto a Villa S. Carlo a Costabissara (VI) nel giugno 2012.

**UN RITIRO INTENSIVO RESIDENZIALE DI 4 GIORNI** tenuto a Villa S. Carlo a Costabissara (VI) nel settembre 2012.

**SUPERVISIONI DI GRUPPO** condotte dal Direttore Scientifico del Master su interventi individuali o di gruppo effettuati dai partecipanti.

**VERIFICA FINALE DELL'APPRENDIMENTO** condotta da membri del comitato scientifico del Master

**Verranno richiesti i crediti ECM per medici e psicologi.**

## **PROGRAMMA**

- 28-29 gennaio 2012 Dott. F. Didonna – Introduzione alla *Mindfulness*, Aspetti Fenomenologici e Neurobiologici, applicazioni cliniche (2 gg). Centro Congressi Hotel Vergilius – Creazzo, Vicenza
- 11-12 febbraio 2012. Prof. Gian Giorgio Pasqualotto e Dott. Renato Mazzonetto - *Il dialogo nelle scienze mentali tra Oriente e Occidente* (2 gg). Centro Congressi Hotel Vergilius – Creazzo, Vicenza
- 23-25 marzo 2012. Dott.T. Bien – *Mindfulness in setting individuale e nella Relazione Terapeutica e Mindfulness con Problemi di Abuso e Dipendenze* (3 gg). Centro Congressi Hotel Vergilius – Creazzo, Vicenza
- 20 aprile 2012. Prof. Paolo Moderato – *Acceptance & Commitment Therapy*. Villa San Carlo Costabissara (VI) (1 gg)
- 21-22 aprile 2012. Dott. F. Didonna- *Mindfulness e Disturbi d'ansia – Mindfulness con Trauma e PTSD* (1 gg)– *Mindfulness e Disturbo Ossessivo-Compulsivo* (1 gg).Villa San Carlo Costabissara (VI)
- 26-27 Maggio 2012. Dott. Akong Rinpoche e Dott. Brion Sweeney, (co-trainer: Dott. Renato Mazzonetto e Dott.ssa Anna Gallo) – *La Tara Therapy: un'integrazione tra la Psicoterapia occidentale e la Psicologia Buddhista* (2 gg) Centro Congressi Hotel Vergilius – Creazzo, Vicenza
- 13-17 Giugno 2012. Dott. F. Didonna (Trainer); Alessia Minniti (Co-trainer) – *Ritiro Intensivo di Mindfulness-Based Cognitive Therapy (MBCT)* – Villa San Carlo Costabissara (VI) (5gg)
- 29 giugno – Supervisione. Dott. Fabrizio Didonna (1 gg)
- 30 giugno-1 Luglio 2012. Prof. R. Baer – *Assessment e Ricerca nella Mindfulness, Acceptance & Commitment Therapy; la Mindfulness e la Terapia Dialettico-Comportamentale per il Disturbo Borderline di Personalità* (2 gg). Villa San Carlo Costabissara (VI)
- 13-16 Settembre 2012. Dott. Rob Nairn (co-trainer: Dott. Renato Mazzonetto e Dott.ssa Anna Gallo) - Ritiro intensivo su: *Compassione e Accettazione in Psicoterapia* (3 gg) Villa San Carlo – Costabissara (VI)
- 13-14 Ottobre 2012. Prof. Paul Gilbert – *Compassionate Focused Therapy*. Centro Congressi Hotel Vergilius – Creazzo, Vicenza. **Sede da confermare**
- 3-4 Novembre 2011 Dott. Chris Cullen e Dott. Richard Burnett - *Mindfulness in Età evolutiva* (2 gg) Villa San Carlo Costabissara (VI)
- 14 Dicembre 2012. Dott.ssa Alessia Minniti - *Mindfulness per i Disturbi Alimentari* (1 gg)
- 15 Dicembre 2012. Dott. F. Didonna – *Tecniche e strategie di conduzione dei gruppi; Interventi di Mindfulness in un setting ospedalizzato* (1 gg)
- 16 Dicembre – *Supervisione*. Dott. Fabrizio Didonna (1 gg)  
Centro Congressi Hotel Vergilius – Creazzo, Vicenza.
- 12-13 Gennaio 2013. Esame finale: Verifica dell'apprendimento e consegna dei diplomi  
Centro Congressi Hotel Vergilius – Creazzo, Vicenza.

## **INFORMAZIONI E ISCRIZIONI**

**Quota d'iscrizione:** 2800 € + IVA (3.360 €).

La quota comprende le lezioni didattiche, la partecipazione ai due ritiri di 4 e 5 giorni (escluse le spese di vitto e alloggio che dovranno essere pagate in loco alla struttura ospitante), il materiale didattico (articoli, dispense, schede illustrative e per le esercitazioni, CD audio per la pratica esperienziale) e l'iscrizione all'ISIMIND come socio corrispondente per l'anno 2012.

### **Modalità di pagamento:**

Una quota di 500 euro (100 euro non rimborsabili, 400 euro rimborsabili entro il 15 novembre 2011) dovrà essere versata all'atto dell'iscrizione.

Una seconda quota di 1000 euro dovrà essere versata entro il primo giorno di lezione.

Sarà possibile poi versare il rimanente importo in due rate da 930 euro entro il 30 aprile e il 30 giugno.

### **Sconti:**

E' previsto uno sconto di 100 euro per chi sceglie di pagare la quota in un'unica soluzione.

E' previsto uno sconto di 200 euro per gli specializzandi in psicoterapia, gli studenti dei corsi di laurea specialistica, i soci ISIMIND iscritti da almeno il 2011 e per tutti gli iscritti alle associazioni ed enti patrocinanti il master.

I due sconti sono cumulabili.

Per iscrizioni e informazioni scrivere a: [info@istitutomindfulness.com](mailto:info@istitutomindfulness.com)

Sito web: [www.istitutomindfulness.com](http://www.istitutomindfulness.com)

### **SEDI DEL MASTER**

**Villa San Carlo**, Costabissara (Vicenza)

(a 10 min dal casello di VI Ovest)

Prezzi convenzionati: 45 euro pensione completa,

20 euro solo pernottamento, 15 euro il singolo pasto



**Centro Congressi Hotel Spa Vergilius**, Creazzo (Vicenza) (a 10 min dal casello di VI Ovest).

Prezzi convenzionati per il pernottamento con prima colazione: 84 camera doppia, 74 camera doppia uso singola



### **COMMENTI DI ALCUNI PARTECIPANTI ALLA PRIMA EDIZIONE DEL MASTER**

**“Insegnanti ottimi, contenuti formativi, esperienze personali e di gruppo altamente positive e realizzative del percorso di consapevolezza. Tutto il gruppo organizzativo, oltre all’attenta organizzazione del master, ha incarnato con i partecipanti l’essenza propria della mindfulness... più di così!” C.M.**

**“Un Master che ha veramente RIVOLUZIONATO non solo il mio modo di lavorare, ma soprattutto il mio modo di ESSERE. Ora sento di costruire una visione “olistica” rispetto al modo di vivere e di rapportarmi agli eventi” B.Z.**

**“Un’opportunità non comune di stare con se stessi, di rinnovare le potenzialità terapeutiche verso di sé e i nostri clienti attraverso la consapevolezza e la compassione insegnata da maestri di gran prestigio” I.P.**

**“Il master è un’occasione di arricchimento personale e professionale. Ti aiuta a entrare sempre più in contatto con ciò che sei e stare con le tue esperienze. Ti accompagna verso l’esplorazione e l’apprendimento di un nuovo modo di fare terapia, di pensare al processo di cambiamento personale e dei clienti. È stato un bel viaggio in compagnia di colleghi sempre più mindful!” M.F.**

**“Ho scelto questo master perché volevo approfondire la mindfulness e i didatti erano molto qualificati. Sono rimasta molto soddisfatta della formazione avuta ma ancora di più mi ha arricchito da un punto di vista personale. È stata probabilmente l’esperienza formativa professionale e personale più importante che abbia mai fatto. M.C.**