

Corsi di formazione accreditati ECM: Corso annuale di formazione per istruttori di *mindfulness* a Milano (I ediz.)

**CORSO ANNUALE DI FORMAZIONE PER ISTRUTTORI DI *MINDFULNESS*,
DA QUEST'ANNO ANCHE A MILANO**
Claudia Romani

La formazione alla *mindfulness* è un'esperienza coinvolgente e progressiva, che richiede passione e costanza. A Roma il corso per istruttori di protocolli *mindfulness* è alla sua VII edizione e ha formato oltre 120 istruttori in Italia e all'estero.

Dal mese di gennaio 2020 partirà anche nella città di Milano, presso la sede di Labò, sita in Via Farini 70, nel quartiere Isola.

Il corso annuale per istruttori di protocolli *mindfulness* è stato progettato per rispondere all'esigenza di diffondere, promuovere e trasmettere la pratica della *mindfulness* attraverso un training formativo di alta qualità.

La direzione scientifica del corso è curata dai direttori della FEDERPSI – Ente accreditato per la formazione ECM (id n. 1959 del 24/01/2012), prof. Tonino Cantelmi, prof.ssa Maria Beatrice Toro, con il patrocinio della SCINT – Scuola di Specializzazione in psicoterapia cognitivo-interpersonale (aut. Miur 2008).

Attraverso una formazione teorica ed esperienziale ci proponiamo di far acquisire un “saper fare” (imparare a condurre gruppi, protocolli e interventi individuali basati sulla *mindfulness*), solidamente fondato su un “saper essere”.

Accanto ai moduli teorici è prevista la coltivazione intensiva della pratica personale, sia in aula che come lavoro a distanza, da svolgere nel tempo che intercorre tra un incontro e l'altro.

Durante la formazione, tanto più si approfondirà la pratica personale, quanto più si potranno intimamente cogliere gli elementi fondamentali che consentiranno di coltivare la presenza mentale e di acquisire una buona padronanza del metodo.

Il corso è aperto a tutti coloro i quali abbiano avuto un approccio alla meditazione, con un protocollo MBSR svolto o da svolgere durante l'anno di corso; l'accREDITAMENTO ECM (50 crediti) è riservato alle professioni di psicologo, psicoterapeuta, medico (tutte le discipline) e infermiere.

Il corso, che inizierà nel mese di gennaio 2020 e si concluderà nel mese di luglio 2020, si articola in una serie di moduli teorico-pratici supportato dalle presentazioni in aula di materiali video, file audio e dispense. È previsto un esame di fine corso strutturato su due livelli.

Verrà richiesto ai partecipanti di esercitarsi nella conduzione di alcune pratiche di *mindfulness* e di compilare un questionario, utile principalmente al partecipante per comprendere il proprio livello di apprendimento. Al termine del corso sarà rilasciato il diploma attestante la qualifica di "Istruttore di protocolli Mindfulness". Il nominativo e i riferimenti di ogni istruttore saranno inseriti sul sito www.mindfulnessinterpersonale.it alla voce "Istruttori di Mindfulness".

Un'altra importante novità è l'ampliamento del corpo docenti. Nella storica comunità di questo corso accoglieremo il contributo, pregevole e prestigioso, di importanti autori nel campo della meditazione di consapevolezza: Dott. Stefano Bettera, Dott.ssa Nicoletta Cinotti e Dott.ssa Carolina Traverso. Siamo certi, infatti, che la qualità della formazione passi anche attraverso la presenza di meditanti esperti che infondono entusiasmo nella didattica e saggezza nella conduzione delle pratiche.