



Università
San Raffaele
Roma



CONSORZIO
UNIVERSITARIO
HUMANITAS

Master universitario I livello

MINDFULNESS E NEUROSCIENZE DELLA SALUTE

I Edizione

Anno Accademico 2024-2025

Master validato dal Consiglio Scientifico del Consorzio



In collaborazione con



SOCIETÀ ITALIANA
NEUROPSICOLOGIA
DEL BENESSERE

REGISTRO NAZIONALE
MINDFULNESS®
www.albonazionalemindfulness.it



FEDERMINDFULNESS
FEDERAZIONE ITALIANA MINDFULNESS®



DIREZIONE

Prof. Aureliano Pacciolla
Dott.ssa Maria Laura Sadolfo

DIRETTORE ORGANIZZATIVO

Dott. Antonio Attianese

COMITATO SCIENTIFICO

Prof. Aureliano Pacciolla
Prof. Alberto Chiesa
Prof. Carlo Blundo
Prof. Franco Fabbro
Dott. Roberto Gavin
Dott.ssa Maria Laura Sadolfo
Dott.ssa Elena Luisetti

PRESENTAZIONE

La Mindfulness è, nella sua accezione accademica, una tecnica educativa del pensiero che permette di sintonizzarsi con sé stessi e gli altri, attivando meccanismi di autoregolazione mentale, corporea e relazionale.

È sostanzialmente quell'attitudine, o capacità, di porre attenzione, con volizione, al momento presente ed in modo non giudicante. È ciò che chiamiamo "attenzione consapevole".

La mindfulness istruisce, quindi, ad una particolare forma di consapevolezza delle nostre intenzioni, dell'ambiente in cui siamo immersi, delle relazioni che ci definiscono, radicandosi attivamente in quello che stiamo facendo.

La pratica della Mindfulness deriva dalle pratiche di meditazione del mondo orientale. Il primo protocollo di Mindfulness è stato elaborato negli anni 70 da un medico statunitense, Jon Kabat-Zinn, e utilizzato come modello autonomo di alcune discipline mediche e psicoterapeutiche. Negli anni sono stati creati e validati diversi protocolli per l'utilizzo della Mindfulness in psicologia clinica, medica, in psicoterapia e psicologia della salute e del benessere. I discenti comprenderanno quali sono le basi teoriche e cliniche del rapporto tra mente e corpo, e quali sono le evidenze scientifiche che supportano le pratiche trattate

Gli iscritti al Master apprenderanno strategie e tecniche di intervento psico-corporeo, quali le tecniche di rilassamento e quelle di mindfulness

PROFILO PROFESSIONALE

Il professionista formato acquisirà solide competenze, capacità pratiche e metodologiche nell'utilizzo in area clinica, riabilitativa, della psicologia positiva e del benessere e dei principali protocolli mindfulness.

Il professionista sarà inoltre introdotto nella Neuropsicologia del Benessere dell'area sanitaria utilizzando tecniche tra cui biofeedback, neurofeedback e tecniche di rilassamento e gestione dello stress

STRUTTURA

Modalità FAD asincrona/sincrona

- Lezioni: 300 ore
- Coaching online: 50 ore. Sono ore previste in sincrono con il tutor disciplinare esperto del modulo didattico
- Project work, prove di verifica: 200 ore
- Studio individuale: 500 ore
- Tirocinio: 250 ore
- Esercitazioni e prova finale: 200 ore

Modalità Blended

- Lezioni: 300 ore (200 ore FAD e 100 in presenza)
- Project work, prove di verifica: 200 ore
- Studio individuale: 550 ore
- Tirocinio: 250 ore
- Esercitazioni e prova finale: 200 ore

DURATA

Il Master avrà una durata di studio di 1500 ore pari a 60 CFU (Crediti Formativi Universitari)

TIROCINIO

Modalità FAD

Il Tirocinio potrà essere svolto in modalità virtuale e/o simulata con i docenti del Master (elaborazione di un project work, analisi e problem solving riguardante filmati e case study consegnati dai docenti, supervisione su casi presentati dagli allievi), elaborati da svolgere in supervisione con i docenti del master.

Modalità Blended

Il Tirocinio si svolgerà prevalentemente sul "campo", in un setting appropriato a favorire l'apprendimento esperienziale, il tirocinio si svolgerà presso il Collegio San Giuseppe Istituto De Merode in Roma.

SEMINARI FORMATIVI

I Seminari in presenza (previsti solo per la modalità blended) obbligatori si svolgeranno per un totale di 36 ore di cui:

Embodiment Summit 8 Giugno 2025 Roma*
Seminario su Biofeedback e Neurofeedback
Seminario su Mindfulness e comunicazione empatica

Seminario di Mindful Eating
Seminario di Mindfulness e comunicazione empatica e di Mindful Eating

*Il Master offre la gratuità per il Summit che si terrà a Roma presso il centro congressi l'8 Giugno 2025.



REQUISITI DI AMMISSIONE

Laurea in:

- Medicina
- Psicologia
- Discipline Sanitarie

TITOLO RILASCIATO

Diploma di Master universitario di I livello
"Mindfulness e neuroscienze della salute"
Mindfulness Professional Trainer®

Il Master è accreditato dalla Federazione Italiana Mindfulness e rilascia le seguenti Certificazioni con relativi International OpenBadge:

- 1) Mindful Eating (MB-EAT)®
- 2) Mindful Eating for children and teens (MB-EAT for children and teens)®
- 3) Mindfulness Psicosomatica ®
- 4) MBSR Teacher Trainer ® (Chi volesse la certificazione dell'MBSR dovrà attenersi alle nuove linee guida del 2025)*

*Al termine del Master ci si potrà iscrivere al Registro Nazionale Mindfulness:
www.albonazionalemindfulness.it

PROGRAMMA

M-PSI/01 Introduzione al Master, storia ed epistemologia della Mindfulness, 2 CFU

M-PSI/08 Neuroanatomia e NeuroFisiologia, 2 CFU

M-FIL/05 Filosofia, Spiritualità e Mindfulness, 2 CFU

M-PSI/01 Neuroscienze della salute, 4 CFU

M-PSI/08 Mindfulness e disturbi psicologici, 4 CFU

M-PSI/08 Mindfulness e disturbi psicologici, 3 CFU

M-FIL/05 Rilassamento progressivo, 3 CFU

M-FIL/05 Training Autogeno e training autogeno per l'infanzia, 3 CFU

M-FIL/05 Mindfulness e meditazione in reparto, 3 CFU

M-FIL/05 Mindfulness in Oncologia, 3 CFU

M-PSI/07 Mindfulness e dinamiche di gruppo, 3 CFU

DOCENTI

Prof. Franco Fabbro, Neurologo, Ordinario di Psicologia Clinica presso l'Università di Udine.

Dott.ssa Cinzia Bagnaschino, Psicologa, Neuropsicologa del Benessere, Presidente SINdeB, Mindfulness Professional Trainer, Mindfulness Clinical Therapist

Dott. Romeo Barbieri Psicologo, Ipnologo, Neuropsicologo del benessere, Mindfulness Professional Trainer, Mindfulness Clinical Therapist, MBSR Teacher Trainer, MBCT Therapist, Mindfulness Psicosomatica Instructor. Membro del Comitato Scientifico della Federazione Nazionale Mindfulness

Dott.ssa Raffaella Berto, Psicologa, Psicoterapeuta, Operatore clinico di Training Autogeno, Mindfulness Professional Trainer, Mindfulness Clinical Therapist, MBSR Teacher Trainer, MBCT Therapist. Membro del Comitato Scientifico della Federazione Nazionale Mindfulness

Prof. Carlo Blundo, Specialista in Neurologia e Psichiatria, Direttore dei Master in Neuropsicologia e in Riabilitazione Cognitiva Università LUMSA- Roma

Dott. Alberto Chiesa, Medico Chirurgo, Psichiatra e Psicoterapeuta, Mindfulness Professional Trainer; Dal 2012 è docente presso l'Associazione di Psicologia Cognitiva e la Scuola di Psicoterapia Cognitiva ed è editor della rivista scientifica "Mindfulness"

Dott. Pasquale Colacelli, Fisioterapista specializzato in: Rieducazione Posturale Globale metodo Souchard, Neuroriabilitazione concetto Kabat, Riabilitazione Ortopedica, Riabilitazione sportiva, Neurofeedback e Biofeedback

Dott. Roberto Gavin, Psicologo e psicoterapeuta, Neuropsicologo del benessere, Mindfulness Professional Trainer, Mindfulness Clinical Therapist, MBSR Teacher Trainer, MBCT Therapist. Membro del Comitato Scientifico della Federazione Nazionale Mindfulness

Dott.ssa Elena Luisetti, Psicologa e psicoterapeuta, Direttore dell'Istituto Wolpe, docente della Scuola di Psicoterapia Watson (TO), didatta AIAMC, Mindfulness Professional Trainer, Mindfulness Clinical Therapist. Membro del Comitato Scientifico della Federazione Nazionale Mindfulness



Prof. Aureliano Pacciolla, Psicologo, Psicoterapeuta, Psicologo Forense. Docente nella scuola di psicoterapia Humanitas, APC, SPC, SSPP, UNISALUS (in Italia) e ABLAE (in Brasile); nei Master di criminologia, psicologia delle emergenze, Psicologia e teologia. Docente in vari corsi post- universitari in Colombia, Messico e Stati Uniti. Perito presso il Tribunale Penale e il Tribunale Ecclesiastico

Dott.ssa Maria Laura Sadolfo, Neuropsicologa del benessere, Psicologa Clinica e di Comunità, Mindfulness Professional Trainer, Mindfulness Clinical Therapist, MBSR Teacher Trainer, MBCT Therapist, Tutor DSA

Dott.ssa Francesca Sireci, Psicologa e psicoterapeuta, Mindfulness Professional Trainer. Formazione in Psicologia Ospedaliera Mente-Corpo. Membro del Comitato Scientifico della Federazione Nazionale Mindfulness

COSTO

FAD: € 2.600,00

Blended: € 4.000,00

Il costo comprende anche i test e tutti i materiali dei singoli protocolli.

Per info su rateizzazione, modalità di pagamento e agevolazioni consultare il sito www.consorziohumanitas.com

INFORMAZIONI

Consorzio Universitario Humanitas

Via della Conciliazione, 22

00166 Roma RM

Telefono: 06 3224818

Mail: master@consorziohumanitas.com

Web: www.consorziohumanitas.com





Il Consorzio Universitario Humanitas da oltre un decennio svolge attività di ricerca scientifica e alta formazione post-laurea a forte impatto professionalizzante, svolgendo numerosi Master Universitari e Corsi di alta formazione, gestendo diverse Scuole di Specializzazione in Psicoterapia, diventando in tal modo un centro di eccellenza e di riferimento nazionale nel settore. Il Consorzio ha tra i suoi Associati l'Università Cattolica del Sacro Cuore, l'Università Telematica San Raffaele Roma, la Pontificia Facoltà Teologica dell'Italia Meridionale – Sez. S. Luigi – Napoli, LUM – Libera Università Mediterranea “Giuseppe Degennaro”, Bari, l'Ospedale Pediatrico Bambino Gesù, l'IDI – Istituto Dermopatico dell'Immacolata. Esso ha sviluppato una rete di relazioni e contatti con professionisti ed Enti nei settori specifici che gli hanno permesso di realizzare una formazione focalizzata sulle competenze e con alti standard qualitativi che permettono di avere un alto indice di placement. Inoltre, il Consorzio ha fondato e gestisce un Centro Clinico -l'Istituto Clinico Interuniversitario – I.C.I.- autorizzato e accreditato dalla Regione Lazio, per la valutazione e il trattamento dei disturbi del neurosviluppo, è Provider accreditato all'Agenas, per la formazione dei medici e delle professioni sanitarie, ed è accreditato sulla piattaforma SOFIA per la formazione di docenti e dirigenti scolastici di ogni ordine e grado. Il Consorzio gestisce anche una Casa editrice “Humanitas Edizioni” che realizza pubblicazioni nei settori della medicina, psicologia, psicoterapia e psichiatria anche in collaborazione con altre importanti case editrici di livello nazionale.