

Seminario

LA MINDFULNESS IN ETÀ EVOLUTIVA

I fondamenti nella pratica di consapevolezza

Torino, sabato 12 maggio 2018
dalle ore 10,00 alle ore 19,00

Direttore scientifico e docente del corso: Dott. Niccolò Gorgoni

Comitato scientifico e organizzativo:
dott. Barbara Martino, dott. Silvia Ferrero Merlino

Come adattare la pratica ad una relazione diadica con bambini e adolescenti. Come strutturare le conduzioni per l'età evolutiva. In che modo possiamo strutturare una pratica informale per i più piccoli. Quali accorgimenti possono essere più adatti, a livello pratico, quando non si lavora con un adulto

La pratica di mindfulness ha introdotto nel linguaggio occidentale ciò che è stato insegnato nelle tradizioni contemplative orientali nei secoli passati. In questo momento stanno nascendo svariati approcci per introdurre la Mindfulness in età evolutiva nel contesto scolastico e privato, ed il campo della ricerca, malgrado sia ancora agli inizi, mostra aree di sviluppo promettenti.

Questi interventi si sono dimostrati efficaci nella regolazione delle emozioni e nella regolazione cognitiva, migliorando significativamente anche le capacità sociali e soprattutto mostrando risposte proattive migliori nei confronti delle emozioni sociali come empatia, compassione e altruismo.

Sembra giovare anche la capacità di mentalizzazione e riflessione. Per tutte queste ragioni può diventare un valido ausilio nei processi educativi sia per gli insegnanti che per gli allievi.

DOCENTE

Niccolò Gorgoni, psicologo, psicoterapeuta in formazione ad indirizzo cognitivo costruttivista, istruttore certificato di protocolli MBSR, Interpersonal di Mindfulness Program e Mindful Schools.

SEDE DEL CORSO

STPC Torino
Via Teofilo Rossi Conte di Montelera n. 3

COSTI E MODALITÀ DI ISCRIZIONE

Per iscriversi è necessario compilare il modulo sul sito www.stpc.it entro il 7 Maggio 2018

Quota di iscrizione € 90 + iva
Per i soci SITCC € 80+ iva
Specializzandi scuole € 50 + iva

Ai partecipanti verrà rilasciato attestato di partecipazione
Si consiglia abbigliamento comodo
Per informazioni scrivere a info@stpc.it per telefonare 011.595319

PROGRAMMA

7 ore di lezione una giornata formativa

FINALITÀ DEL CORSO E METODOLOGIA

Il seminario è rivolto a **psicologi, psicoterapeuti, medici e specializzandi in psicoterapia.**

Il seminario si pone l'obiettivo di dare delle basi teoriche su cos'è la mindfulness, la storia di sviluppo, con la popolazione adulta e in età evolutiva. Tuttavia, la pratica di consapevolezza può essere realmente compresa solo attraverso la diretta esperienza ed il costante e diligente "addestramento". Non è raro scivolare verso gli aspetti più cognitivi di ciò che accade, specialmente nella nostra società.

Nel corso del seminario verranno alternati periodi di pratica a momenti teorici, con spazi di condivisione dedicati. L'intenzione di base sarà quella di fornire informazioni, elaborare strategie di lavoro e fornire consigli costruttivi, sempre all'insegna dell'applicabilità nel contesto clinico di gruppo e singolo.