

## PIANO FORMATIVO

### Master di Secondo Livello in

### “Mindfulness: pratica, clinica e neuroscienze”

<b>1. Anno Accademico</b>	2022-23
<b>2. Direttore del Master:</b>	<i>Prof. Antonino Raffone</i>
<b>3. Consiglio Didattico Scientifico</b>	<i>Prof. Salvatore Maria Aglioti (Sapienza Università di Roma) Prof. Maria Casagrande (Sapienza Università di Roma) Prof. Marco Lauriola (Sapienza Università di Roma) Prof. Cristina Ottaviani (Sapienza Università di Roma) Prof. Antonino Raffone (Sapienza Università di Roma)</i>
<b>4. Delibera di attivazione in Dipartimento</b>	20/04/2022
<b>5. Data di inizio delle lezioni</b>	24 febbraio 2023
<b>6. Calendario didattico</b>	<p>Le attività formative del Master per l'anno accademico 2022-23 sono previste avere inizio il 24 <i>febbraio</i> 2023, per concludersi il 14 <i>gennaio</i> 2024.</p> <p>Le attività formative avranno luogo concentrate in una serie di 13 periodi (“weekend”) di tre giorni settimanali consecutivi (“triadi di giornate”).</p> <p>Ciascun “weekend” o “triade” includerà:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- un venerdì dalle 11:00 alle 19:30 (con pausa dalle 13:00 alle 14:00);</li><li>- un sabato dalle 9:00 alle 18:00 (con pausa dalle 13:00 alle 14:00);</li><li>- una domenica dalle 9:00 alle 17:00 (con pausa dalle 13:00 alle 14:00).</li></ul> <p>Lo specifico calendario è in corso di elaborazione.</p>
<b>7. Eventuali partner convenzionati</b>	Center for Mindfulness, University of California, San Diego; Italia Mindfulness; Abruzzo Mindfulness; Centro L’Arco di Roma.
<b>8. Requisiti di accesso</b>	<p>Il Master è rivolto a laureati e professionisti in possesso di un titolo universitario appartenente alla classe di laurea specialistica/magistrale in Psicologia o equipollente.</p> <p>Possono altresì accedere al Master anche i possessori di una Laurea conseguita in Italia in base al sistema previgente alla riforma universitaria del D.M. 509/99 equiparata alla classe suindicata.</p>

<b>9. Prova di selezione</b>	<p>E' prevista una selezione degli ammessi <i>per titoli</i> che considererà la votazione di laurea, altri titoli ed esperienze formative rilevanti (ad es., specializzazioni, dottorato, esperienze connesse alla mindfulness e alla meditazione), attività professionali rilevanti, pubblicazioni.</p> <p><i>Non è prevista una prova di selezione.</i></p>
<b>10. Sede attività didattica</b>	<p>Dipartimento di Psicologia, via dei Marsi 78, Roma. Con una possibile sede esterna convenzionata nelle vicinanze del Dipartimento per le domeniche.</p> <p><u>Sarà inoltre possibile seguire il Master da remoto (online) con Zoom.</u></p>
<b>11. Stage</b>	<u>Non previsti.</u>
<b>12. Modalità di erogazione della didattica</b>	<i>Blended</i> , ovvero con la possibilità di scelta di seguire in presenza o da remoto (online).
<b>13. Finanziamenti esterni, esenzioni, agevolazioni o riduzioni di quota</b>	<p>Non sono previsti finanziamenti esterni. Non sono previste esenzioni, agevolazioni o riduzioni di quota specifiche per questo Master.</p>
<b>14. Contatti segreteria didattica</b>	<p>Scrivere a: <a href="mailto:antonino.raffone@uniroma1.it">antonino.raffone@uniroma1.it</a> Tel. 06-49917787</p>

**Piano delle Attività Formative del Master in: Mindfulness: pratica, clinica e neuroscienze**

<b>Denominazione attività formativa</b>	<b>Obiettivi formativi</b>	<b>Docente</b>	<b>Settore scientifico disciplinare (SSD)</b>	<b>CFU</b>	<b>Tipologia</b>	<b>Verifiche di profitto (Se prevista, e modalità)</b>
<i>Attività I</i>	Modulo 1 Neuroscienze della mindfulness, della meditazione e della coscienza	Prof. Salvatore Maria Aglioti, (con altri contributi di docenza da definire)	M-PSI/02	8	Lezione +studio individuale	-
<i>Attività II</i>	Modulo 2 La mindfulness e le pratiche connesse	Prof. Antonino Raffone (con altri contributi di docenza da definire)	M-PSI/01	8	lezione, esercitazione, + studio individuale	-
<i>Attività III</i>	Modulo 3 Il protocollo di Mindfulness Based Stress Reduction (MBSR) e il protocollo di Mindfulness Based Cognitive Therapy (MBCT)	Docenti da definire	M-PSI/08	16	lezione, esercitazione + studio individuale	-
<i>Attività IV</i>	Modulo 4 Le applicazioni della mindfulness	Prof. Cristina Ottaviani (con altri contributi di docenza da definire)	M-PSI/08	6	Lezione esercitazione +studio individuale	-
<i>Attività V</i>	Modulo 5 Mindfulness, mind wandering, emozioni e processi cognitivi	Prof. Antonino Raffone Prof. Lauriola (con altri contributi di docenza da definire)	M-PSI/01	2	Lezione +studio individuale	-
<i>Attività VI</i>	Modulo 6 Fondamenti contemplativi della mindfulness e della meditazione	Docenti da definire	M-PSI/01	6	Lezione esercitazione +studio individuale	-

<i>Attività VII</i>	Modulo 7 Empatia e compassione: programmi, applicazioni cliniche e neuroscienze	Prof. Cristina Ottaviani (con altri contributi di docenza da definire)	M-PSI/08	2	Lezione +studio individuale	-
<i>Attività VIII</i>	Modulo 8 Psicofisiologia delle emozioni e dello stress	Prof. Maria Casagrande (con altri contributi di docenza da definire)	M-PSI/02	2	Lezione +studio individuale	-
<b>Denominazione attività formativa</b>	<b>Descrizione obiettivi formativi</b>		<b>Settore scientifico disciplinare</b>	<b>CFU</b>	<b>Modalità di svolgimento</b>	
<b>Tirocinio/Stage</b>						
<b>Prova finale</b>				10	<i>Tesi</i>	
<b>Altre attività</b>						
<b>TOTALE</b>			<b>60</b>			