

PIANO FORMATIVO

Master universitario di Secondo livello in Mindfulness: pratica, clinica e neuroscienze

1	Anno accademico	2025-2026
2	Direttore	Prof. Antonino Raffone
3	Consiglio Didattico Scientifico	<i>Prof. Salvatore Maria Aglioti (Sapienza Università di Roma)</i> <i>Prof. Maria Casagrande (Sapienza Università di Roma)</i> <i>Prof. Marco Lauriola (Sapienza Università di Roma)</i> <i>Prof. Antonino Raffone (Sapienza Università di Roma)</i> <i>Prof. Emiliane Rubat Du Merac (Sapienza Università di Roma)</i>
4	Delibera di attivazione in Dipartimento	16/04/2025
5	Data di inizio delle lezioni	27/02/2026
6	Calendario didattico	In via di definizione; tredici weekend di tre giornate (venerdì, sabato e domenica) generalmente una volta al mese.
7	Eventuali enti partner	Italia Mindfulness; Abruzzo Mindfulness.
8	Requisiti di accesso	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. 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.
9	Prova di selezione	Non prevista (selezione per titoli)
10	Sede attività didattica	Dipartimento di Psicologia, via dei Marsi 78, Roma. Con una possibile sede esterna convenzionata nelle vicinanze del Dipartimento per le domeniche. <u>Sarà inoltre possibile seguire il Master da remoto (online) con Zoom.</u>
11	Stage	Non previsti.
12	Modalità di erogazione della didattica	mista
13	Finanziamenti esterni, esenzioni, agevolazioni o riduzioni di quota	No



14	Contatti Segreteria didattica	Indirizzo Prof. Antonino Raffone Via dei Marsi 78 00185 Roma Telefono 0649917787 e-mail antonino.raffone@uniroma1.it
-----------	--------------------------------------	--

Piano delle Attività Formative

Il Piano formativo è redatto considerando che le attività didattiche frontali e le altre forme di studio guidato o di didattica interattiva devono essere erogate per una durata non inferiore a 300 ore distribuite, di norma, nell'arco di almeno 6 mesi.

Il Piano formativo può prevedere che il Master sia erogato in tutto o in parte utilizzando forme di didattica a distanza o in lingua diversa dall'italiano.

Il numero minimo di Cfu assegnabile ad una attività è 1 e non è consentito attribuire Cfu alle sole ore di studio individuale.

In caso di attività (moduli) che prevedano più Settori Scientifici Disciplinari sono indicati dettagliatamente il numero di Cfu per ognuno di essi.

Denominazione attività formativa	Obiettivi formativi	Docente	Settore scientifico disciplinare (SSD)	CFU	Tipologia	Verifica di profitto (Se prevista, e modalità)
Modulo 1 Neuroscienze della mindfulness, della meditazione e della coscienza	Conoscenze sulle neuroscienze della meditazione, della mindfulness e della compassione, e su aspetti associati, e su connessi metodi di ricerca	Prof. Salvatore Maria Aglioti, (con altri contributi di docenza da definire)	PSIC-01/B	8	Lezioni frontali	Non prevista
Modulo II: La mindfulness e le pratiche connesse	Caratterizzare la mindfulness, la meditazione, la compassione, gli aspetti dell'attenzione, della coscienza e delle emozioni connesse, e le pratiche meditative associate.	Prof. Antonino Raffone, (con altri contributi di docenza da definire)	PSIC-01/A	8	Lezioni frontali	Non prevista

Modulo III: Il protocollo di Mindfulness Based Stress Reduction (MBSR) e il protocollo di Mindfulness Based Cognitive Therapy (MBCT)	Caratterizzare i protocolli MBSR e MBCT, le loro basi, la loro conduzione.	Docenti da definire.	PSIC-04/B	16	Lezioni, Esercitazioni, Seminari	Non prevista
Modulo IV: Le applicazioni della mindfulness	Conoscenze e metodologie di applicazione della mindfulness in diversi ambiti.	Docenti da definire.	PSIC-04/B	6	Lezioni, Esercitazioni, Seminari	Non prevista
Modulo V: Mindfulness, mind wandering, emozioni e processi cognitivi	Conoscenze e metodologie connesse a mind wandering, emozioni, stati mentali, e la loro relazione con processi cognitivi ed emozionali.	Prof. Antonino Raffone (con altri contributi di docenza da definire).	PSIC-01/A	2	Lezioni, Esercitazioni, Seminari	Non prevista
Modulo 6: Fondamenti contemplativi della mindfulness e della meditazione	Conoscenze e pratiche connesse ai fondamenti contemplativi della mindfulness e della meditazione, nonché sulla psicologia buddhista	Docenti da definire	PSIC-01/A	6	Lezioni, Esercitazioni, Seminari	Non prevista
Modulo 7: Empatia e compassione: programmi, applicazioni cliniche e neuroscienze	Conoscenze e metodi di ricerca connessi a empatia e compassione, nonché su pratiche e interventi basati sulla compassione	Docenti da definire	PSIC-04/B	2	Lezioni, Esercitazioni, Seminari	Non prevista

Modulo 8: Psicofisiologia delle emozioni e dello stress	Caratterizzare conoscenze e metodi sulla psicofisiologia delle emozioni e dello stress	Prof. Maria Casagrande (con altri contributi di docenza da definire)	PSIC-01/A	2	Lezioni	Non prevista
Tirocinio/Stage			SSD non richiesto		<i>Soggetti ospitanti, sedi e organizzazione</i>	
Altre attività			SSD non richiesto		<i>Seminari, convegni ecc...</i>	
Prova finale			SSD non richiesto	10	Tesi	
TOTALE CFU				60		