

**PONTIFICIA FACOLTÀ
DI SCIENZE DELL'EDUCAZIONE
«AUXILIUM»**



Seminario di studio

**MINDFULNESS
NELLA CURA DI SÉ
E NELLA CURA EDUCATIVA
Modelli ed esperienze
a confronto**

1° aprile 2017 - 9.00-12.45



Per informazioni:
via Cremolino 141 - 00166 Roma
tel. 06.61564226 fax 06.615720248
segreteria@pfse-auxilium.org
www.pfse-auxilium.org

La **mindfulness**, una pratica che sta trovando anche in Italia vasti consensi, tanto da moltiplicarsi i gruppi e i Centri che la propongono come un metodo basato sulla 'consapevolezza', come chiave per prestare attenzione al presente e per alleviare dolori e disagi quotidiani spesso legati allo stress della vita nell'ambiente di lavoro e in genere nella società.

La **mindfulness** è un percorso che permette di prendere contatto con il proprio mondo interiore e quindi di realizzare una riscoperta di se stessi. È un ottimo strumento per coloro che intendono migliorarsi nella cura di sé e nella cura degli altri, specie nella cura educativa.

La **mindfulness** in quanto esercizio di 'meditazione' non solo favorisce la costruzione di un atteggiamento mentale di concentrazione, attenzione e ascolto di sé e dell'altro ma consente di apprendere a gestire emozioni, sensazioni e percezioni, pensieri e relazioni che sono parte della nostra esperienza umana. Un approccio, un metodo che sta trovando riconoscimenti anche a livello scientifico. Diverse sono le modalità di intendere la mindfulness, diverse le modalità di conduzione e le tecniche che vengono messe in atto.

Il **Seminario di studio** intende avviare una riflessione critica su tale costrutto favorendo il confronto e lo scambio a partire dalla presentazione di alcuni modelli teorici e le loro conseguenti applicazioni nella pratica.

Destinatari sono docenti e studenti della Facoltà e di altre Università, genitori ed educatori, psicologi e insegnanti, operatori nel campo dell'educazione e della formazione e quanti sono interessati al tema.

Per partecipare al Seminario **occorre iscriversi** presso la Segreteria della Facoltà «Auxilium», versando la **quota di iscrizione** di € 20. Per gli **studenti della Facoltà «Auxilium»** la partecipazione è gratuita. Al termine, a chi ne farà richiesta, verrà rilasciato un **attestato di partecipazione**.

PROGRAMMA

ORE 9.00

Introduzione al Seminario
Prof.ssa Pina Del Core, Preside

ORE 9.10

«Mindfulness: una pratica per sviluppare consapevolezza, attenzione ed accettazione benevola»
Claudio FOTI,
psicologo, psicoterapeuta, psicodrammatista, fondatore e direttore scientifico del Centro Studi «Hansel e Gretel» di Torino

Intervallo

ORE 10.40

«La mindfulness come via per la piena presenza, a se stessi e agli altri»
Maria Beatrice TORO,
psicologa e psicoterapeuta, direttrice del 2° Centro di Terapia Cognitivo-Interpersonale, didatta e docente SCINT - Scuola di Specializzazione in Psicoterapia Cognitivo-Interpersonale

Dibattito

ORE 12.30

Conclusione