

MASTER
IN
**Mindfulness
&
Compassion**



deep
mindfulness



50
CREDITI
ECM

PERCORSO DI ALTA FORMAZIONE
CHE INTEGRA LE PRATICHE CONTEMPLATIVE
DELLA FILOSOFIA BUDDISTA
CON I MODELLI DELLE NEUROSCIENZE
E DELLA PSICOLOGIA

VICENZA
OTTOBRE 2021 - NOVEMBRE 2022

**IL MASTER PROPONE MODELLI E TECNICHE DELLA MINDFULNESS & COMPASSION
PER SVILUPPARE UNA SANA RELAZIONE CON SE STESSI E CON GLI ALTRI,
NEGLI AMBITI SOCIALI E PROFESSIONALI.**

UNA VISIONE INNOVATIVA DELLA MINDFULNESS

La DEEP MINDFULNESS propone un lavoro di consapevolezza per liberare la mente da visioni limitanti basate su credenze e convinzioni afflittive consentendo di raggiungere uno stato di equilibrio e vitalità libero da paura e stress.

A CHI SI RIVOLGE

Il Master si rivolge ai Professionisti nel campo della psicologia, del lavoro socio-sanitario, del benessere, dell'educazione, della relazione d'aiuto. Si rivolge inoltre a chiunque desideri acquisire efficaci strumenti per rendere più armoniose e gratificanti le proprie relazioni, in ambito lavorativo, familiare e affettivo.

PRINCIPALI CONTENUTI DEL MASTER

I fondamenti della MINDFULNESS nella Psicologia e Filosofia Buddhiste
Le pratiche di concentrazione e consapevolezza
La MINDFULNESS per la gestione dello stress e la regolazione delle emozioni
Lo sviluppo della COMPASSIONE, della BENEVOLENZA
e dell'ASCOLTO EMPATICO
Le pratiche contemplative integrate con i modelli
della Psicologia Umanistica e Transpersonale
Le tecniche per riconoscere e superare le trappole dell'ego

STRUTTURA DEL MASTER

12 WEEKEND E UN RITIRO INTENSIVO DI 4 GIORNI
PER UN TOTALE DI 224 ORE DI FORMAZIONE

DIPLOMA FINALE

AL TERMINE SI OTTIENE IL PIÙ QUALIFICANTE DIPLOMA IN ITALIA DI
ESPERTO IN MINDFULNESS & COMPASSION

INFO ED ISCRIZIONI:

345 766 1841

info@mindfulnessvicenza.it

www.mindfulnessvicenza.it

www.mindfulnesscompassion.it

IL MASTER E' PROMOSSO DA

**Mindfulness
Project®**