MASTER DI SPECIALIZZAZIONE IN

INTERVENTI MINDFULNESS-BASED PER BAMBINI E ADOLESCENTI

STRUMENTI AVANZATI PER
IL BENESSERE PSICOLOGICO
E LO SVILUPPO
SOCIO-EMOTIVO DELLE
NUOVE GENERAZIONI

ED. 2027



APL

PSICOLOGIA | FORMAZIONE | EVOLUZIONE

MASTER DI SPECIALIZZAZIONE IN
INTERVENTI MINDFULNESS-BASED PER BAMBINI E ADOLESCENTI

Negli ultimi anni, la **Mindfulness** ha acquisito un ruolo sempre più centrale nella promozione del benessere psicologico e nello sviluppo delle **competenze socio-emotive dei bambini e degli adolescenti.** Numerose ricerche scientifiche hanno dimostrato l'efficacia delle pratiche di Mindfulness nel **ridurre ansia, stress e problemi comportamentali,** migliorando allo stesso tempo la **concentrazione**, la **regolazione emotiva** e **le competenze relazionali.** In ambito scolastico, l'integrazione della Mindfulness si è rivelata un potente strumento per creare un ambiente di apprendimento positivo, ridurre i conflitti e promuovere il benessere complessivo degli studenti.

L'infanzia e l'adolescenza sono periodi cruciali per lo sviluppo psicosociale, caratterizzati da **rapidi cambiamenti cognitivi, emotivi e sociali**. I bambini e gli adolescenti si trovano a dover affrontare molte sfide, tra cui l'impatto della pressione accademica, la complessità delle dinamiche sociali e, infine, la transizione verso l'età adulta. La Mindfulness, con la sua capacità di **promuovere la consapevolezza e la resilienza**, fornisce ai bambini e agli adolescenti strumenti preziosi per navigare queste sfide in modo efficace e salutare. Inoltre, le pratiche di Mindfulness possono migliorare la capacità di attenzione, favorire l'empatia e la compassione, nonché supportare la gestione dello stress e delle emozioni.

Il Master di Specializzazione in Interventi Mindfulness-Based per Bambini e Adolescenti è un **programma formativo di eccellenza** finalizzato allo sviluppo di competenze avanzate nell'applicazione della Mindfulness all'interno del lavoro con i bambini e gli adolescenti. Il corso è strutturato per offrire un **equilibrio ottimale tra formazione teorica e pratica esperienziale**, garantendo un **apprendimento completo** e l'acquisizione di metodologie immediatamente spendibili in un'ampia gamma di contesti professionali.

Il percorso formativo è articolato in diverse parti, ciascuna delle quali si focalizza su aspetti specifici dell'apprendimento socio-emotivo e dell'applicazione della Mindfulness. Al termine del Master, i partecipanti otterranno la qualifica di **Istruttore Master di Mindfulness e Specialista di Interventi Mindfulness-Based per Bambini e Adolescenti,** una figura professionale altamente specializzata e riconosciuta a livello internazionale. Inoltre, riceveranno la certificazione ***Certified Mindfulness Teacher®***, grazie al riconoscimento ***Internationally Certified Mindfulness Training (ICMT)®.***
La formazione è ulteriormente arricchita, infine, da un corso aggiuntivo in modalità FAD asincrona certificato dalla Federazione Italiana Mindfulness, che consentirà l'ottenimento del relativo International Open Badge: il corso Mindfulness Basic Training.

DATA DI INIZIO
25/09/2027

DURATA
83,5 ore

ECM
102,5

MODALITÀ DI EROGAZIONE:
Format: WEBINAR

FEDERMINDFULNESS
FEDERAZIONE ITALIANA MINDFULNESS®

CERTIFICAZIONI E RICONOSCIMENTI INTERNAZIONALI

MINDFULNESS BASIC TRAINING
MAPS for ADHD
MFY Making Friends with Yourself
MINDFULNESS TEACHER for Children and Adolescents
Mindful School Program™
MINDFULNESS MATTERS
INTERNATIONALLY CERTIFIED ICMT MINDFULNESS TRAINING®

CERTIFIED MINDFULNESS TEACHER®

APL
PSICOLOGIA | FORMAZIONE | EVOLUZIONE

MODALITÀ DI EROGAZIONE

- **Master interamente online**, con sessioni pratiche in diretta e materiali didattici interattivi.
- **Formula weekend**, con lezioni concentrate il sabato e la domenica, per garantire maggiore flessibilità ai professionisti.
- Accesso gratuito a un **corso FAD asincrono** certificato dalla Federazione Italiana Mindfulness: il Mindfulness Basic Training.

Perché scegliere questo corso:

Il Master di Specializzazione in Interventi Mindfulness-Based per Bambini e Adolescenti è contraddistinto da una **metodologia didattica innovativa e immersiva**, specificamente progettata per consentire ai partecipanti di **acquisire competenze operative immediatamente applicabili** a numerosi contesti lavorativi.

In particolare, la metodologia didattica del Master comprende:

- ✔ Esercitazioni pratiche;
- ✔ Role-playing e simulazioni di casi reali;
- ✔ Esperienze immersive;
- ✔ Sessioni di pratica guidata sull'utilizzo dei diversi approcci presentati;
- ✔ Esercizi di osservazione e feedback strutturati per migliorare le abilità comunicative e relazionali dei partecipanti, sia nel lavoro individuale che di gruppo;
- ✔ Dimostrazioni dal vivo e pratica supervisionata;
- ✔ Studio di casi reali e analisi di interventi pratici.

Competenze acquisite

Il percorso offre una formazione completa e specialistica sull'applicazione della Mindfulness al lavoro con i bambini e gli adolescenti, sia a livello **individuale** che di **gruppo**, fornendo ai professionisti strumenti pratici e immediatamente spendibili in numerosi ambiti professionali.

Inoltre, i partecipanti svilupperanno le competenze e otterranno le **autorizzazioni necessarie** per implementare in svariati contesti, sia pubblici che privati, i diversi programmi presentati nel corso del Master:

- ✔ Mindful School Program (**MSP**);
- ✔ **Mindfulness Matters;**
- ✔ **MAPS for ADHD;**
- ✔ Making Friends with Yourself (**MFY**).

All'interno della formazione saranno trattati, inoltre, programmi innovativi che integrano la **Mindfulness all'Apprendimento Socio-Emotivo (SEL)**, come **MindUP** e **SEE Learning**.

Oltre a fornire preziosi spunti di crescita e di **profonda trasformazione personale e professionale**, il Master consente di ottenere importanti **riconoscimenti internazionali** come la certificazione Certified Mindfulness Teacher®, offrendo ai partecipanti un'opportunità concreta di affermarsi come **leader nel mondo della Mindfulness per i bambini e gli adolescenti**.

APL
PSICOLOGIA | FORMAZIONE | EVOLUZIONE

SBOCCHI **OCCUPAZIONALI**

Il Master di Specializzazione in Interventi Mindfulness-Based per Bambini e Adolescenti prepara i partecipanti – non soltanto a livello teorico, ma soprattutto pratico – ad utilizzare ed insegnare la Mindfulness in vari ambiti legati all'infanzia e all'adolescenza, tra cui, ad esempio, il **contesto scolastico, comunitario e/o di supporto psicologico.**

La qualifica di Istruttore Master di Mindfulness e Specialista di Interventi Mindfulness-Based per Bambini e Adolescenti consente, infatti, di operare in un'ampia gamma di contesti, garantendo l'acquisizione di competenze specialistiche immediatamente spendibili nei settori indicati.

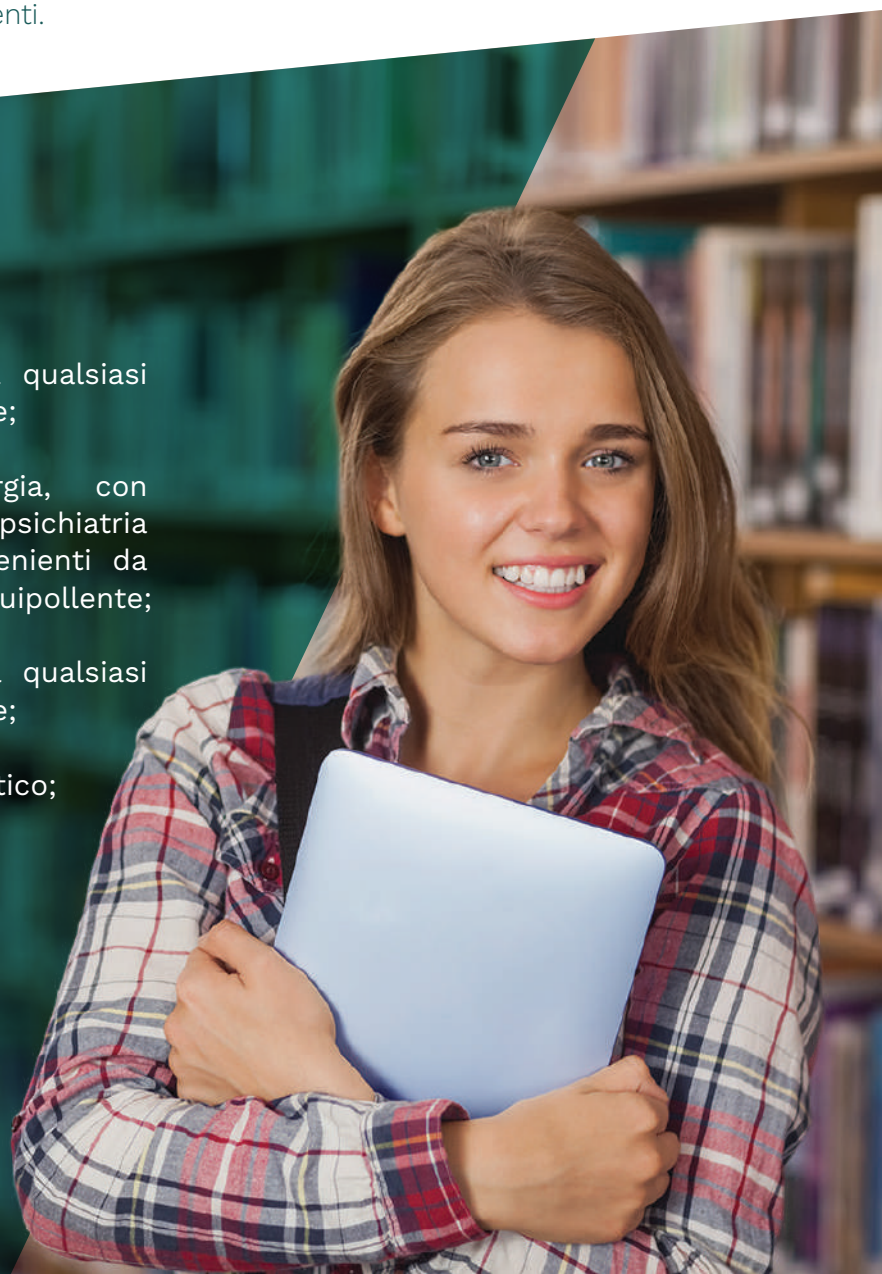
- ✔ Attività di libera professione (per es. attraverso l'organizzazione di percorsi, sia individuali che di gruppo, inerenti ai programmi presentati nel corso del Master);
- ✔ Scuole di ogni ordine e grado;
- ✔ Strutture sanitarie;
- ✔ Enti accreditati, tra cui cooperative.

In qualità di Istruttori Master di Mindfulness e Specialisti di Interventi Mindfulness-Based per Bambini e Adolescenti, **iscritti al Registro Nazionale Mindfulness con gli International Open Badge relativi alle formazioni acquisite**, i partecipanti avranno l'opportunità di ricoprire posizioni di leadership nel campo della Mindfulness per i bambini e gli adolescenti.

DESTINATARI:

Il percorso è progettato per

- Laureati in Psicologia provenienti da qualsiasi Università italiana o straniera equipollente;
- Laureati in Medicina e Chirurgia, con specializzazione in Psicoterapia, Neuropsichiatria infantile, Neurologia e Psichiatria, provenienti da qualsiasi Università italiana o straniera equipollente;
- Studenti di Psicologia provenienti da qualsiasi Università italiana o straniera equipollente;
- Insegnanti di ogni ordine e grado scolastico;
- Educatori;
- Studenti e laureati in materie umanistiche (es. Scienze dell'Educazione, Lettere, Scienze Sociali) provenienti da qualsiasi Università italiana o straniera equipollente.



ACCREDITAMENTI
E CERTIFICAZIONI

Il corso è accreditato dalla Federazione Italiana Mindfulness www.federmindfulness.it e dal Ministero della Salute, garantendo un percorso formativo di alta qualità e conforme agli standard internazionali.

Ministero della Salute

Internationally Certified Mindfulness Training (Icmt)®

Crediti ECM

www.albonazionalemindfulness.it

Federazione Italiana Mindfulness

Attestato

Il Master ha una durata complessiva di **83,5 ore** al termine delle quali, a chi avrà frequentato almeno l'80% delle lezioni e superato l'esame finale, verrà rilasciato il seguente attestato: "**Istruttore Master di Mindfulness e Specialista di Interventi Mindfulness-Based per Bambini e Adolescenti**".
L'attestato verrà inviato al termine del percorso formativo.

ECM

Questa formazione è accreditata per tutte le professioni sanitarie.

Il Master rilascia un totale di **102,5 crediti ECM.**



Certificazioni Finali

Alla fine del Master, chi avrà frequentato almeno l'80% delle lezioni e superato l'esame finale, acquisirà le seguenti certificazioni: **Mindfulness Teacher, Mindful School Program, MFY, Mindfulness Matters, MAPs for ADHD e Mindfulness Basic Training.**

I discenti otterranno, inoltre, i relativi International Open Badge, che permetteranno l'inserimento all'interno **dell'Albo del Registro Nazionale Mindfulness** (*albonazionalemindfulness.it*).



APL
PSICOLOGIA | FORMAZIONE | EVOLUZIONE

PROGRAMMAZIONE

DATA	ARGOMENTI	SEDE
25-09-2027 09:30 - 13:00	Sviluppo psicosociale dei bambini e degli adolescenti attraverso la Mindfulness (I)	**Webinar online**
25-09-2027 14:00-17:30	Sviluppo psicosociale dei bambini e degli adolescenti attraverso la Mindfulness (II)	**Webinar online**
09-10-2027 14:00-19:30	Promozione del benessere e delle competenze socio-emotive nei bambini e negli adolescenti attraverso l'apprendimento Socio-Emotivo (SEL) e la Mindfulness (I)	**Webinar online**
10-10-2027 14:00-19:00	Promozione del benessere e delle competenze socio-emotive nei bambini e negli adolescenti attraverso l'apprendimento Socio-Emotivo (SEL) e la Mindfulness (II)	**Webinar online**
23-10-2027 09:30-13:00	Apprendimento Sociale, Emotivo ed Etico (SEE Learning): una pedagogia integrativa e un programma di ambito SEL per l'educazione nel XXI secolo (I)	**Webinar online**
23-10-2027 14:00-17:30	Apprendimento Sociale, Emotivo ed Etico (SEE Learning): una pedagogia integrativa e un programma di ambito SEL per l'educazione nel XXI secolo (II)	**Webinar online**
24-10-2027 09:30-13:00	Apprendimento Sociale, Emotivo ed Etico (SEE Learning): una pedagogia integrativa e un programma di ambito SEL per l'educazione nel XXI secolo (III)	**Webinar online**
13-11-2027 09:30 - 13:00	Mindfulness School Program (MSP): fondamenti di neuropsicologia del benessere e apprendimento (I)	**Webinar online**
13-11-2027 14:00-17:30	Mindfulness School Program (MSP): fondamenti di neuropsicologia del benessere e apprendimento (II)	**Webinar online**
27-11-2027 09:30-13:00	Mindfulness School Program (MSP): implementazione in ambito educativo e clinico (I)	**Webinar online**
27-11-2027 14:00-17:30	Mindfulness School Program (MSP): implementazione in ambito educativo e clinico (II)	**Webinar online**
28-11-2027 09:30-13:00	Mindfulness School Program (MSP): implementazione in ambito educativo e clinico (III)	**Webinar online**
28-11-2027 14:00-17:30	Mindfulness School Program (MSP): implementazione in ambito educativo e clinico (IV)	**Webinar online**
11-12-2027 09:30 - 13:00	Programma Mindfulness Matters (I)	**Webinar online**
11-12-2027 14:00-17:30	Programma Mindfulness Matters (II)	**Webinar online**
18-12-2027 09:30-11:30	L'ADHD negli adolescenti	**Webinar online**
22-01-2028 09:30-13:30	Programma MAPs for ADHD (I)	**Webinar online**
29-01-2028 09:30-13:30	Programma MAPs for ADHD (II)	**Webinar online**
12-02-2028 09:30-13:00	Consapevolezza e self-compassion per adolescenti (I)	**Webinar online**
12-02-2028 14:00-17:30	Consapevolezza e self-compassion per adolescenti (II)	**Webinar online**
26-02-2028 09:30-13:00	Programma Making Friends with Yourself - MFY (I)	**Webinar online**
26-02-2028 14:00-17:30	Programma Making Friends with Yourself - MFY (II)	**Webinar online**
11-03-2028 09:30-13:00	Programma Making Friends with Yourself - MFY (III)	**Webinar online**

APL

PSICOLOGIA | FORMAZIONE | EVOLUZIONE

I DOCENTI



Dott.ssa Elena Luisetti

- RESPONSABILE SCIENTIFICO

Psicologa e Psicoterapeuta, Direttore dell'Istituto Wolpe, docente della Scuola di Psicoterapia Watson (TO), didatta AIAMC, Istruttore Master e Trainer Supervisore di Mindfulness



Dott.ssa Cinzia Bagnaschino

Psicologa, Neuropsicologa del Benessere, Presidente SINdeB, Mindfulness Professional Trainer, Mindfulness Clinical Therapist



Dott.ssa Constance Miller

Monaca buddista, presidente dell'Associazione Educazione Etica, Emotiva e Sociale (eduEES)



Dott.ssa Anna Bartoccini

Psicologa, Psicoterapeuta, Socio fondatore dell'Associazione Italiana Schema Therapy per Bambini e Adolescenti



Dott.ssa Valentina Giordano

MBSR Teacher, conduce percorsi di consapevolezza nelle scuole



Prof.ssa Kimberly Schonert-Reichl

Esperta di fama mondiale nell'ambito dell'apprendimento socio-emotivo (SEL), Membro del Consiglio Direttivo del Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning (CASEL)

APL

PSICOLOGIA | FORMAZIONE | EVOLUZIONE

MODALITÀ
DI ISCRIZIONE

Per procedere all'iscrizione è necessario versare l'**acconto di € 290,00** (IVA inclusa) tramite PayPal, carta di credito o bonifico bancario.
L'acconto è compreso nel costo totale e non costituisce un costo aggiuntivo.
Per effettuare il pagamento, clicca su "ISCRIVITI" nel box costi; verrai indirizzato all'e-commerce di Sperling per concludere l'acquisto.



L'attivazione del corso verrà confermata dalla Segreteria al r**aggiungimento del numero minimo di iscrizioni**, entro e non oltre **15 giorni dall'inizio dello stesso**. In caso di mancato raggiungimento del numero minimo, eventuali quote di iscrizione già versate verranno prontamente rimborsate.

RATEIZZAZIONE

Possibilità di rateizzazione personalizzata senza costi aggiuntivi. L'opzione è selezionabile nel carrello dell'e-commerce.

La rateizzazione inizia dal mese successivo all'iscrizione e termina il mese precedente a quello di conclusione della formazione.

Ricorda: iscriversi con largo anticipo consente una rateizzazione più lunga, riducendo quindi l'importo delle singole rate.

~~€2490~~
€ 1790 +iva
Entro il 10-05-2027

- Scopri gli SCONTI RISERVATI*
- Possibilità di rateizzazione personalizzata
- Pagamenti sicuri e tracciati con PayPal, carta di credito o bonifico bancario

~~€2490~~
€ 2250 +iva
Entro il 10-07-2027

- Scopri gli SCONTI RISERVATI*
- Possibilità di rateizzazione personalizzata
- Pagamenti sicuri e tracciati con PayPal, carta di credito o bonifico bancario

€2490 +iva
Entro il 10-09-2027

- Scopri gli SCONTI RISERVATI*
- Possibilità di rateizzazione personalizzata
- Pagamenti sicuri e tracciati con PayPal, carta di credito o bonifico bancario

SCONTISTICHE

GLI SCONTI SONO CUMULABILI fino a un massimo del 30%.

5%
DI SCONTO
per saldo entro 5 giorni lavorativi dal versamento dell'acconto

10%
DI SCONTO
per studenti, tirocinanti post laurea o dottorandi di ricerca;

15%
DI SCONTO
per ex corsisti APL (applicato in automatico nel carrello dell'e-commerce a coloro che abbiano frequentato corsi per un monte ore minimo di 25 ore)

APL
PSICOLOGIA | FORMAZIONE | EVOLUZIONE

APL

PSICOLOGIA | FORMAZIONE | EVOLUZIONE

Per ogni informazione ulteriore o domande il nostro team è a tua disposizione:

Milano, Firenze, Roma

info@psicologilombardia.it

+ 39 0332-18.88.185