

## DESCRIZIONE DEL PROGETTO FORMATIVO Piano formativo 2015

### MINDFULNESS COME VIVERLA E LE SUE APPLICAZIONI: LA VITA E LA MORTE

**BOLOGNA**  
**CENTRO YOGA OM, VIA CASTELLATA 10**

**09-10 MAGGIO 2015**

#### RAZIONALE –

L'importante ruolo della Mindfulness nel sostenere il processo di accettazione del cambiamento e della morte e come questi ultimi due sostengano la Mindfulness.

Come la consapevolezza ed accettazione della realtà della morte (propria e altrui) della propria finitudine, dell'impermanenza (tutto cambia), si possano incarnare oltre che nella relazione tra sè e sè anche nella relazione tra professionisti dell'equipe, nella relazione con il paziente, con la famiglia, nell'assistenza in hospice e a domicilio.

Le pratiche di Mindfulness sono importanti anche per aiutare l'accompagnamento empatico alla morte ed al lutto: del paziente, della famiglia, anche le meditazioni sulla morte, le meditazioni tong-len e la compassione.

#### Programma dettagliato dell'evento

##### **Sabato 09 MAGGIO 2015**

10.00-11.15 La Mindfulness e la consapevolezza della morte  
11.15-11.30 Pausa  
11.30-13.00 Le priorità  
I valori  
13.00-14.00 Pausa  
14.00-15.45 La differenza tra empatia e compassione  
15.45-16.00 Pausa  
16.00-17.00 La compassione previene il born-out meditazioni  
17.00-18.00 Le pratiche sulla compassione e sil tog-leg

##### **Domenica 10 MAGGIO 2015**

09:00-10:45 La Mindfulness nel lutto  
10:45-11:00 Pausa  
11:00-12:00 La meditazione sul lutto  
12:00-13:00 Il modello Zen Hospice Frank Ostasesky, san Francisco modello Karuna , Australia ecc  
13:00-14:00 Pausa  
14:00-16:00 Le pratiche di Mindfulness nell'accompagnamento alla morte (prima parte)  
15:45-16:00 Pausa  
16:00-18:00 Le pratiche di Mindfulness nell'accompagnamento alla morte (seconda parte)

**TIPO DI FORMAZIONE** Formazione di tipo residenziale RES interattivo

**OBIETTIVO** Percorsi clinico assistenziali/diagnostici/riabilitativi/profili di assistenza/profili di cura

**RISULTATI ATTESI**

Qualificare operatori della salute psico-fisica nella teoria, nell' applicazione clinica e nella ricerca affinché essi possano utilizzare alcuni strumenti dei protocolli Mindfulness Based in psicoterapia, nella medicina comportamentale e in altri specifici ambiti all'interno di percorsi clinico assistenziali, riabilitativi, di assistenza, di cura della salute, della formazione e integrare le potenzialità della Mindfulness nel proprio specifico setting di intervento.

**DESTINATARI DELLA FORMAZIONE** Tutte le professioni / Tutte le discipline/NON SANITARI

**NUMERO PARTECIPANTI:** max 30 DISCENTI

**DURATA DEL CORSO** 14 ore di cui 8 ore di formazione interattiva

**MODALITA' DI ISCRIZIONE** ONLINE

**QUOTA DI ISCRIZIONE:** 150 euro + IVA

**L'EVENTO NON E' SPONSORIZZATO**

**MODALITA' DIDATTICHE**

Le modalità didattiche consistono in Lezioni frontali, role playing e lavori esperenziali di gruppo

**METODO DI VERIFICA**

La prova finale consiste nello svolgimento di una prova scritta attinente al programma svolto. Vengono presentate tracce da distribuire in modalità random fra i partecipanti.

**Provider**

Project & Communication Srl  
Provider Standard n. 81  
Strada Maggiore 31, 40125 Bologna  
E-mail: ecm@projcom.it  
Tel. 051 273168  
Fax 051 74145344

**Informazioni personali**

Cognome(i)/Nome(i) **Silvia Bianchi**  
Indirizzo(i) Via del Commercio Sud, 215 – 56040 – S. Luce  
Telefono(i) 0039-3356495858  
E-mail [bianchi.silvia69@gmail.com](mailto:bianchi.silvia69@gmail.com) Web: <http://www.silviabianchi.com/>  
<http://www.mindfulnessmeditazione.com>  
Cittadinanza Italiana  
Data di nascita 13/02/1969  
Sesso F  
CF BNCSLV69B53A944B

**Esperienza professionale** PSICOLOGA-PSICOTERAPEUTA, FORMATORE , SUPERVISORE

Date

2002-2014 PSICOLOGA-PSICOTERAPEUTA, FORMATORE , libera professionista

2010-2014 FORMATRICE : MBSR ,MINDFULNESS STRESS E LUTTO, PER PROFESSIONISTI DELLA ASL 5, , ASL 5 PISA

2012-2014 PROFESSORE A CONTRATTO  
Master " Mindfulness clinica" per circa 100 ore dell'insegnamento:  
"accompagnamento empatico: applicazioni cliniche della mindfulness e meditazione nell'accompagnamento alla morte, consapevolezza della morte, hospice, lutto" UNIVERSITA' DEGLI STUDI DI TORINO, Facoltà di Medicina e Chirurgia San Luigi Gonzaga, In collaborazione con Associazione Esperienze di Mindfulness ,

2011-2012 Docente per il "Mindfulness Professional Training" presso l'ITLK e CIMS

2011-2012 Docente all'Università di Firenze alla Facoltà di Medicina nel Master di secondo livello in Meditazione e Mindfulness nelle professioni d'aiuto, dove insegna pratica e teoria di meditazione e mindfulness

2010 Vincitrice di 2 concorsi per la Facoltà di Medicina di Firenze 1: "Pratica di Mindfulness e meditazione 2" e "Teoria di mindfulness e meditazione".

Dal al 2011 Docente per corsi di MBSR (Mindfulness based stress reduction) per la riduzione dello stress presso ANT e Centro Ewam di Firenze.

Dal 2009 Supervisore a volontari Ant, supervisore psicoterapeuti e counselor.

Dal 2005 Docente per corsi teorico esperienziali come didatta-psicoterapeuta di psicologia buddhista e occidentale presso ILTK, ANT, ospedali, aziende.

Dal 2005 Libera professione con colloqui privati di psicoterapia

2004 - 2006 Collaborazione con l'Hospice di Livorno - Associazione Cure Palliative.

Dal 2002 Docente in corsi di formazione per volontari all'Ant, all'associazione Dare Protezione e negli ospedali utilizzando la mindfulness nelle professioni di aiuto.

Dal 2002 Lavora come psicologa e psicoterapeuta per l'Associazione Nazionale Tumori occupandosi di pazienti terminali, famiglie in crisi e/o processo del lutto, malati di tumore in fase di guarigione.

Dal 2002 Gestisce gruppi di formazione sulle seguenti tematiche: elaborazione del lutto, meditazione in oncologia, meditazione e neuroscienze, dharma e psicoterapia, meditazione sulla morte e sul lutto, presso ILTK e altri FPMT

2000-2002 Psicologa per la Onlus "Concordia" dove si occupa di pazienti oncologici e dei loro familiari, del processo del lutto, a domicilio e in casa di cura Nigrisoli, Bologna.

- 1998-1999 Educatore per la CADIAI, gruppo appartamenti per utenti psichiatrici (ex Ospedale Psichiatrico Roncati Bologna)
- 1993-1998 Educatore per le Usl 27 e ex Usl 22 di Bologna presso la Cooperativa "Nuova Sanità" e privatamente per utenti con psicosi, autismo, sordità, tetraplaga, sindrome di down.

**PARTECIPAZIONE A CONGRESSI**

relatore ai convegni di Mindfulness Project:

- "Lo sviluppo delle potenzialità della mente nell'incontro tra psicologia occidentale e orientale" (2003),  
 "Lo sviluppo delle potenzialità della mente: gli stati di coscienza non ordinari" (2004),  
 "Lo sviluppo delle potenzialità della mente: l'incontro tra clinica psicoterapica e meditazione" (2006),  
 "Mindfulness e oncologia" (2010).

- Istruzione e formazione Date 1998-2004 - Masters Program di 7 anni all'ILTK di Pomaia  
 1999 - Laurea quinquennale in psicologia clinica presso l'Università di Padova  
 2003 - DEA (diploma di alti studi) per l'università francese EHESS di Parigi in uno studio comparato fra psicologia e buddismo  
 2004 - scuola di specializzazione in psicoterapia Sipt  
 2009 - scuola Karuna (Londra) per diventare supervisore di psicoterapeuti  
 2013 - finisce i 4 anni di training( 5 livelli per diventare istruttrici di mindfulness presso presso il "Center for Mindfulness" all'Università del Massachusset (USA)

**Capacità e competenze personali**

Madrelingua	<b>Italiana</b>				
Altra(e) lingua(e)	<b>Inglese</b>				
Autovalutazione	<b>Comprensione</b>		<b>Parlato</b>		<b>Scritto</b>
Livello europeo (*)	Ascolto	Lettura	Interazione orale	Produzione orale	
<b>Lingua</b>	C2	C2	C2	C2	C2
	<b>Francese</b>				
<b>Lingua</b>	B1	B1	B1	A2	

Patente B

Il sottoscritto è a conoscenza che, ai sensi dell'art. 26 della legge 15/68, le dichiarazioni mendaci, la falsità negli atti e l'uso di atti falsi sono puniti ai sensi del codice penale e delle leggi speciali.

"Ai sensi e per effetto del D.Lgs. n. 196/2003 'Codice in materia di protezione dei dati personali e sensibili', autorizzo al trattamento dei dati e delle informazioni contenute nel curriculum vitae ai fini del procedimento ECM, consapevole che il CV verrà incluso nell'allegato all'atto della validazione della richiesta di accreditamento, e che sarà visibile nella Banca Dati del sito ECM, accessibile a tutti gli utenti e tramite INTERNET (motori di ricerca). Autorizzo altresì il trattamento ai fini della trasmissione (successiva allo svolgimento dell'evento formativo) alla Commissione Nazionale per la Formazione Continua

Dr.ssa Silvia Bianchi

*Silvia*

*Bianchi*

*Silvia Bianchi*

S. Luce, 12/9/2014