



UNIVERSITA' DEGLI STUDI DI TORINO
DIPARTIMENTO DI SCIENZE CLINICHE E BIOLOGICHE

II^EDIZIONE

MASTER UNIVERSITARIO BIENNALE DI II LIVELLO IN
“MINDFULNESS CLINICA: DALLE NEUROSCIENZE ALLE APPLICAZIONI
CLINICHE E RELAZIONALI”

CFU 60

Istituito con D.R. n. 7291 del 18/12/2012

A.A. 2018/19 POSTI DISPONIBILI: 24

Proponente:

Prof. Luca OSTACOLI

COMITATO SCIENTIFICO

Prof. Luca Ostacoli, P.A. Università degli Studi di Torino, Dipartimento di Scienze Cliniche e Biologiche

Prof. Stefano Geuna, P.O. Università degli studi di Torino, Dipartimento di Scienze Cliniche e Biologiche

Prof. Mario Fulcheri, P.O. Università di Chieti, Dipartimento di Psicologia

Prof. Alessandro Zennaro, P.O. Università degli studi di Torino, Dipartimento di Psicologia

Prof.ssa Daniela Giachino, R.U. Università degli studi di Torino, Dipartimento di Scienze Cliniche e Biologiche

Prof. Francesco Oliva, R.U. Università degli studi di Torino, Dipartimento di Scienze Cliniche e Biologiche

Dott. Marco Pagani, esperto della materia

OBIETTIVI FORMATIVI, PROFILO E SBOCCHI OCCUPAZIONALI

Scopo del Master è di approfondire individualmente ed in gruppo le risorse personali e terapeutiche della consapevolezza con particolare attenzione alla sua dimensione corporeo-affettiva.

Il percorso esperienziale è stato progettato per promuovere sia la crescita personale sia le competenze per sua applicazione nelle relazioni d'aiuto a contatto con la malattia organica, i disturbi psichici e il disagio sociale al fine di alleviare la sofferenza e sviluppare le risorse, ma anche migliorando la qualità lavorativa e nelle attività di benessere incluse quelle sportive.

Le tecniche proposte all'interno delle lezioni e dei seminari esperienziali incrementano la stabilità emotiva, la sensazione di autoefficacia e la capacità di comprendere e gestire le emozioni e relazioni. Nell'ambito clinico si possono tradurre in una maggiore capacità empatica, una migliore comunicazione e gestione della relazione con i pazienti e una riduzione del rischio di burn out. Viene inoltre effettuata una formazione specifica sull'uso di tecniche di mindfulness, meditazione e compassione per l'accompagnamento empatico alla fine della vita e nel lutto.

Il modello, nella sua forma più completa, è stato denominato “Consapevolezza Corporeo – Affettiva” (Body and Affective Mindfulness) ed è stato sviluppato in modo multidisciplinare nel corso degli anni presso il Servizio di Psicologia Clinica del Polo San Luigi di Orbassano, afferente alla Scuola di Medicina dell'Università di Torino, ed applicato in molteplici patologie organiche e psichiche. Un aspetto caratterizzante è l'integrazione della mindfulness tradizionale con gli sviluppi



UNIVERSITA' DEGLI STUDI DI TORINO

DIPARTIMENTO DI SCIENZE CLINICHE E BIOLOGICHE

terapeutici delle tecniche di Compassione e le più aggiornate conoscenze neurobiologiche. In particolare vengono integrate nella pratica il modello della Teoria Polivagale di Porges, per quanto riguarda la neurofisiologia del sistema nervoso autonomo e la regolazione simpatica/parasimpatica attraverso il riconoscimento e la consapevolezza degli stati di attivazione, e il modello degli Stili Emozionali Neurobiologici di Davidson, che permette di personalizzare la pratica della consapevolezza in base alle caratteristiche di elaborazione emozionale delle persone, incrementando l'aderenza alle pratiche e l'efficacia clinica.

Il master prevede un percorso organizzato in 4 moduli esperienziali (incluse una parte di supervisioni in gruppo e di prove di conduzione), 2 seminari residenziali e 2 seminari teorici. Gli allievi che avranno seguito con profitto almeno l'80% dei seminari e, per la parte che eventualmente non è stata possibile frequentare, hanno recuperato le competenze da acquisire attraverso modalità concordate individualmente, riceveranno una dichiarazione che attesta le competenze per la conduzione di Mindfulness Based Interventions. Agli allievi più motivati sarà offerta la possibilità facoltativa, attraverso un percorso extracurricolare di supervisioni e approfondimenti di conduzione personalizzati in base alle necessità formative, di effettuare la valutazione per ricevere la dichiarazione di Conduttore di "Body and Affective Mindfulness".

DESTINATARI

I requisiti per l'accesso al Master sono:

- **Lauree del vecchio ordinamento:** Diploma di laurea in Medicina e Chirurgia, Diploma di laurea in Psicologia, Diploma di laurea in Pedagogia.
Non è necessario il possesso dell'abilitazione all'esercizio della professione.
- **Lauree di II livello:** Psicologia (58/S e LM-51), Medicina e Chirurgia (46/S e LM-41), Scienze della Formazione primaria (LM-85 bis), Programmazione e gestione dei servizi educativi e formativi (56/S e LM-50), Scienze dell'educazione degli adulti e della formazione continua (65/S e LM-57), Scienze dell'educazione motoria e delle attività adattate (76/S e LM-67), Scienze pedagogiche (87/S e LM-85), Scienze della nutrizione umana (69/S e LM-61), Scienze delle professioni Sanitarie della riabilitazione (SNT/02/S e LM-SNT/02), Scienze Infermieristiche e Ostetriche (SNT/01/S e LM-SNT/01), Scienze delle Professioni Sanitarie della Prevenzione (SNT/04/S e LM-SNT/04).
Non è necessario il possesso dell'abilitazione all'esercizio della professione.
- **Altro:** Titoli equipollenti riconosciuti idonei in base a quanto previsto dall'art. 2.5 del Regolamento per la disciplina dei Master. Non è necessario essere in possesso dell'abilitazione alla professione
Sono ammessi anche i laureandi a condizione che conseguano il titolo entro il termine di presentazione delle domande on line di ammissione alla selezione.



UNIVERSITA' DEGLI STUDI DI TORINO

DIPARTIMENTO DI SCIENZE CLINICHE E BIOLOGICHE

NUMERO DEI PARTECIPANTI

Al Master saranno ammessi **n. 24** studenti e il corso non verrà attivato qualora il numero degli iscritti sia inferiore a 18. Il Comitato Scientifico, con decisione motivata, può in deroga attivare il Master con un numero di iscritti inferiore, fatta salva la congruenza finanziaria.

MODALITA' E PRESENTAZIONE DOMANDE DI AMMISSIONE

Per partecipare al concorso di ammissione al Corso è necessario - **a partire dalle 9.30 del 17/12/2018 ed entro e non oltre le 15.00 del 13/02/2019**

1. **Presentare la domanda di ammissione al Master on line sul portale di Ateneo, www.unito.it.** Seguire le indicazioni al seguente link: <https://www.unito.it/didattica/immatricolazioni-e-iscrizioni/ammissione-master-corsi-perfezionamento-e-corsi-di>

N.B. La domanda di ammissione online è terminata correttamente contestualmente all'emissione del numero di pre-matricola (da conservare con cura).

2. **Inviare il *Curriculum vitae et studiorum*** (formato Pdf, contenente i titoli valutabili) ai seguenti indirizzi mail: **master-dscb-onco@unito.it** e in copia conoscenza a **francesca.malandrone@unito.it**.

Indicare come Oggetto: Domanda di ammissione Master Mindfulness - Nome e cognome candidato.

MODALITA' DI AMMISSIONE

L'ammissione al Master avviene tramite valutazione dei titoli presentati al momento della domanda (sotto elencati) e al colloquio motivazionale. Al fine dell'ammissione al Master è richiesta la partecipazione a una formazione di livello base di Mindfulness e ad almeno un ritiro di meditazione o equivalente (che si evinca dal *Curriculum vitae et studiorum*).

Il colloquio si svolgerà in presenza il **21/02/2019** nella fascia dalle **9.00 alle 12.00** presso **A.O.U. San Luigi Gonzaga – Regione Gonzole, 10 ORBASSANO**, oppure via **Skype** qualora non fosse possibile partecipare di persona.

La selezione darà luogo ad una graduatoria degli aspiranti sulla base di un punteggio complessivo massimo di 100/100 (minimo 50/100), saranno ammessi al master i candidati in posizione utile in graduatoria.

I titoli valutabili sono:

- precedente esperienza di pratiche mindfulness-based e utilizzo della mindfulness nella pratica clinica da 0 a massimo 30 punti;
- esperienze professionali maturate da 0 a massimo 40 punti;
- pubblicazioni scientifiche da 0 a massimo 30 punti.

In caso di parità di punteggio sarà attribuita la priorità a chi ha conseguito il titolo con il punteggio maggiore e, solo in caso di ulteriore parità, procede il soggetto anagraficamente più giovane.



UNIVERSITA' DEGLI STUDI DI TORINO

DIPARTIMENTO DI SCIENZE CLINICHE E BIOLOGICHE

MODALITA' E QUOTE DI ISCRIZIONE

Le immatricolazioni al Master saranno online tramite login MyUnito, **dalle 9.30 del 05/03/2019 fino alle 15.00 del 11/03/2019** (il periodo può subire variazioni in base a possibili proroghe, farà fede la scadenza indicata nella propria homepage). Si consiglia di consultare regolarmente la graduatoria perché potrebbe subire variazioni in seguito ad eventuali ripescaggi.

L'importo del Master è di €2.500 suddiviso in 2 rate:

- **1^ rata: €1.250,00** da versare all'atto dell'immatricolazione
- **2^ rata: €1.250,00** da versare **entro e non oltre il 31/01/2020**

La non regolarizzazione della contribuzione all'atto dell'immatricolazione implica la mancata iscrizione.

Per le norme di rimborso in caso di rinuncia o di mancata regolarizzazione della contribuzione, si fa riferimento a quanto previsto dal vigente Regolamento Tasse e Contributi.

Per chi al termine del corso desiderasse ricevere la pergamena, è prevista una tassa per il rilascio della stessa, il cui importo verrà indicato nel Regolamento Tasse e Contributi a.a. 2018/19.

PERCORSO DIDATTICO, SEDE E DURATA

Il Master avrà inizio nel mese di marzo 2019 e terminerà a maggio 2020, è articolato in circa 26 giornate esperenziali che si articoleranno a cadenza mensile e in seminari residenziali aggiuntivi.

Le lezioni si svolgeranno a Torino, in spazi adatti allo sviluppo della concentrazione meditativa e alla calma interiore.

Il Master è articolato in 5 moduli per un totale di 60 CFU:

- MODULO I- Applicazioni cliniche della Mindfulness ed evidencebased medicine (CFU 1)
- MODULO II- Approfondimento del silenzio e dell'ascolto interiore. L'accompagnamento empatico nel lutto e alla fine della vita (CFU 10)
- MODULO III- Fondamenti individuali e relazionali della Mindfulness Clinica (CFU 10)
- MODULO IV- La consapevolezza corporea affettiva parte I: la Mindfulness nelle relazioni (CFU 10)

MODULO V- La consapevolezza corporea affettiva parte II: modelli clinici (CFU 11)

I restanti CFU verranno acquisiti con il superamento del tirocinio (12 CFU, 300 ore) e della prova finale (6 CFU).

***Tirocinio:** Si precisa che i discenti del Master prima di iniziare il tirocinio dovranno obbligatoriamente essere in possesso dell'Attestato del Corso sulla Sicurezza (modulo generale di 4 ore e modulo specifico pari a 12 ore relativa al settore sanità), come previsto da D.Lgs 81/2008.



UNIVERSITA' DEGLI STUDI DI TORINO

DIPARTIMENTO DI SCIENZE CLINICHE E BIOLOGICHE

FREQUENZA, VERIFICHE E TITOLO RILASCIATO

La frequenza alle lezioni ed al tirocinio sono obbligatorie. È competenza del Comitato Scientifico prevedere specifiche deroghe all'obbligatorietà di frequenza, fatta salva la compatibilità con gli obiettivi didattici e formativi. Le assenze non potranno superare il 25% dell'impegno formativo complessivo.

Il conseguimento dei crediti è subordinato al superamento da parte degli iscritti di apposite verifiche di accertamento delle competenze acquisite, effettuate periodicamente. Le verifiche periodiche, in numero non superiore a 10 per anno, daranno luogo a votazioni espresse in trentesimi e si intendono superate con una valutazione minima di 18/30.

Il conseguimento del Master è subordinato al superamento di una prova finale di accertamento delle competenze complessivamente acquisite, tenuto conto anche delle attività di tirocinio, oltre che alla discussione della tesi.

La prova finale, che porterà al conseguimento del **Master Universitario di I livello in "Mindfulness clinica: dalle neuroscienze alle applicazioni cliniche e relazionali"**, sarà valutata in centodecimi.

RICONOSCIMENTO CREDITI UNIVERSITARI ACQUISITI IN PRECEDENZA

Il Comitato Scientifico del Master può riconoscere come crediti formativi universitari, congrue attività formative e di perfezionamento purché non già utilizzate al fine del conseguimento del titolo che dà accesso al Master, fino ad un terzo dei crediti totali. Competenze e abilità presupposte, quali conoscenze linguistiche, informatiche ecc., non danno diritto a riconoscimento di crediti.

Le attività professionali maturate con l'esperienza lavorativa possono essere riconosciute nel tirocinio secondo le modalità indicate dal Comitato Scientifico del Master.

Il Proponente del Master
Prof. Luca OSTACOLI