

LA GESTIONE DELLO STRESS E IL BENESSERE DEI PROFESSIONISTI IN OSPEDALE: LA SUPERVISIONE DEI CONDUTTORI



OBIETTIVI

Lo scopo della meditazione è quello di educare ed addestrare la mente alla presenza mentale (mindfulness), quello stato in cui siamo in quello che stiamo facendo, in cui la mente diviene più piena nelle sue capacità di utilizzo, e nel quale si genera la consapevolezza.

E' possibile insegnare alla mente come contrastare e abbassare il livello di preoccupazioni, pensieri negativi ripetitivi, stati di stress e di distrazione incessante, e al tempo stesso tendere verso certe abilità e configurarla per il raggiungimento dei nostri obiettivi.

Il corso intende far acquisire le conoscenze e competenze sulla meditazione ed in particolar modo come applicare la pratica, tecniche e strumenti di meditazione nei contesti ospedalieri.

I partecipanti apprenderanno regole, ruoli, modalità di insegnamento della meditazione con la finalità di poter essere autonomi nella gestione di nuovi gruppi di professionisti e disseminare quindi tale pratica all'interno dell'Aou Meyer.

CONTENUTI

- Esercitazioni sulla pratica di consapevolezza
- Simulazioni sul metodo di meditazione

Durata
9 ore

Costo
Gratuito

Posti
8

Responsabile Scientifico
Gioacchino Pagliaro

Referente iscrizioni
ufficioformazione@meyer.it

Sede corso
Meyer Health Campus
Via Cosimo il Vecchio, 26 -
Firenze
Aou Meyer

Edizioni 2023

19 aprile - 2 maggio
2023



A CHI SI RIVOLGE?

Il corso si rivolge a coloro che hanno ricevuto una prima formazione per la conduzione di gruppi per la gestione dello stress.

CORSO A CURA DI

Il corso è curato dal dr. Gioacchino Pagliaro, Psicologo e Psicoterapeuta, per diciassette anni Professore a Contratto di Psicologia Clinica presso la Facoltà di Psicologia, dell'Università di Padova. E' riconosciuto come il precursore della introduzione della Meditazione e delle Pratiche di Consapevolezza nelle Aziende Sanitarie.

COME PARTECIPARE

La partecipazione al corso è gratuita e rivolta al primo gruppo di conduttori formato all'interno dell'Aou Meyer.

