

Pratiche di consapevolezza e mindfulness in neuroscienze, negli ambiti della cura e della salute





Direzione e Comitato Scientifico

Prof.ssa Federica Provini (Direttrice)

Dipartimento di Scienze Biomediche e Neuromotorie,
IRCCS delle Scienze Neurologiche di Bologna – ISNB

Prof.ssa Giulia Pierangeli

Dipartimento di Scienze Biomediche e Neuromotorie,
IRCCS delle Scienze Neurologiche di Bologna – ISNB

Prof. Luigi Cirillo

Dipartimento di Scienze Biomediche e Neuromotorie,
IRCCS delle Scienze Neurologiche di Bologna – ISNB

Prof. Pietro Cortelli

Professore Alma Mater, Ordinario di Neurologia,
Università di Bologna

Prof. Gioacchino Pagliaro

Già Direttore della UOC Psicologia Ospedaliera,
Dipartimento Oncologico AUSL Bologna,
Direttore Scientifico di Attivismo Quantico Europeo

SCADENZA ISCRIZIONI

3 novembre 2025

SELEZIONI

10 novembre 2025

IMMATRICOLAZIONI

17 novembre – 1 dicembre 2025

POSTI DISPONIBILI

40

CREDITI

60 CFU

ECM: i master universitari permettono di ottenere l'esonero dal conseguimento degli ECM nell'anno di frequenza.

DURATA

gennaio 2026 – marzo 2027

FREQUENZA OBBLIGATORIA

75%

DIDATTICA

Lezioni frontali – blended learning

1 fine settimana/mese – sabato e domenica

W-E esperenziali

Studio individuale e di gruppo

TIROCINIO

presso ILTK (Istituto Lama Tzong Khapa) di Pomaia (PI)

SEDE

IRCCS delle Scienze Neurologiche di Bologna – ISNB,
Ospedale Bellaria

COSTO

3.500 € in due rate

uditori: rata unica di 2.000 €

CERTIFICAZIONI FEDERMINDFULNESS

Mindfulness Basic Training

MBSR (Mindfulness-Based Stress Reduction)

Mindfulness Psicosomatica

Mindfulness Professional Trainer

Presentazione

Numerosi RCT e Revisioni Sistematiche hanno evidenziato come la meditazione contribuisca a rendere le terapie mediche più efficaci e al mantenimento del benessere della persona. Da diversi anni esistono anche in Italia applicazioni della meditazione in ambito clinico e ospedaliero, oncologico, neurologico, cardiologico, oltre che nell'ambito psicologico e psicoterapeutico.

Il Master, organizzato dall'Università di Bologna attraverso il Dipartimento di Scienze Biomediche e Neuromotorie, rappresenta la prima esperienza formativa in questo ambito condotta nella nostra Regione.

L'articolazione della didattica si basa sulla presentazione delle ricerche più recenti e innovative svolte nell'ambito delle neuroscienze quali lo studio delle basi dei meccanismi neurali delle tecniche contemplative e degli effetti della meditazione sulla plasticità neuronale, sullo stato di coscienza, sui meccanismi di controllo dell'attenzione, delle emozioni, dell'interocezione, del sistema nocicettivo e del sistema nervoso vegetativo. A questo aspetto più teorico si affianca un'importante attività centrata sulla trasmissione di specifiche competenze che oggi vengono richieste ai professionisti sanitari.

Il Master formerà la figura di **Esperto in Pratiche di consapevolezza e mindfulness in neuroscienze, negli ambiti della cura e della salute** che potrà utilizzare queste competenze per integrare la meditazione, la mindfulness e le altre pratiche di consapevolezza in ambito ospedaliero, sanitario e universitario, sia nelle strutture pubbliche che in quelle private.

A completamento della didattica frontale, è prevista una parte dedicata a seminari ed esercitazioni pratiche su tematiche affrontate durante la frequenza presso la struttura ospitante, project work, revisione della letteratura.

Insegnamenti

- Onde cerebrali e neurofisiologia degli stati meditativi
- Meditazione tibetana e guarigione spirituale
- Buddismo, meditazione e pratiche di consapevolezza
- Stati di coscienza, sonno e sistema nervoso vegetativo
- Gli effetti della meditazione: dalla neuroradiologia all'epigenetica
- Le applicazioni cliniche della meditazione e delle pratiche di consapevolezza nelle malattie del sistema nervoso
- La meditazione in oncologia, cardiologia e neurologia
- Intelligenza del cuore e coerenza cardiaca
- Mindfulness e integrazione mente-corpo-energia
- Interazione cuore e cervello: le applicazioni negli ambiti di cura
- Il benessere nei luoghi di lavoro e la gestione dello stress dei professionisti sanitari

Docenti

Dott.ssa Fiorina Bartiromo

Prof.ssa Francesca Bisulli

Dott. Calogero Calabrò

Prof.ssa Giovanna Calandra Buonaura

Prof. Matteo Cerri

Dott.ssa Sabina Cevoli

Prof. Luigi Cirillo

Ven. Ghyalten Chötsö Daniela Brandstetter

Prof. Pietro Cortelli

Dott.ssa Eliana Di Tillo

Dott.ssa Daniela Ferrini

Prof. Paolo Garagnani

Prof. Angelo Gemignani

Dott.ssa Licia Grazzi

Dott. Massimo Gusmano

Prof.ssa Alessandra Lugaresi

Dott.ssa Barbara Mostacci

Prof. Bruno Neri

Prof.ssa Miranda Occhionero

Prof. Gioacchino Pagliaro

Prof.ssa Giulia Pierangeli

Prof.ssa Federica Provini

Dott.ssa Marialuisa Rausa

Dott.ssa Luisa Sambati

Dott.ssa Giulia Ubaldi

Prof. Carlo Ventura

Destinatari

Il master si rivolge a coloro che sentono l'esigenza scientifica di avvicinarsi alle tecniche contemplative come tramite per lo studio dello stato di coscienza e delle relative modificazioni neurofisiologiche e biochimiche ad esse correlate e, al tempo stesso, a chi desidera avvicinarsi alle pratiche di consapevolezza come arricchimento ed opportunità di crescita per la propria attività assistenziale.

Requisiti di accesso

Rivolto a medici, infermieri, fisioterapisti, logopedisti, psicologi, nutrizionisti, biologi, e, in generale, al personale sanitario. L'elenco completo delle classi di laurea idonee al percorso di selezione è riportato all'interno del bando. L'ammissione al Master è subordinata al superamento della selezione per titoli e colloquio.

Certificazioni

Il Master è iscritto presso la Federazione Italiana Mindfulness.



FEDERMINDFULNESS

FEDERAZIONE ITALIANA MINDFULNESS

I partecipanti al Master otterranno le seguenti certificazioni:

- Mindfulness Basic Training
- MBSR (Mindfulness-Based Stress Reduction)
- Mindfulness Psicosomatica
- Mindfulness Professional Trainer

Ogni certificazione sarà accompagnata da un Open Badge corrispondente, che potrà essere condiviso, aggiunto al CV, ai profili professionali e inserito presso il proprio profilo sul "Registro Nazionale Mindfulness".

www.albonazionalemindfulness.it

Calendario 2026/2027

GENNAIO

17, 18

FEBBRAIO

28

MARZO

1, 21, 22

APRILE *

15, 16, 17, 18, 19

MAGGIO

16, 17

GIUGNO **

10, 11, 12, 13, 14

LUGLIO

4, 5

SETTEMBRE

19, 20

OTTOBRE

17, 18

NOVEMBRE

7, 8, 28, 29

DICEMBRE

12, 13

GENNAIO

16, 17

FEBBRAIO

13, 14

MARZO

13, 14

APRILE

10, 11

MAGGIO ***

8, 9

*

15 – 19 aprile 2026: periodo intensivo di tirocinio presso Istituto Lama Tzong Khapa di Pomaia (PI)

**

10 – 14 giugno 2026: periodo intensivo di tirocinio presso Istituto Lama Tzong Khapa di Pomaia (PI)

9 maggio 2027: presentazione degli elaborati

Contatti



Sito del Master:

bit.ly/master_mindfulnessneuroscienze

Il bando è disponibile al seguente link:

bit.ly/master_mindfulnessneuroscienze-25-26

Contatti

Coordinamento didattico

Dott.ssa Eliana Di Tillo

eliana.ditillo3@unibo.it

Coordinamento Project work

Dott. Calogero Calabrò

calogero.calabro2@unibo.it

Segreteria didattica

Fondazione Alma Mater

fam.didatticamedica@unibo.it

