### Protocollo Mindfulness-Based Elder Care (MBEC)

Accreditamenti: Ministero della Salute

Crediti ECM: 21

Certificazioni: Open Badge MBEC Specialist – riconosciuto da Federmindfulness

Attestato: MBEC Specialist

Destinatari:

La formazione è aperta a Psicologi, Psicoterapeuti, Medici, Infermieri e altre figure che lavorano a contatto con gli anziani. Sarà permesso l’accesso anche agli studenti della Facoltà di Psicologia.

Modalità di erogazione: online

Programma del corso:

Tramite il protocollo MBEC, McBee ha adattato il modello di Kabat Zinn agli anziani, alle loro famiglie e ai caregiver professionisti per trasmettere loro, in modo accessibile, i benefici della meditazione, dello yoga gentile e della consapevolezza.

Concentrandosi sulle abilità non sulle disabilità, le pratiche di consapevolezza forniscono loro percorsi finalizzati alla scoperta e fortificazione dei punti di forza e delle risorse interiori che tutti possediamo.

Per gli anziani con perdita e disabilità, la mindfulness può offrire benefici in termini di empowerment, un senso di integrità e connessione con sé e con gli altri oltre che con il proprio corpo, spesso vissuto come “non degno”.

Il percorso di mindfulness permette, inoltre, ai caregiver formali e non, particolarmente soggetti a sintomatologie legate allo stress cronico, di essere maggiormente coinvolti nel processo di cura dei propri assistiti, laddove sentimenti di frustrazione e impotenza sopraggiungono, e di trovare spazi di cura a loro rivolti, laddove il sovraccarico emotivo e di attività da svolgere conferisce pochi momenti di benessere.

Tale percorso prevede il formato gruppale, particolarmente utile agli anziani con vissuti di isolamento, con l’opportunità di interazione sociale e condivisione di insight ed esperienze. Il formato consente l'acquisizione di nuovi comportamenti attraverso l'apprendimento osservazionale e il modeling con ciò che ha funzionato per altri membri del gruppo (Bandura, 1977).

OBIETTIVI E SBOCCHI LAVORATIVI

L’allievo potrà utilizzare le competenze apprese per training di mindfulness specifici per anziani e caregiver formali e informali e per la formazione di sanitari operanti in contesti interessati al fenomeno, in particolare in contesti ambulatoriali e non (ospedali, comunità, case di cura, oratori ecc..) a contatto con caregiver e con anziani sani o con problematiche psico-fisiche.

Calendario:

14 aprile 2023 ore 18.00-20.00

15 aprile 2023 ore 9.00-13.00

21 aprile 2023 ore 18.00-20.00

22 aprile 2023 ore 9.00-13.00

28 aprile 2023 ore 18.00-20.00

Contatti:

Mail: info@psicologilombardia.it

Link al corso: <https://www.psicologilombardia.it/formazione/mindfulness-based-elder-care-mbec>