

Dettagli su quali informazioni inserire nel file PDF da caricare in Agenas alla voce del format “programma attività formativa”:

- Denominazione ed id del Provider: Sperling srl - 5606
- Titolo ed eventuale edizione: **Mindfulness Self-compassion**
- Sedi di svolgimento dell’evento: Piattaforma multimediale del provider
- Responsabile scientifico dell’evento: Francesca Fiore
- Destinatari dell’offerta formativa: Tutte le professioni
- Obiettivi formativi e area formativa: Documentazione clinica. Percorsi clinico-assistenziali diagnostici e riabilitativi, profili di assistenza - profili di cura (3)
- LA SELF-COMPASSION APRE SBOCCHI OCCUPAZIONALI SOPRATTUTTO NEI SETTORI CHE RICHIEDONO COMPETENZE EMOTIVE E DI GESTIONE DELLO STRESS. IN PSICOLOGIA E SALUTE MENTALE, AIUTA TERAPEUTI E OPERATORI SANITARI A SOSTENERE PAZIENTI E PREVENIRE IL BURNOUT. NEL CAMPO EDUCATIVO, FACILITA UN AMBIENTE INCLUSIVO E SUPPORTA IL BENESSERE EMOTIVO DI INSEGNANTI E STUDENTI. NEL MONDO DEL LAVORO, MIGLIORA LE CAPACITÀ DI LEADERSHIP E CREA UN CLIMA AZIENDALE SANO E PRODUTTIVO. INFINE, È PREZIOSA IN COACHING E CONSULENZA PERSONALE PER AIUTARE LE PERSONE A GESTIRE STRESS E DIFFICOLTÀ CON MAGGIORE EQUILIBRIO.
- Data di inizio e fine accreditamento: **01/01/26 – 31/12/26**
- Programma dettagliato delle diverse sessioni:

Lezione	Nr. ore	Argomento
1 Introduzione alla Self-Compassion	1	Panoramica sul concetto di Self-Compassion, Benefici della Self-Compassion · Distinzione tra Self-Compassion e Autocommiserazione
2 I Tre Pilastri della Self-Compassion	1	Gentilezza verso se stessi · Umanità condivisa · Mindfulness
3 Self-Compassion e Dialogo Interiore	1	Self-Compassion e Autocritica e come rafforzare l’autostima
4 Self-Compassion e Resilienza	1	Self-Compassion come fondamento della resilienza e strategia per affrontare lo stress
5 Applicazioni e Ostacoli	1	Applicazioni pratiche

- Numero dei crediti riconosciuti: 7
- Breve CV dei docenti e dei moderatori:

Nome Cognome	Professione	Disciplina	Ente di appartenenza/libera professione	Descrizione attività professionale/formativa
Francesca Fiore	Psicologo	Psicoterapia	Libera professione	Sono una psicologa laureata con lode e menzione speciale, dottore di ricerca in neuroscienze cognitive e psicoterapeuta ad indirizzo cognitivo-comportamentale. Sono esperta in terapia razionale emotiva (REBT), EMDR, ACT e psicodiagnosi. Inoltre, ho conseguito un master in statistiche biomediche che mi ha portato a lavorare da sempre in ambito di ricerca scientifica.

				<p>Mi occupo di pratica clinica dal 2007 e le mie aree di interesse e di specializzazione sono: le relazioni di coppia, le nuove dipendenze, i disturbi della nutrizione e dell'alimentazione e i disturbi di personalità relativi all'area drammatica.</p> <p>Mi occupo da sempre di formazione in ambito psicoterapeutico e universitario e sono autrice di numerosi articoli scientifici pubblicati su riviste scientifiche prestigiose e molti articoli divulgativi, pubblicati su riviste online.</p>
--	--	--	--	--

Il provider, ai sensi dall' art. 47 del DPR n.445/2000, consapevole delle conseguenze previste dall'art. 76, dichiara:

- di aver fornito all'interessato l'informativa sul trattamento dei dati personali (art. 13 del Regolamento europeo 2016/679; artt. 68, 70, 76, 96 Accordo Stato-Regioni 2017 "La formazione continua nel settore salute" - Rep. Atti 14/CSR del 2.2.2017 - Par. 4.6, lett. j) Manuale Nazionale di Accreditamento per l'Erogazione di Eventi ECM);
- di aver informato l'interessato che il programma dell'evento ECM, di cui le suddette informazioni contribuiscono a formarne il contenuto minimo, verrà inserito nel catalogo degli eventi E.C.M. tenuto dall'ente accreditante;