


Formazione online e in presenza


Diploma Counselor Yoga Deep Mindfulness



Il filo del Sé

F.Y.M Scuola di formazione Yoga Mindfulness

**Corso di
Counseling**



**670 ore
triennio 2020 -2023**

YOGA DEEP MINDFULNESS

Il corso di Counselor Yoga Deep Mindfulness è diretto a chi ha già delle competenze di Yoga maturate (un diploma o una lunga e seria esperienza di praticante), e desidera usarle in nell'ottica di sostenere la crescita interiore di altri, professionalizzandosi nella relazione di aiuto.

Le peculiarità del metodo Yoga Deep Mindfulness sono:

- la proposta di un percorso di crescita interiore attraverso pratiche che coinvolgono corpo, energia e mente;
- la sinergia fra lo Yoga, la Deep Mindfulness, orientata al Dharma buddhista, e la Meditazione;
- la conoscenza e l'uso del sistema dei chakra visti come plessi psichici che disegnano il processo evolutivo di sviluppo personale e di crescita interiore;
- l'attenzione data alla formazione personale dell'insegnante;
- l'attenzione data alla relazione fra l'insegnante e lo studente

ORGANIZZATORE DEL CORSO:

Il corso è ideato da "Il filo del Sé", Scuola di formazione Deep Mindfulness Yoga (FYM) e. per le materie riguardanti la psicologia Buddhista, in collaborazione con la Mindfulness Project.

FORMATO DEL CORSO:

il corso è in parte online e in differita e in parte in presenza per un totale di 670 ore suddivise in

- N. 430 ore di lezioni frontali e supervisioni
- N. 50 ore di sviluppo personale in gruppo
- 190 ore accessorie (tirocinio, tesi, esame, psicoterapia)

A CHI È DIRETTO

Il corso è diretto principalmente a chi desidera approfondire la relazione di aiuto diventando Counselor, integrando una formazione Yoga con le competenze delle Deep Mindfulness e ispirandosi alla fonte degli insegnamenti e allo sviluppo delle qualità dell'essere.

In particolare

- agli insegnanti di Yoga che desiderano allargare il campo avvicinandosi al metodo della Deep Mindfulness, attraverso un lavoro anche personale,
- a chi desidera una formazione Deep Mindfulness ad orientamento corporeo

DIPLOMA

Sarà rilasciato un DIPLOMA DI COUNSELOR ad orientamento corporeo riconosciuto da Assocounseling (vedi il sito www.assocounseling.it- Elenco Scuole- Il filo del Sé)

MODALITÀ: online sulla piattaforma Zoom, in diretta e in differita, e in presenza

PROGRAMMA 2020-2022

Il programma sarà articolato in diverse materie:

MATERIE YOGA MINDFULNESS

Teoria e pratica dei plessi psichici (chakra)	A. Nardone
Principi dello Yoga tradizionale e filosofia buddhista	A. Nardone
Didattica Yoga- Mindfulness (classi YM e programmi)	A. Nardone
Supervisione didattica YDM	A. Nardone
Integrazione Counseling -Yoga Mindfulness	A. Nardone

MATERIE DEEP MINDFULNESS

Principi e metodo della Deep Mindfulness	M. Gusmano
Principi fondamentali del buddhismo	M. Gusmano
La teoria della Mente e la pratica della Vipassana	A. Nardone
supervisione	M. Gusmano e A Nardone

MATERIE DEL COUNSELING

Storia del counseling	M. Gusmano
Fondamenti del counseling	M. Gusmano
Psicologie	M. Gusmano
Il colloquio	M. Gusmano
Il counseling di gruppo	M. Gusmano
Supervisioni	M. Gusmano

PSICOLOGIA E CRESCITA PERSONALE

Relazione con lo studente e con il gruppo	F. Cervini
Comunicazione, scelte e cambiamento	F. Cervini
Confini ed elementi di psicopatologia	P. Nardone
Gruppo di sviluppo personale	B. Pescatori

Non è compreso nel corso ma fortemente raccomandata la partecipazione al **ritiro di fine estate** di 3 giorni dedicato ad approfondimenti, supervisioni e tirocini.

Nel costo del corso è compresa la partecipazione al **corso online di Yoga Mindfulness** dedicato ai plessi psichici condotto da Antonella Nardone. (le ore saranno computate separatamente con attestato)

DOCENTI

- **Massimo Gusmano**, presidente Mindfulness Project. Psicologo e formatore. Buddista della tradizione Mahayana, insegna e forma insegnanti di Deep Mindfulness (Dharma oriented)
- **Antonella Nardone**, presidente de Il filo del Sé. Advanced counselor con indirizzo transpersonale Deep Mindfulness, insegnante e formatore di Yoga, di Meditazione e di Mindfulness
- **Federica Cervini**, psicologa, esperta nello studio delle relazioni, docente formatore Normodinamica
- **Paolo Nardone**, psichiatra e psicoterapeuta
- **Bianca Pescatori**, psicoterapeuta, docente e formatrice Mindfulness MBSR

INFORMAZIONI PRATICHE

Costo complessivo:

€ 4500,00 suddivisi in 18 rate bimestrali da € 250,00 (possibile anche rateizzazione mensile)

PER INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI:

segreteria@ilfilodelse.it - 3357250455

www.ilfilodelse.it

per iscriversi inviare una richiesta alla segreteria compilando la scheda di iscrizione effettuando il bonifico della prima rata.