

Psicoterapia Buddhista. Come il buddhismo può informare la pratica della mindfulness e della psicoterapia

Durata: 5 ore di studio

Tipo di accreditamento: materiali (slide)

Programma:

Questo corso offre un'ampia panoramica sulla rilevanza degli insegnamenti del Buddha per la psicologia clinica e la psicoterapia.

L'obiettivo è di mostrare come la ricerca esistenziale e spirituale del buddismo originario può essere tradotta in una serie di domande di ricerca scientifica per guidare la psicoterapia. Nel far questo aspetti centrali del buddismo, come l'impermanenza, il non-sé e la sofferenza umana verranno declinati nei termini di modelli di concettualizzazione e pianificazione del trattamento psicoterapeutico.

Esempi pratici a partire dall'uso della mindfulness, del colloquio clinico e dello sviluppo di strategie calmanti, di flourishing e di sperimentazione personale verranno presentati e i partecipanti potranno seguire le indicazioni che troveranno nel materiale di studio per sperimentare a loro volta.

L'integrazione tra casi clinici, pratiche e riflessioni tratte dalla tradizione sapienziale buddista offriranno ai partecipanti una vasta rassegna su come ampliare il loro modo di fare psicoterapia. Il lavoro di Liang Tien non ambisce infatti ad offrire un modello alternativo alla psicoterapia occidentale, quanto un modo per arricchire tale cornice clinica.