



"DBT MINDFULNESS Retreat: corso pratico"

Programma dell'evento formativo

Edizione: 1 - **Data:** dal 11/06/2026 al 14/06/2026 - **Luogo:** Santa Luce (PI), Istituto Lama Tzong Khapa - Via Poggiberna 15 Pomaia.

Destinatari (professioni - discipline):

Psicologo - Psicologia

Psicologo - Psicoterapia

Tecnico della riabilitazione psichiatrica - Tecnico della riabilitazione psichiatrica

Infermiere - Infermiere

Educatore professionale - Educatore Professionale

Medico chirurgo - Neuropsichiatria infantile

Medico chirurgo - Psichiatria

Medico chirurgo - Psicoterapia

Quota di iscrizione:

549 €

Numero di partecipanti previsto:

90

Docenti / tutor / relatori / animatori:

BOHUS MARTIN (Medico Chirurgo)

Glaserapp Jan (Psicologo)

Prunetti Elena (Psicologo) Tutor

Responsabili scientifici:

BOHUS MARTIN (Psichiatria)

Premessa:

La mindfulness è come la musica: bisogna provarla per capirla. Senza una comprensione profonda, l'esperienza rimane spesso parziale. E' proprio questo l'argomento di questo workshop: un equilibrio tra teoria e pratica personale. Questo tipo di formazione è stata sviluppata da M. Linehan e M. Bohus ed è stata da loro offerta per molti anni in Germania al Benediktushof. Il seminario si basa su un ulteriore sviluppo della mindfulness basata sulle skills. Al centro della teoria c'è il concetto di Mente Saggia, recentemente sviluppato e notevolmente migliorato, mentre al centro della pratica c'è l'esperienza della meditazione



Zazen, nocciolo dello Zen, guidata dal maestro Zen che sarà, in questa formazione, Jan Glasenap. La teoria si basa sui fogli di lavoro del nuovo manuale delle skills di Martin Bohus recentemente pubblicato da Cortina. I partecipanti devono portare con sé curiosità e disponibilità a nell'impegnarsi nella propria esperienza a stare nel silenzio. È prevista la traduzione consecutiva in Italiano. Informazioni e iscrizioni: <https://www.fullday.com/dbt-mind-2026>

Obiettivo nazionale / regionale ECM cui fa riferimento l'attività formativa :

Linee guida - Protocolli - Procedure

Obiettivo Generale: (obiettivo/i educativi formativi complessivi dell'evento formativo)

(OB2) Acquisire abilità manuali, tecniche e pratiche

(OB1) Acquisire conoscenze teoriche e aggiornamenti

(OB3) Migliorare le capacità relazionali e comunicative

Tempo effettivo di formazione: 24:00

Metodo di verifica dell'apprendimento:

Esame pratico

Programma di formazione:

Sessione1: "PRIMA GIORNATA"

(11/06/2026 dalle ore 14:00 alle ore 19:00))

Obiettivi educativi della giornata:

Ore 14:00 - 15:00

Registrazione dei partecipanti

Metodo didattico:

tempo dedicato:

ore 1 min 0

Ore 15:00 - 17:00

**introduzione alla teoria della mindfulness e alla
consapevolezza nella DBT**

Docente BOHUS MARTIN

Docente Prunetti Elena

Docente Glasenapp Jan



Metodo didattico: Serie di relazioni su tema preordinato
tempo dedicato:

ore 2 min 0

Ore 17:00 - 17:30

Pausa

Metodo didattico:
tempo dedicato:

ore 0 min 30

Ore 17:30 - 19:00

Pratica serale

Docente Prunetti Elena
Docente Glasenapp Jan

Metodo didattico: Esecuzione diretta da parte di tutti i partecipanti di attività pratiche o tecniche
tempo dedicato:

ore 1 min 30

Sessione2: "SECONDA GIORNATA"

(12/06/2026 dalle ore 06:30 alle ore 18:30))

Obiettivi educativi della giornata:

Ore 06:30 - 08:00

Pratica mattutina

Docente BOHUS MARTIN
Docente Prunetti Elena
Docente Glasenapp Jan

Metodo didattico: Esecuzione diretta da parte di tutti i partecipanti di attività pratiche o tecniche
tempo dedicato:

ore 1 min 30

Ore 08:00 - 09:00

Pausa

Metodo didattico:
tempo dedicato:

ore 1 min 0

Ore 09:00 - 10:30

Osservare consapevolmente

Docente BOHUS MARTIN
Docente Prunetti Elena

Metodo didattico: Serie di relazioni su tema preordinato
tempo dedicato:

ore 1 min 30

Ore 10:30 - 11:00

Pausa

Metodo didattico:
tempo dedicato:

ore 0 min 30

Ore 11:00 - 12:30

Descrivere consapevolmente

Docente BOHUS MARTIN
Docente Prunetti Elena

Metodo didattico: Serie di relazioni su tema preordinato



tempo dedicato:

ore 1 min 30

Ore 12:30 - 14:30

Pausa

Metodo didattico:

tempo dedicato:

ore 2 min 0

Ore 14:30 - 16:00

Partecipare consapevolmente

Docente BOHUS MARTIN

Docente Prunetti Elena

Metodo didattico: Serie di relazioni su tema preordinato

tempo dedicato:

ore 1 min 30

Ore 16:00 - 16:30

Pausa

Metodo didattico:

tempo dedicato:

ore 0 min 30

Ore 16:30 - 18:30

Pratica serale

Docente Prunetti Elena

Docente Glasenapp Jan

Metodo didattico: Esecuzione diretta da parte di tutti i partecipanti di attività pratiche o tecniche

tempo dedicato:

ore 2 min 0

Sessione3: "TERZA GIORNATA"

(13/06/2026 dalle ore 06:30 alle ore 18:30))

Obiettivi educativi della giornata:

Ore 06:30 - 08:00

Pratica mattutina

Docente Prunetti Elena

Docente Glasenapp Jan

Metodo didattico: Esecuzione diretta da parte di tutti i partecipanti di attività pratiche o tecniche

tempo dedicato:

ore 1 min 30

Ore 08:00 - 09:00

Pausa

Metodo didattico:

tempo dedicato:

ore 1 min 0

Ore 09:00 - 10:30

Mente Saggia I

Docente BOHUS MARTIN

Docente Prunetti Elena

Metodo didattico: Serie di relazioni su tema preordinato

tempo dedicato:

ore 1 min 30



Ore 10:30 - 11:00

Pausa

Metodo didattico:

tempo dedicato:

ore 0 min 30

Ore 11:00 - 12:30

Mente Saggia II

Docente BOHUS MARTIN

Docente Prunetti Elena

Metodo didattico: Serie di relazioni su tema preordinato

tempo dedicato:

ore 1 min 30

Ore 12:30 - 14:30

Pausa

Metodo didattico:

tempo dedicato:

ore 2 min 0

Ore 14:30 - 16:00

Mente Saggia III

Docente BOHUS MARTIN

Docente Prunetti Elena

Metodo didattico: Serie di relazioni su tema preordinato

tempo dedicato:

ore 1 min 30

Ore 16:00 - 16:30

Pausa

Metodo didattico:

tempo dedicato:

ore 0 min 30

Ore 16:30 - 18:30

Pratica serale

Docente Prunetti Elena

Docente Glasenapp Jan

Metodo didattico: Esecuzione diretta da parte di tutti i partecipanti di attività pratiche o tecniche

tempo dedicato:

ore 2 min 0

Sessione4: "QUARTA GIORNATA"

(14/06/2026 dalle ore 06:30 alle ore 12:30))

Obiettivi educativi della giornata:

Ore 06:30 - 08:00

Pratica mattutina

Docente Prunetti Elena

Docente Glasenapp Jan

Metodo didattico: Esecuzione diretta da parte di tutti i partecipanti di attività pratiche o tecniche

tempo dedicato:

ore 1 min 30

Ore 08:00 - 09:00

Pausa



Metodo didattico:

tempo dedicato:

ore 1 min 0

Ore 09:00 - 10:30

Applicazione della Mindfulness nel lavoro con i pazienti

Docente BOHUS MARTIN

Docente Prunetti Elena

Docente Glasenapp Jan

Metodo didattico: Dimostrazioni tecniche senza esecuzione diretta da parte dei partecipanti

tempo dedicato:

ore 1 min 30

Ore 10:30 - 11:00

Pausa

Metodo didattico:

tempo dedicato:

ore 0 min 30

Ore 11:00 - 12:30

Domande e risposte - Conclusioni

Docente BOHUS MARTIN

Docente Prunetti Elena

Docente Glasenapp Jan

Metodo didattico: Confronto/dibattito tra pubblico ed esperto/i guidato da un conduttore (l'esperto risponde)

tempo dedicato:

ore 1 min 30

Corpo docenti

Cognome Nome	Comune residenza	Professione e Disciplina	Ente - Azienda
Prunetti Elena	Padova (PD)	Psicologo Psicoterapia	-
BOHUS MARTIN	GERMANIA (EE) -	Medico chirurgo Psichiatria	-
Glasenapp Jan	GERMANIA (EE)	Psicologo Psicoterapia	-

Responsabili scientifici

Cognome	Nome	Competenze professionali
BOHUS	MARTIN	Medico chirurgo

DOCENTI

Martin Bohus, MD, ha conseguito la specializzazione in Psichiatria e in Medicina psicosomatica. Dal 2003 al 2021 è stato titolare della cattedra di Medicina Psicosomatica e Psicoterapia all'Università di Heidelberg e direttore scientifico dell'Istituto Centrale di Salute Mentale (Mannheim). Attualmente è titolare di una borsa di studio di ricerca senior presso la Ruhr University Bochum ed è visiting professor presso l'Università di Anversa e la Harvard Medical School.

Il Prof. Bohus ha ricevuto vari premi per la ricerca in psicoterapia. È stato presidente della Società Europea per lo Studio dei Disturbi di Personalità (ESSPD) e presidente dell'Associazione tedesca per la DBT. È stato presidente e promotore del Primo Congresso Internazionale sul Disturbo Borderline di Personalità a Berlino nel 2010. E' il fondatore della rivista leader mondiale sul disturbo borderline di personalità (BPDED).

Il Prof. Bohus ha attualmente pubblicato oltre 450 tra paper e libri, principalmente sulla psicopatologia e sullo sviluppo del trattamento del Disturbo Borderline di Personalità e del PTSD.

Jan Glasenapp si è laureato con lode in psicologia presso l'Università di Bielefeld nel 1997. Ha completato diversi corsi post-laurea in psicoterapia, tra cui la terapia centrata sul cliente, l'analisi transazionale e la terapia cognitivo-comportamentale. Nel 2001 ha ottenuto la certificazione come psicoterapeuta e ha iniziato a lavorare nel proprio studio a Berlino e successivamente a Schwäbisch Gmünd.

Dal 2003 lavora come terapeuta didatta e supervisore in diverse accademie di formazione post-laurea in psicoterapia. Svolge inoltre attività di consulenza e supervisione per istituzioni psicosociali. Dal 2016 è terapeuta didatta presso Zhong-De-Ban e ha tenuto numerosi corsi di formazione in Cina. È professore a contratto presso varie università e dal 2024 lavora come supervisore presso il Nanjing Brain Hospital.

È terapeuta DBT certificato ed è stato studente di Zen con Marsha Linehan per molti anni, praticando secondo la tradizione cinese Chan. In base a questa esperienza, sostiene i colleghi nell'applicazione della mindfulness in psicoterapia.

Elena Prunetti - Psicologa Psicoterapeuta, iscritta all'Albo e all'Ordine degli Psicologi della Regione Veneto. Terapeuta Cognitivo-Comportamentale dal 1998 e Terapeuta DBT. Didatta SITCC (Società Italiana Terapia Cognitivo-Comportamentale) e Docente APC (Associazione Psicologia Cognitiva) SPC (Scuola di Psicoterapia Cognitiva). Responsabile sede di Verona Scuola APC-SPC. Svolge la propria attività di psicoterapeuta in libera professione a Padova con esperienza ventennale nel trattamento dei Disturbi di Personalità, in ambito residenziale. Supervisore e formatrice presso Scuole di Specializzazione e Dipartimenti di Psichiatria. Membro fondatrice dell'Associazione DBT Italy.

Da anni si interessa dello studio e del trattamento dei Disturbi di Personalità e delle patologie correlate a Traumi. In linea con tali interessi ha partecipato ed organizzato numerosi congressi e corsi di formazione con terapeuti di fama internazionale.

Terapeuta DBT e EMDR è specializzata nell'applicazione clinica, in regime sia ambulatoriale che ospedaliero.

Interessata all'integrazione dei trattamenti rivolti a pazienti con Disturbi della Personalità con particolare attenzione al Trattamento Basato sulla Mentalizzazione (MBT) integrato alla Terapia Dialettico-Comportamentale (DBT). Specializzata inoltre nel trattamento dei Disturbi d'Ansia e dell'Umore. Autrice di pubblicazioni su riviste nazionali ed internazionali.