

**Corso di Formazione per Facilitatori in
Mindfulness-Based Relapse Prevention (MBRP)
ID ECM 2091-**

OBIETTIVO FORMATIVO

RESPONSABILE SCIENTIFICO: Dottor Stefano Burattini

DESTINATARI: Medico Chirurgo (tutte le discipline) e Psicologo

RAZIONALE

La Mindfulness-Based Relapse Prevention (MBRP) è un protocollo evidence-based di otto sessioni che integra le pratiche di mindfulness con le strategie di prevenzione della ricaduta di derivazione cognitivo-comportamentale. Nata dal lavoro di Sarah Bowen, Neha Chawla e G. Alan Marlatt, la MBRP aiuta le persone in percorso di recupero a riconoscere trigger interni ed esterni, a stare consapevolmente con il disagio anziché reagire automaticamente, e a coltivare uno stile di vita che sostiene il recupero nel tempo.

Condurre un gruppo MBRP richiede molto più della conoscenza teorica del modello: richiede un'esperienza diretta e incarnata delle pratiche. Per questo il corso è costruito perché ogni futuro facilitatore attraversi prima il protocollo in prima persona, poi impari a condurlo attraverso pratica guidata, role-playing, inquiry e feedback strutturato, e infine sia accompagnato nella conduzione reale da una supervisione continuativa.

PROGRAMMA

Il corso si sviluppa in tre fasi progressive, pensate per accompagnare il partecipante dall'esperienza diretta del protocollo fino alla conduzione autonoma supervisionata.

Fase 1 · Esperienza personale del protocollo

I corsisti vivono il programma MBRP dal punto di vista del partecipante: praticano, riflettono e condividono, attraversando in prima persona le otto sessioni del protocollo. È il fondamento imprescindibile di ogni futura conduzione.

Fase 2 · Intensivo di conduzione

Il cuore del training pratico. Attraverso dimostrazione, esercizi simulati, inquiry, role-playing in sottogruppi e feedback strutturato, i partecipanti imparano a condurre ciascuna sessione del protocollo. Le quattro giornate seguono l'arco delle otto sessioni MBRP:

- Giornata 1 (Sessioni 1–2): dall'autopilota alla consapevolezza; una nuova relazione con il disagio.
- Giornata 2 (Sessioni 3–5): dal reagire al rispondere; la mindfulness nelle situazioni difficili; accettazione e azione efficace.
- Giornata 3 (Sessioni 6–7): vedere i pensieri come pensieri; sostenere e coltivare il benessere.
- Giornata 4 (Sessione 8 e temi avanzati): supporto sociale e pratica continuativa; sfide cliniche, adattamenti e implementazione nei servizi.

Fase 3 · Supervisione

Una comunità di pratica tra istruttori, in cui la conduzione reale dei primi gruppi viene accompagnata e sostenuta. La supervisione è uno degli elementi distintivi di questo training e uno strumento di diffusione della MBRP come cultura nei servizi.

Calendario

Fase	In sintesi	Quando
Fase 1 · Esperienza personale	8 incontri online (mar 17:30–19:30) · 16h	29 set → 17 nov 2026
Fase 2 · Intensivo di conduzione	4 giornate intensive (ven–sab, 9:00–17:00) · 32h	20–21 nov e 4–5 dic 2026
Fase 3 · Supervisione	2 incontri online · 4h	gennaio 2027

Calendario dettagliato

Data	Orario	Ore
Fase 1 · Esperienza personale del protocollo — 8 incontri online (16h)		
mar 29 set 2026	17:30–19:30	2h
mar 6 ott 2026	17:30–19:30	2h
mar 13 ott 2026	17:30–19:30	2h
mar 20 ott 2026	17:30–19:30	2h
mar 27 ott 2026	17:30–19:30	2h
mar 3 nov 2026	17:30–19:30	2h
mar 10 nov 2026	17:30–19:30	2h
mar 17 nov 2026	17:30–19:30	2h
Fase 2 · Intensivo di conduzione — 4 giornate intensive (32h)		
ven 20 nov 2026	9:00–17:00	8h
sab 21 nov 2026	9:00–17:00	8h
ven 4 dic 2026	9:00–17:00	8h
sab 5 dic 2026	9:00–17:00	8h
Fase 3 · Supervisione — 2 incontri online (4h)		
gennaio 2027 (data da definire)	online	2h
gennaio 2027 (data da definire)	online	2h
Totale		52h

Le date della Fase 3 (supervisione) saranno comunicate ai partecipanti a inizio percorso.

RELATORI

Stefano Burattini

Psicologo e psicoterapeuta ad orientamento psicodinamico, con particolare attenzione agli sviluppi relazionali e intersoggettivi e agli approcci trauma-informed. Dirigente presso il Servizio per le Dipendenze (SerD) della ASL di Chieti. Pratica la meditazione di consapevolezza dal 2012, con pratica quotidiana e diversi ritiri Vipassana, ed è istruttore di protocolli mindfulness dal 2019. Si è formato in MBRP direttamente con Sarah Bowen e Katie Witkiewitz presso l'UC San Diego (UCSD) e la University of New Mexico (UNM); è istruttore formato in MBSR e MBCT (formazione riconosciuta UCSD) e in Mindful Self-Compassion (MSC), oltre che terapeuta formato in Compassion Focused Therapy (CFT). Collabora con il team di teacher training in MBRP della UCSD e al THRIVE study della University of New Mexico, dedicato all'erogazione in telemedicina dell'MBRP-RA, e partecipa alle ricerche su mindfulness, dipendenze e sé del gruppo del Prof. Antonino Raffone (Dipartimento di Psicologia, Sapienza Università di Roma). Svolge attività di formazione sulla Trauma-Informed Care (TIC) nei servizi sociosanitari. È docente di psicoterapia delle dipendenze presso la Scuola di Formazione FeDerSerD "Rita Levi Montalcini", è stato tutor del

Master “Mindfulness: pratica, clinica e neuroscienze” della Sapienza Università di Roma ed è membro della faculty della Scuola di Neuroetica della SISSA di Trieste. Ha curato volumi scientifici per Giovanni Fioriti Editore.

Alessandro Giannandrea

Psicologo e psicoterapeuta. Laurea Specialistica in Psicologia Clinica (con lode) all’Università “G. D’Annunzio” di Chieti, Specializzazione in Psicoterapia Analitica e Antropologia Esistenziale (Istituto IPAAE, Pescara) e Dottorato di Ricerca in Psicologia Cognitiva, Psicofisiologia e Personalità (Centro Interuniversitario ECONA, Sapienza Università di Roma). È Fully Certified Teacher in MBSR, MBCT e Mindful Self-Compassion (MSC) presso l’UC San Diego Center for Mindfulness (UCSD), dove dal 2017 opera come Mentore di istruttori MBSR-MBCT nell’ambito del Mindfulness Based Professional Training Institute. Dal 2013 è docente del Master di II livello “Mindfulness: pratica, clinica e neuroscienze” della Sapienza Università di Roma e conduce gruppi di mindfulness dal 2010 in contesti privati, ospedalieri e universitari. Ha co-curato *Crossroads in Psychoanalysis, Buddhism, and Mindfulness* (Jason Aronson, 2014) ed è autore di un capitolo in *Lo psicoterapeuta gentile* (Mimesis, 2025); i suoi lavori scientifici sono pubblicati su riviste internazionali tra cui *Mindfulness, Psychology & Health* e *Healthcare*.

Sarah Bowen

Psicologa clinica, Associate Research Professor Emeritus presso la School of Graduate Psychology della Pacific University (Oregon) e Affiliate Research Faculty presso il Department of Psychiatry and Behavioral Sciences della University of Washington. È autrice principale del clinician guide della Mindfulness-Based Relapse Prevention e di numerosi lavori scientifici. Per oltre vent’anni ha condotto trial clinici sugli interventi mindfulness-based per i comportamenti di dipendenza — anche come Principal Investigator su studi finanziati dal NIH — ed è Training Faculty presso l’UC San Diego Center for Mindfulness e Research Fellow del Mind & Life Institute. Forma professionisti clinici e di ricerca negli Stati Uniti e a livello internazionale. Co-firma l’attestato di completamento del corso.