

Padova, 2 maggio 2019

MINDFULNESS CRESCENTINI E FABBRO ALLA “METELLI”

La *Mindfulness*, termine inglese che significa “consapevolezza”, è un’attività che permette di raggiungere uno stato di benessere con l’accettazione di sé e l’autostima, mettendo in atto un atteggiamento non giudicante nei confronti della propria esperienza interiore e degli stimoli provenienti dall’esterno. La pratica della meditazione è stata coltivata in numerose tradizioni filosofiche e spirituali. Ma che cosa significa meditare? Quali benefici si hanno? Che cosa accade nel nostro cervello e nella nostra mente quando meditiamo? Quali applicazioni cliniche, quali percorsi di sviluppo psicologico si possono basare sulla mindfulness?

Di tutto questo si parlerà nell’incontro dal titolo “**Mindfulness**” **venerdì 3 maggio alle ore 15.00 nell’aula 3I dell’edificio PSICO2**, in via Venezia 12/2 a Padova attraverso la presentazione di due pubblicazioni.

Cristiano Crescentini, autore con Deny Menghini del libro “La mindfulness per l’ADHD e i disturbi del neurosviluppo. Applicazione clinica della Meditazione Orientata alla Mindfulness – MOM” (Erickson), e **Franco Fabbro**, autore de “La meditazione mindfulness. Neuroscienze, filosofia e spiritualità” (Il Mulino), presenteranno le due uscite editoriali in una conversazione moderata da Enrico Facco dell’Università di Padova.

L’incontro è organizzato dalla biblioteca centrale di Psicologia “Fabio Metelli”, dal Science of Consciousness Research Group di Padova e dal Dipartimento di Psicologia Generale “Vittorio Benussi” nell’ambito del ciclo “La Metelli incontra gli autori”.

Cristiano Crescentini, laureato in Psicologia all’Università di Firenze, ha ottenuto nel 2009 un dottorato di ricerca (PhD) in Neuroscienze nella Scuola Internazionale Superiore di Studi Avanzati (SISSA) di Trieste, e nel 2016 la certificazione come Istruttore di Interventi Basati sulla Mindfulness (MBSR e MBCT) nella Scuola di Psicoterapia Cognitiva (SPC) e nell’Associazione di Psicologia Cognitiva (APC) di Roma. È anche istruttore del metodo MOM (Mindfulness-Oriented Meditation), e attualmente Ricercatore in Psicobiologia e Psicologia Fisiologica all’Università degli Studi di Udine.

Franco Fabbro, laureato in Medicina a Padova, e specializzato in Neurologia a Verona, dal ’91 al ’98 è stato ricercatore di Fisiologia umana alla facoltà di Medicina e Chirurgia dell’Università di Trieste, e dal ’98 al 2001 di Psicologia dello sviluppo all’Università di Udine, dove è oggi docente di Neuropsichiatria infantile. Gli ambiti delle sue ricerche riguardano: la neurolinguistica del bilinguismo, lo studio dei fondamenti biologici delle emozioni e della personalità, lo studio delle basi neuropsicologiche della coscienza, dei fenomeni religiosi e della meditazione.

L’ingresso è libero fino ad esaurimento dei posti disponibili