

# Linee Guida per la Formazione di Terapeuti MBCT

Mindfulness Based Cognitive Therapy (MBCT)

## Requisiti per i Candidati MBCT Therapist®

Prima di iscriversi a un programma di formazione per diventare Terapeuta MBCT, i candidati devono presentare la seguente documentazione all'ente formativo accreditato dalla Federazione Italiana Mindfulness:

### 1. Accessibilità della Formazione:

La formazione per diventare Terapeuta MBCT è riservata a medici psichiatri, neuropsichiatri infantili e psicologi psicoterapeuti.  
(Requisito minimo: iscrizione secondo anno di specializzazione in psicoterapia, psichiatria o neuropsichiatria infantile.)

### 2. Formazione Pregressa:

- I candidati devono possedere una formazione base in mindfulness certificata dalla Federazione Italiana Mindfulness, equivalente alla certificazione “Mindfulness Basic Training”.
- Se non possiedono questa formazione, devono acquisirla tramite il corso “Mindfulness Basic Training” della Federazione ([www.federmindfulness.it](http://www.federmindfulness.it)).
- Se la formazione-training per Terapeuti MBCT è parte di un Master o Corso di Alta Formazione in Mindfulness, l'ente formativo può esonerare il candidato dalla formazione base pregressa in mindfulness, poiché questa può essere già inclusa nel Master/Corso di Alta Formazione.

### 3. Partecipazione a un Percorso MBCT come Utente:

- I candidati devono fornire un'attestazione, firmato da un “MBCT Therapist”, che certifichi la loro partecipazione a un percorso completo di MBCT come utenti, svolto individualmente o in gruppo, anche online.
- Gli enti formativi accreditati sono invitati ad organizzare percorsi MBCT propedeutici alla formazione, preferibilmente a un costo ridotto (rispetto al costo medio dei percorsi MBCT) per i candidati MBCT Therapist.

## Requisiti enti/corso di formazione per “Terapeuta MBCT”

### 1. Durata e Modalità:

- La formazione deve comprendere almeno 50 ore di apprendimento teorico-pratico.
  - Almeno metà di queste ore deve essere svolta in presenza (modalità residenziale).
2. **Responsabile Scientifico:**
- Il responsabile scientifico deve avere un significativo background accademico e/o aver pubblicato almeno dieci articoli scientifici nel campo della mindfulness.
3. **Docenti della Formazione:**
- I docenti devono essere Terapeuti MBCT qualificati da almeno 5 anni.
  - Devono dimostrare la loro formazione con documenti e diplomi.
  - Devono fornire un'autocertificazione che attesti la loro esperienza nella conduzione di almeno 10 gruppi MBCT.

## Certificazione come Terapeuta MBCT

Dopo aver completato la formazione teorico-pratica, i candidati devono condurre almeno un training MBCT completo, che può essere svolto individualmente o in gruppo, sotto la supervisione di un "Supervisore Mindfulness" autorizzato dalla Federazione Italiana Mindfulness.

## Richiesta di Certificazione alla Federazione Italiana Mindfulness

Una volta in possesso della documentazione che attesti la partecipazione al programma di formazione per Terapeuti MBCT e aver adempiuto agli obblighi essenziali come conduttore di gruppi MBCT sotto la supervisione di un supervisore mindfulness accreditato, il candidato (anche attraverso l'ente di formazione) può presentare domanda di certificazione ufficiale come Terapeuta MBCT alla Federazione Italiana Mindfulness e iscrizione al Registro Italiano Mindfulness ([www.albonazionalemindfulness.it](http://www.albonazionalemindfulness.it)). La certificazione garantisce anche l'utilizzo dei marchi registrati.

La richiesta di certificazione alla Federazione Italiana Mindfulness e la successiva iscrizione al Registro Nazionale Mindfulness sono gratuiti.

Queste linee guida garantiscono che la formazione dei Terapeuti MBCT sia rigorosa e di alta qualità, assicurando che i praticanti siano adeguatamente preparati a implementare le pratiche di mindfulness. Per ulteriori chiarimenti o informazioni, la Federazione Italiana Mindfulness rimane a disposizione.

Federmindfulness