

**VERBALE DELLA PROCEDURA DI VALUTAZIONE COMPARATIVA PER IL CONFERIMENTO DI 1 POSIZIONE DI RESEARCH ASSISTANT NEL SETTORE "MINDFULNESS TRAINING", PER LE ESIGENZE DELL'UNITÀ DI RICERCA MOMILAB, EMANATA CON DD N. 1182(33).VII.1.09.02.22**

Il giorno 21/02/2022 alle ore 13:30 si riunisce in via telematica la Commissione di Selezione nominata con Decreto del Direttore n. 1554(49).VII.1.17.02.22 per l'espletamento della procedura sopra specificata, così costituita:

- Prof. Emiliano Ricciardi, Professore Ordinario, Scuola IMT Alti Studi Lucca;
- Dott.ssa Sonia D'Arcangelo, Intesa Sanpaolo Innovation Center S.p.A.;
- Dott. Francesco Bossi, Research Collaborator (AR), Scuola IMT Alti Studi Lucca.

[OMISSIS]

La Commissione di Selezione ricorda i tratti salienti del profilo bandito:

**Titolo:** *Mindfulness Training*

**Categoria:** *Research Assistant*

**Campi:** consapevolezza, riduzione dello stress, gestione dello stress, regolazione emotiva, focalizzazione e pianificazione

**Profilo:** Trainer esperto e certificato in pratiche di Mindfulness.

**Attività:** Il trainer si occuperà di pratiche online di mindfulness rivolte ai lavoratori di Intesa Sanpaolo dediti al mestiere di Business Coach in Azienda (NS-ICA).

In particolare, il trainer effettuerà pratiche online di autoconsapevolezza (basate sull'uso di pratiche di mindfulness e meditazione di consapevolezza) - ispirate al protocollo per la riduzione dello stress "Mindfulness-Based Stress Reduction" (o "Intervento di Mindfulness") - con focus sulla capacità di gestione dello stress, di regolazione emotiva, di focalizzazione e pianificazione.

Alcuni esempi delle pratiche guidate che saranno effettuate dal trainer sono: meditazione seduta, body scan, meditazione camminata, meditazione sui pensieri e sul respiro, mindful yoga.

L'attività avrà una durata totale di 8 settimane. Una volta alla settimana, il trainer presenterà la pratica della settimana in una sessione online con il Gruppo Sperimentale (per un totale di 8 sessioni online su Teams). Ogni meeting (della durata di 60 minuti) prevederà un primo momento di presentazione delle tematiche della pratica della settimana, un momento esperienziale, in cui verrà guidata la pratica a favore dei partecipanti, ed infine una parte di Q&A, nella quale il trainer accoglierà i dubbi e le condivisioni dei partecipanti, rispondendo alle loro domande riguardanti la pratica di mindfulness. All'appuntamento settimanale il trainer potrà eventualmente essere assistito da un Ricercatore della Scuola IMT.

Il trainer inoltre fornirà ai partecipanti delle audioguide di mindfulness che serviranno agli stessi per effettuare in autonomia ulteriori 3 sessioni (della durata di 15-20 minuti ciascuna) alla settimana.

**Progetto di ricerca:** "Analisi dell'impatto di pratiche di mindfulness e di training cognitivi su colleghi Intesa Sanpaolo dediti al mestiere di Business Coach in Azienda" (NS-ICA) codice P0229, CUP: D69J21019460007;

**Unità di Ricerca:** MOMILAB

**Durata:** 4 mesi

**Importo lordo complessivo:** 6.122,00 €

**Requisiti obbligatori:**

- iscrizione all'Ordine degli Psicologi;
- psicoterapeuta o specializzando in scuola di psicoterapia (diversi approcci);
- abilitazione all'amministrazione di protocolli MBSR.

**Requisiti specifici:**

- esperienza di somministrazione di protocolli mindfulness su popolazioni specifiche (es: età evolutiva o gruppi clinici);
- ulteriori esperienze nell'ambito della Mindfulness.

La Commissione di Selezione precisa che la selezione si svolgerà soltanto sulla base dei titoli, tenendo conto delle specifiche del profilo e dei requisiti indicati nel bando. La valutazione si sostanzierà in un giudizio complessivo, corredato da un punteggio che costituirà la graduatoria finale. La Commissione ha a disposizione 10 punti per la valutazione dei titoli e stabilisce che risultano ammessi in graduatoria i candidati che abbiano superato tale valutazione con un punteggio totale minimo di 6 punti su 10.

[OMISSIS]

Alle ore 14:15 la seduta è tolta.