

Periodo di riferimento 2023-25

SSD (sigla/denominazione in extenso):

PSIC-04/A Psicologia Dinamica

Personale docente afferente all'SSD e ruolo

Ciro Conversano – Professore Associato M-PSI/07

Descrizione degli ambiti di ricerca del personale afferente al SSD:

Le attività di ricerca si concentrano sui processi psicologici alla base del benessere e della sofferenza mentale, con particolare attenzione a mindfulness, regolazione emotiva, interocezione e dinamiche di personalità. Le principali linee comprendono: studi su interventi mindfulness e compassion-based in popolazioni cliniche e non cliniche; ricerca in psicologia dinamica sui meccanismi di difesa, il funzionamento personologico e le relazioni terapeutiche; analisi dei correlati psicologici di condizioni mediche (dolore cronico, infertilità, disturbi funzionali, menopausa) e dei comportamenti a rischio (uso problematico di internet, dipendenze); indagini psicofisiologiche e mind-body (sincronizzazione cardiorespiratoria, interocezione, paradigmi sperimentali con eye-tracking e BCI); contributi nell'ambito della psicologia della salute, della comunicazione medico-paziente e della psicologia ambientale, con attenzione ai processi di adattamento ai cambiamenti ecologici.

Didattica nel SSD (titolatura, docente e CdS):

PSIC-04/A

- “*Promozione della salute*” - CdS Psicologia Clinica e Scienze Comportamentali 2025/2026, 2024/2025, 2023/2024
- “*Scienze della mindfulness*” - CdS Psicologia Clinica e Scienze Comportamentali 2025/2026, 2024/2025
- “*Tirocinio pratico valutativo - 3 anno*” - CdS Scienze e Tecniche di Psicologia Clinica e Sperimentale 2025/2026
- “*Psicologia Dinamica*” – CdS Scienze e Tecniche di Psicologia Clinica e della Salute 2022/2023

- “CIP - La Comunicazione In Sanità: Approcci e Strumenti Per un Dialogo Efficace” – CdS Medicina e Chirurgia 2025/2026

PSIC-04/B

- “Interventi di prevenzione e di promozione della salute” - Cds Psicologia Clinica e della Salute 2023/2024, 2022/2023
- “Interventi di psicoterapia” - Cds Psicologia Clinica e della Salute 2023/2024, 2022/2023

Altri insegnamenti coerenti con MPSI/07 e /08 senza indicazione di SSD sul sito Unipi:

- “APPROCCIO AL PAZIENTE - corso teorico pratico” - CdS Anestesia, Rianimazione, Terapia Intensiva e Del Dolore 2024/2025, 2023/2024
- “APPROCCIO AL PAZIENTE - corso teorico pratico” - CdS Audiologia e Foniatria 2024/2025, 2023/2024
- “APPROCCIO AL PAZIENTE - corso teorico pratico” - CdS Medicina Fisica e Riabilitativa 2024/2025, 2023/2024

Inoltre sono docente per il Master di Neuroscienze, Mindfulness, Pratiche contemplative dell’Università di Pisa per 24 ore annue (argomento docenza: Mindfulness nell’approccio clinico) e svolgo Docenze per i Corsi di Perfezionamento da me Diretti quali:

- Contemplative Studies: dalle antiche tradizioni spirituali alle neuroscienze (2025)
- Fine vita: Stati di coscienza, Antiche tradizioni e Nuove Terapie (2023-in corso)
- La Mindfulness Psicosomatica nelle relazioni di aiuto: basi teoriche e pratiche per ridurre lo stress e riconnettere corpo, mente ed emozioni (2023/2024)
- Pratiche Dialogiche nelle organizzazioni Complesse. Facilitatore del dialogo per team e gruppi (2023-in corso)
- “Performance Coaching” Sport & Management (2024)

Pubblicazioni scelte

1. Ciacchini, R., Villani, S., Miniati, M., Orrù, G., Gemignani, A., & **Conversano, C.** (2025). Addressing Psychological Distress in College Students Through Mindfulness Training: A Pre-Post Intervention Across Three Cohorts with Different Delivery Methods. International Journal of Environmental Research and Public Health, 22(7), 1027.

2. Ciacchini, R.*, **Conversano, C.***, Orrù, G., Scafuto, F., Sabbatini, S., Paroli, M., ... & Crescentini, C. (2024). About Distress in Chronic Pain Conditions: A Pre–Post Study on the Effectiveness of a Mindfulness-Based Intervention for Fibromyalgia and Low Back Pain Patients. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 21(11), 1507. ***These authors contributed equally to this work and should be considered co-first authors.**
3. **Conversano, C.**, Di Giuseppe, M., & Lingiardi, V. (2023). Case report: changes in defense mechanisms, personality functioning, and body mass index during psychotherapy with patients with anorexia nervosa. *Frontiers in psychology*, 14, 1081467.

Lista completa delle pubblicazioni: <https://arpi.unipi.it/cris/rp/rp22803>

Progetti e fonti di finanziamento (titolo e riferimenti):

- MOONSHINE – ProMOting and mOdelliNg phySiological syncHronization In iNfertile couplEs. Membro collaborante per la U.O. di Psicologia Clinica (AOUP) nel progetto coordinato dal Dipartimento di Ingegneria dell'Informazione, finanziato nell'ambito del PRIN 2022 – Progetti di Ricerca di Interesse Nazionale, sostenuti dall'Unione Europea – Next Generation EU. Il progetto studia la sincronizzazione fisiologica nelle coppie con infertilità. Università di Pisa.
- La realtà del futuro. Storia e modelli della capacità predittiva della mente umana. Membro collaborante nel progetto del Dipartimento di Civiltà e Forme del Sapere, finanziato dall'Università di Pisa nell'ambito dei “PRA – Progetti di Ricerca di Ateneo” (PRA_2022–2023). Il progetto indaga le basi storiche, teoriche e cognitive della capacità predittiva umana.
- Progetto speciale per la didattica, MINDhEARTH – Mindfulness, Ecopsicologia e Riconnessione con la Natura. Organizzatore e vincitore del bando per i progetti speciali della didattica per questo progetto, che è stato un progetto di ricerca-azione integrante le pratiche di mindfulness con i principi dell'ecopsicologia. Il percorso, articolato in oltre quaranta ore, ha favorito l'elaborazione emotiva, la costruzione di resilienza, la maturazione di un senso di interdipendenza e l'emergere di forme di attivismo consapevole negli studenti partecipanti. Università di Pisa.

- Membro collaborante all'interno del PNRR- Ecosistema Innovazione: "Life Science in Tuscany" - Spoke 3: "Advanced technologies, methods and materials for human health and well-being" - Subproject 7: "Public engagement, emotional aspects on art exposure and therapeutical approaches", 2022-in Corso. Il progetto indaga la comunicazione medico-sanitaria in prospettiva interculturale, sviluppando strumenti e metodologie per migliorare l'interazione tra il personale sanitario e i pazienti di diverse origini linguistiche e culturali. Università di Siena e Università di Pisa.

Progetti non finanziati:

- MINDinWORK – Mindfulness for the Management of Insomnia and Work-Related Stress (2025). Membro collaborante nell'intervento mindfulness rivolto agli operatori sanitari per la riduzione dell'insonnia e dello stress lavoro-correlato. **Università di Pisa.** (delibera n.32/2025)
- SAFE – Stress e Attivazione Fisiologica ed Empatia nella ricerca con gli animali. Studio dedicato ai correlati psicologici e fisiologici dello stress e dell'empatia nelle interazioni con gli animali, con implicazioni per il benessere umano e animale. **Università di Pisa.** (delibera n. 71/2025)
- P.A.C.E. – Presenza, Attenzione, Compassione, Emozioni" Progetto dedicato alla valutazione dell'efficacia di interventi scolastici mirati a potenziare abilità di mindfulness, compassione e autoregolazione emotiva nei bambini della scuola primaria, con possibile estensione alla scuola secondaria di primo grado. L'iniziativa prevede il coinvolgimento di sei scuole suddivise in gruppi Mindfulness, Compassione e controllo, tramite laboratori strutturati condotti da psicologi e valutati attraverso questionari e misure oggettive delle funzioni esecutive e del benessere psicosociale. **Università di Pisa.** (delibera n. 35/2025)
- CORTSTRESS25 - Dosaggio del cortisolo nelle unghie come indicatore del livello di stress in soggetti sani Progetto di ricerca volto a valutare il cortisolo ungueale come biomarcatore dello stress cronico e a esplorare la sua relazione con lo stress percepito, attraverso l'integrazione di misure psicologiche e biochimiche. L'obiettivo è validare un indicatore innovativo e stabile dell'esposizione al cortisolo, utile per comprendere i meccanismi psicofisiologici dello stress e le sue implicazioni sulla salute. **Università di Pisa** (delibera n. 61/2025).

- Mindfulness e salute mentale negli adolescenti e nei giovani adulti - Ricerca finalizzata a valutare lo stato di salute mentale di adolescenti e giovani adulti attraverso questionari self-report, con l'obiettivo di identificare fattori di rischio e di protezione nello sviluppo di psicopatologia in età adulta. Il progetto prevede la compilazione online del consenso informato e di una batteria di questionari, in una o più sessioni. **Università di Pisa** (delibera n. 2/2023)
- Studio per la prevenzione del dolore cronico e della fibromialgia nell'infanzia - **Università di Pisa** (delibera n. 11/2023)
- C.A.R.E. – Compassion Across the Lifespan: Regulation and Enhancement. Progetto dedicato allo studio della compassione lungo l'arco di vita, con particolare attenzione ai processi di regolazione emotiva e ai fattori che ne favoriscono lo sviluppo. **Università di Pisa e Università di Firenze**.
- ANCHOR – A miNd–body approaCH to cognitive and emotional well-being. Ricerca che indaga gli effetti di un intervento mindfulness sul controllo attentivo e sulla resilienza allo stress, utilizzando un sistema di brain–computer interface per la valutazione neurofisiologica. **Università di Pisa e Firenze**.
- Metodologie e applicazioni dell'eye-tracking nella ricerca psicologica: un approccio psicométrico. Progetto che comprende un primo studio basato sul paradigma Deese/Roediger-McDermott (DRM), volto a esplorare le illusioni della memoria attraverso misure oculometriche. **Università di Pisa**.

Attività di terza missione connesse (divulgazione, eventi, etc)

Organizzazione o contributo in organizzazione di **seminari terza missione**

- Contributo organizzativo della presentazione della **trilogia Scienza e filosofia nei classici buddhisti indiani**. Evento dedicato alla presentazione della trilogia a cura di Thupten Jinpa, con traduzione di Fabrizio Pallotti. L'iniziativa illustrerà la visione buddhista della realtà attraverso il mondo materiale, la mente e le scuole filosofiche indiane, ponendo in relazione le antiche tradizioni e le prospettive neuroscientifiche contemporanee. **Università di Pisa**, 15 Dicembre 2025.
- **Sulle orme del respiro** – Pratiche Zen, dialogo filosofico e mindfulness. Giornata seminariale che ha intrecciato insegnamenti Zen, pratiche contemplative e riflessione filosofica. Gli interventi hanno affrontato i koan, la mindfulness per bambini e il ruolo

trasformativo del dialogo filosofico, offrendo un percorso multidisciplinare sul respiro, sul sé e sulla consapevolezza. **Università di Pisa**, 23 gennaio 2025.

- **MindAction per il Giardino dei Giusti** – L'azione consapevole per il benessere in natura. Happy Hour della Tecnica e della Scienza. Intervento dedicato allo sviluppo del benessere personale e collettivo attraverso pratiche di consapevolezza in natura e progettazione partecipata di uno spazio verde scolastico. L'attività ha integrato elementi di mindfulness, ecopsicologia e educazione civica per promuovere consapevolezza, cura dell'ambiente e responsabilità comunitaria. **Università di Pisa**, 11 aprile 2025.
- **Environmental Turbulence – The Inversion of Normal Life.** Organizzatore del Seminario che esplora il concetto di Environmental Turbulence, un termine utilizzato per descrivere l'impatto psicosociale dei cambiamenti ambientali indesiderati, come esposizioni nocive, rischi ambientali e cambiamenti climatici. Sulla base di migliaia di interviste, osservazioni e analisi documentali, la teoria proposta da Michael Edelstein illustra come la vita quotidiana possa essere “invertita” dai processi di contaminazione, con ricadute sulla cognizione (lifescape), sul comportamento (lifestyle) e sulla dimensione emotiva (lifestrain). Seminario con intervento di Ludmila Smirnova (Professor Emerita of Education at Mount Saint Mary College, Newburgh (USA)). **Università di Pisa**, 29 Aprile 2025.
- **Disconnection and Reconnection – The Role of Sustainability in Resolving the Conundrum of Modernity.** Organizzatore del Seminario che ha affrontato il tema della disconnessione contemporanea dagli ecosistemi naturali e dalle relazioni sociali, analizzando come la sostenibilità possa offrire strumenti per ricostruire legami e significati. Ospite internazionale: Prof. Michael Edelstein, Professor Emeritus of Environmental Psychology, Ramapo College of New Jersey (USA). **Università di Pisa**, 15 Maggio 2025.
- **Presentazione della trilogia “Scienza e filosofia nei classici buddhisti indiani”.** Organizzazione all'evento dedicato alla presentazione dell'opera in tre volumi curata da Thupten Jinpa e tradotta in italiano da Fabrizio Pallotti, che affronta il mondo materiale, la mente e le principali scuole filosofiche dell'India buddhista. L'incontro ha proposto

una lettura contemporanea delle tradizioni filosofiche e contemplative. **Università di Pisa**, 15 dicembre 2024.

- **Livelli di coscienza e addestramento mentale.** Nel contesto delle attività del Master in Neuroscienze, Mindfulness e Pratiche Contemplative, l’Università di Pisa ha ospitato due seminari condotti dal Ven. Lobsang Samten. Questo, il secondo seminario incentrato sull’analisi dei diversi livelli della coscienza secondo la tradizione buddhista e sulle tecniche di addestramento mentale orientate allo sviluppo dell’attenzione, della consapevolezza e della stabilità interiore. Relatore ospite: Ven. Lobsang Samten, Abate emerito del Drepung Loseling Monastery (University). **Università di Pisa**, 6 novembre 2024.
- **Scienza e filosofia nei classici buddhisti indiani.** Nel contesto delle attività del Master in Neuroscienze, Mindfulness e Pratiche Contemplative, l’Università di Pisa ha ospitato due seminari condotti dal Ven. Lobsang Samten. Questo seminario è stato il primo e fu dedicato all’esplorazione dei fondamenti filosofici e scientifici presenti nei classici buddhisti indiani, con particolare attenzione ai modelli della mente, alle pratiche contemplative e al dialogo tra epistemologia buddhista e ricerca contemporanea. **Università di Pisa**, 5 novembre 2024.
- **India, Sera Jey University:** Questa presentazione seminariale all’Università Monastica ha offerto una panoramica del nostro percorso clinico e di ricerca sulla mindfulness, mostrando come gli interventi basati sulla meditazione possano migliorare il benessere di pazienti e professionisti della salute attraverso evidenze scientifiche ed esperienze cliniche. 5 Luglio 2024.
- **Plum Village a Pisa – Incontri e conferenze.** due giornate di consapevolezza guidate dai monaci e dalle monache di Plum Village, con meditazioni, discorsi di Dharma, camminate meditative e momenti di dialogo con la comunità studentesca. L’iniziativa ha promosso benessere, presenza e cultura della pace all’interno del contesto universitario. **Università di Pisa**, 28–29 aprile 2024.
- **La comunicazione medico-paziente nell’era digitale.** Seminario rivolto alla comunità medica e agli studenti, dedicato alle sfide comunicative nell’epoca digitale. Gli interventi hanno esplorato il ruolo della comunicazione nella relazione terapeutica, la fiducia medico-paziente e le competenze di public speaking applicate al contesto sanitario. **Università di Pisa**, 16 febbraio 2024.

- “**La via di uscita è dentro**” – Workshop di consapevolezza. Workshop esperienziale condotto da Phap Ban, monaco di Plum Village, focalizzato sul passaggio dal pensare al sentire, attraverso pratiche di presenza, ascolto profondo e meditazione. L'incontro ha proposto un percorso di consapevolezza rivolto alla comunità universitaria e sanitaria. **Università di Pisa**, 27 settembre 2023.
- Visita dei Monaci Jampa Thakchoe e Jampa Soepa all’Università di Pisa, organizzazione di un seminario del 18 luglio 2023 dedicato all’esplorazione dei livelli della coscienza e delle pratiche meditative nella tradizione buddhista tibetana, guidato dai monaci esperti per approfondire le differenze tra meditazione e la comprensione della natura della mente.

Docenze

- *Lectio Magistralis* per Giornata della Gentilezza (14 novembre 2025) - <https://youtu.be/y1dEzJLdU3s?si=BVOy-9FmGz2x1NWV> (857 visualizzazioni al 09.12.2025). Evento cittadino e universitario dedicato alla promozione della gentilezza come valore sociale e relazionale. La giornata ha incluso l’inaugurazione della panchina viola, una lectio magistralis del Prof. Ciro Conversano e attività partecipative rivolte a studenti e cittadini. Università di Pisa.
- *Lectio Magistralis* al XXI Congresso COMMISSIONE NAZIONALE Corsi di Studio in Igiene Dentale; Intervento dal titolo “L’igienista dentale nella relazione con il paziente; aspetti psico-emotivi e di comunicazione consapevole”. 09/06/2023. Pisa.

Altro

- Pubblicazione del **libro**: Conversano, C. (2025). *La pratica della compassione* (13 novembre 2025). RCS MediaGroup. In Edicola e con il Corriere della Sera.
- Membro del **Comitato Scientifico** del XXXIII Congresso Nazionale A.I.R.I.P.A. “BES e Disturbi dell’Apprendimento”, Pisa, 19–20 settembre 2025. (online e in presenza)
- Mindfulness, compassione e crescita personale. **Intervista YouTube – 14 gennaio 2025**: Intervista al Prof. Ciro Conversano dedicata a mindfulness, compassione e benessere psicologico, con approfondimenti su applicazioni nelle scuole, gestione

dello stress, possibili effetti avversi e integrazione tra scienza e pratiche contemplative.
1698 visualizzazioni al 9.12.2025.

- Conversano, C. (2025, 14 novembre). *Salute di genere e comunicazione generativa*. Webinar ATMAR – Comunicare la salute di genere nelle malattie autoimmuni reumatologiche, Associazione A.T.Ma.R.
- Relatore: Ne Parliamo in Sapienza – Arte del Confronto: Dialogo tra Generazioni 21 ottobre 2023. Intervento del Prof. Ciro Conversano dedicato al dialogo tra generazioni nell'ambito della rassegna “Ne Parliamo in Sapienza”, promossa dal CIDIC dell'Università di Pisa. L'incontro ha esplorato il significato del confronto come pratica di riconoscimento reciproco, ascolto responsabile e ricerca di somiglianze e differenze, all'interno di un percorso più ampio dedicato alle diverse forme del dialogo pubblico (1008 visualizzazioni al 9.12.2025)