

## MBCT -SPECIALIST

4ª Edición - Barcelona 2019

**Formación especializada para profesores del programa  
Terapia Cognitiva basada en Mindfulness  
(Mindfulness-Based Cognitive Therapy - MBCT)**

El programa MBCT es una integración de Mindfulness con la ciencia cognitiva. En el Reino Unido, el Instituto Nacional para la Excelencia Clínica (NICE), recomienda el programa MBCT como una prioridad para implementar en el servicio de salud para las personas con depresiones recurrentes. Este enfoque está ahora siendo adaptado a través de la investigación y una cuidadosa práctica clínica para otros tipos de poblaciones, tanto clínica como general. Este seminario ayudará a los participantes a reflexionar sobre su impartición del MBCT, tanto en términos de su proceso personal como de las intenciones y justificación que lo sustentan.

Su propósito es desarrollar fluidez en la integración de los aspectos psicológicos con la enseñanza de Mindfulness. Un seminario de 5 días, no residencial, enfocado en la comprensión y aprendizaje de los aspectos característicos del programa MBCT

## Barcelona, del 4 al 8 de diciembre 2019



## ¿QUÉ IMPLICA?

Esta formación ofrece a los participantes una oportunidad de centrarse en las intenciones y características del programa MBCT. Es también una ocasión para desarrollar y perfeccionar habilidades y explorar la integración de la moderna ciencia cognitiva con la sabiduría proveniente de las tradiciones contemplativas.

Una parte del tiempo transcurrirá practicando juntos y en grupos pequeños y grandes de reflexión e investigación, mientras aprendemos de la experiencia individual y colectiva. Los participantes tendrán oportunidades de practicar sus habilidades para la enseñanza y explorar su proceso y propia experiencia. Otra parte del tiempo se dedicará a la enseñanza de conceptos.

## LAS INSTRUCTORAS



Pamela Duckerin. Es profesora, formadora de formadores y supervisora con el Centre for Mindfulness Research and Practice (CMRP) de la Universidad de Bangor. Trabaja como Terapeuta cognitivo-conductual en un servicio de atención primaria en salud mental, donde, desde 2010, implementó el programa MBCT. Desde entonces imparte MBCT a pacientes con depresiones recurrentes y otras condiciones. Entrena y supervisa a instructores e imparte cursos específicos en MBCT a personal del NHS (Servicio Nacional de Salud del Reino Unido).



Estrella Fernández. Es psicóloga cognitivo-conductual, instructora, formadora de formadores y supervisora del programa MBCT. Guest Trainer del Centre for Mindfulness Research and Practice (CMRP) de la Universidad de Bangor, dirige el itinerario de formación de profesores de MBCT con el CMRP y la Asociación española de Mindfulness y Compasión. Entrena y supervisa a instructores e imparte cursos específicos en MBCT a población general y profesionales sanitarios.

## ¿PARA QUIÉN ES EL PROGRAMA?

Este curso está abierto tanto a profesores de Mindfulness experimentados que podrán refrescar su práctica personal y de enseñanza y también a nuevos profesores que están en las primeras fases de desarrollo de sus habilidades de enseñanza. Es particularmente conveniente para clínicos que quieran implementar el programa MBCT en contextos de salud y es relevante para todos aquellos que deseen desarrollar una mayor claridad sobre cómo sintonizar y responder a las vulnerabilidades específicas de los participantes en los cursos de 8 semanas.

### Todos los participantes deben:

- Haber realizado un curso MBCT fundacional, de ocho semanas o formato intensivo, impartido por un profesor acreditado .(1)
- Tener establecida una práctica personal en Mindfulness.
- Haber participado en un Retiro de Formación de Profesores – (TTR1) o equivalente (por ejemplo, experiencia en la integración de Mindfulness en su contexto profesional).
- Experiencia profesional o conocimientos equivalentes y experiencia en las poblaciones a los que el programa va dirigido.

(1) Excepcionalmente, tendrán acceso los participantes cuyo curso fundacional haya sido un MBSR, si han realizado el TTR1 y han sido supervisados individualmente en los aspectos específicos del MBCT.

## MBCT-SPECIALIST

### IDIOMA

Una parte del curso será impartida en inglés con traducción consecutiva al castellano

### FECHAS Y HORARIOS

Del 4 al 8 de diciembre de 2019

Miércoles, 4 diciembre de 2019, de 15 h a 19h.

Jueves, 5 diciembre de 2019, de 9 h a 17 h.

Viernes, 6 diciembre de 2019, de 9 h a 17 h.

Sábado, 7 diciembre de 2019, de 9 h a 17 h.

Domingo, 8 diciembre de 2019, de 8 h a 16 h.

### LUGAR DE IMPARTICIÓN

#### Casa Sant Felip Neri

C/ Nena Casas 37-47.  
08017 Barcelona, ESPAÑA

<https://casaespiritualitat.barcelona/>

## MBCT SPECIALIST

### INVERSIÓN

Matrícula Reducida (hasta el 30 de octubre de 2019)

Pago Único: **670 €** (No soci@s)

**640 €** (soci@s AEmind)

Matrícula No Reducida (a partir del 31 de octubre de 2019)

Pago Único: **690 €** (No soci@s)

**670 €** (soci@s AEmind)

**Es posible fraccionar el pago de la matrícula:** La primera mitad con la inscripción, la segunda mitad hasta el 5 de noviembre de 2019.

**A efectos de reducción de matrícula se computará la fecha de ingreso del primer plazo.**

**La cuota de matrícula incluye docencia, materiales y diploma.**

**Atención: A efectos del coste de la matrícula tendrán la condición de Soci@s quienes lo sean de pleno derecho y se encuentren al corriente del pago de la cuota en el momento de emitirse la presente convocatoria.**

## PROCESO DE INSCRIPCIÓN

La solicitud de inscripción se realiza a través del formulario web debidamente cumplimentado:

<https://mbct-spain.com/formulario-de-inscripcion-teacher-training-retreat-1-ttr1-2020>

Una vez revisada la solicitud, recibirás un correo de confirmación de admisión con información sobre cómo realizar el pago de la matrícula. Deberás remitir el justificante de ingreso a [formacion@mbct-spain.com](mailto:formacion@mbct-spain.com)

Las plazas son limitadas.

## POLITICA DE CANCELACIÓN

- Únicamente aceptaremos cancelaciones por escrito (enviadas por correo electrónico o certificado postal)
- Devolución del 90% si la cancelación se solicita antes de un mes del inicio del curso.
- No se realizará devolución alguna del pago:
  - Si la cancelación se solicita dentro de un mes antes del inicio del curso. En caso de fuerza mayor, se podrá optar por realizar el curso en la siguiente edición.
  - Una vez iniciada la formación, se podrá estudiar la posibilidad de recuperar las sesiones no realizadas, en ediciones posteriores.

*"MBCT-Spain se reserva la posibilidad de cancelar un evento en el caso de que no se cubran las plazas. En este caso se le devolverá al alumno el dinero abonado por este curso, pero MBCT-Spain no se hará cargo del coste del transporte y/o alojamiento".*

## ORGANIZA E INFORMA



E-mail: [formacion@mbct-spain.com](mailto:formacion@mbct-spain.com)

Tel.: +34 649 32 81 35

(de 9h. a 14h. lunes a viernes)