

MBCT SPECIALIST

5^a Edición - Online 2021

Para desarrollar fluidez en la integración de los procesos psicológicos con la enseñanza de Mindfulness

El programa MBCT es una **integración de mindfulness con la ciencia cognitiva**. La guía NICE recomienda su implementación de forma prioritaria en el servicio público de salud para personas con depresiones recurrentes. A través de la investigación y una cuidadosa práctica se ha adaptado a otros tipos de poblaciones, tanto clínica como general. Este seminario ayudará a **reflexionar sobre las intenciones y justificación que lo sustentan**.

Seminario de 5 días, correspondiente al Itinerario de formación oficial de profesores del programa MBCT

26, 27, 28 de noviembre, 4 y 5 de diciembre 2021

A decorative horizontal band featuring a close-up, artistic view of green leaves with prominent white veins, creating a complex, organic pattern.

Formación **especializada para profesores del programa MBCT (Terapia cognitiva basada en Mindfulness)** que quieren desarrollar comprensión y fluidez en los aspectos característicos del programa.

Impartido por el Centre for Mindfulness Research & Practice (CMRP) - Universidad de Bangor

¿QUÉ IMPLICA?

Esta formación es 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, en grupos pequeños y grandes de reflexión e investigación, aprendiendo 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.

PARA QUIÉN ES ESTE PROGRAMA

Este seminario está abierto tanto a profesores de mindfulness experimentados que podrán refresca 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 8 semanas impartido por un profesor acreditado (excepcionalmente tendrán acceso los participantes cuyo curso fundacional haya sido un MBSR, si han realizado el TTR1 y han sido supervisados en los aspectos específicos del programa MBCT).
- Tener establecida una práctica personal en mindfulness
- Haber participado en una Formación de profesores (TTR1 o equivalente)

Alison Evans PhD



Alison es co-fundadora y directora ejecutiva de la organización *The Mindfulness Network*, además de *Senior Trainer* del equipo del *Centre for Mindfulness Research and Practice* (CMRP) de la Universidad de Bangor.

Del 2008 al 2017 fue profesora titular de la Universidad de Exeter y trabajó como formadora y terapeuta MBCT. Dirigió la formación de postgrado y el Itinerario de formación específico en MBCT del servicio de *Mejora de Acceso a Terapias Psicológicas* (IAPT- *Improving Access to Psychological Therapies*) dentro del Servicio Nacional de Salud (NHS- *National Health Service*) del Reino Unido. También dirigió el Servicio de Terapia cognitiva basada en Mindfulness del

National Health Service(NHS) dentro de la clínica AccEPT.

Alison tiene un enfoque particular en la capacitación de supervisión basada en mindfulness.

Estrella Fernández



Estrella es profesora, formadora de profesores y supervisora del *Centre for Mindfulness Research and Practice* (CMRP) de la Universidad de Bangor. Estrella cuenta con más de 25 años de experiencia como psicóloga en ámbitos clínicos, de salud y de empresa y es docente en distintas universidades y escuelas de negocio. Dirige el Itinerario de Formación de Profesores de MBCT del CMRP en España.

Entrena y supervisa a profesores e imparte cursos de MBCT a población general, clínica y a profesionales sanitarios.

IDIOMA

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

FECHAS Y HORARIOS

26, 27, 28 de noviembre, 4 y 5 de diciembre 2021

Viernes, 26 de noviembre, de 15h a 19h

Sábado, 27 de noviembre, de 9.30h a 17.30h

Domingo 28 de noviembre, de 9.30h a 17.30h

Sábado, 4 de diciembre, de 9.30h a 17.30h

Domingo, 5 de diciembre, de 9.30h a 17.30h

*Horario preliminar (puede estar sujeto a algún cambio)

LUGAR DE IMPARTICIÓN

ONLINE - VIDEOCONFERENCIA en directo

INVERSIÓN (Docencia, materiales y diploma asistencia)

Matrícula reducida (hasta el 30 de octubre 2021)

Pago único: **670 €**

Matrícula NO reducida (a partir del 30 de octubre 2021)

Pago único: **690 €**

posible

fraccionar el pago de la matrícula: La primera mitad con la inscripción, la segunda mitad hasta el 5 de noviembre de 2021.

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

La cuota de matrícula incluye docencia, materiales y diploma

FORMA DE INSCRIPCIÓN

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

<https://mbct-spain.com/formulario-de-inscripcion-seminario-mbct-specialist-online>

Una vez revisada la solicitud, recibirás un correo de confirmación de admisión con

POLÍTICA DE CANCELACIÓN

información sobre cómo realizar el pago de la matrícula. Deberás remitir el justificante de ingreso a formacion@mbct-spain.com

- Únicamente se aceptarán cancelaciones por escrito (enviadas por correo electrónico o certificado postal)
- Devolución del 90% si la cancelación se solicita antes de 1 mes del inicio del curso.
- No se realizará devolución alguna del pago:
 - Si la cancelación se solicita dentro del mes anterior al 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.

ORGANIZA E INFORMA

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.

E-mail: formacion@mbct-spain.com

Tel.: +34 649 32 81 35

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

www.mbct-spain.com