

SOLICITUD DE PREINSCRIPCIÓN

Reducción del Estrés Basado en *Mindfulness*. Programa de MBSR para profesionales de la Salud

Docente: Andrés Martín Asuero – Instructor acreditado de MBSR

Fechas de celebración: 20 de abril, 5 de mayo, 25 y 26 de mayo y 8 de junio de 2012

NOTA IMPORTANTE: Con el fin de evitar problemas con la matrícula, por favor, complete con letra legible todos los datos requeridos en el formulario

Nombre _____ Apellidos _____
DNI nº _____ Dirección _____ Prov. _____ Cód. Postal _____
Población _____ Telef. móvil _____ Fax _____
Telef. Fijo _____
E-mail (en mayúscula) _____

Situación laboral

- Profesional (especificar especialidad y centro de trabajo) _____
 Desempleado (especificar especialidad) _____
¿Ha realizado el curso de MBSR? Sí No
¿Ha hecho algún retiro? Sí No ¿Duración? _____
¿Desea que le remitamos información periódica de nuestras actividades? Sí No

Fecha: ____ / ____ / ____ Firma del interesado: _____

Docente

Andrés Martín Asuero

Licenciado en Ciencias y DEA en Psicología, en el año 2004 se formó en el Programa de Reducción del Estrés basado en *Mindfulness* (MBSR) del *Center for Mindfulness in Medicine, Health Care and Society* de la Facultad de Medicina de la Universidad de Massachusetts, bajo la dirección de Jon Kabat Zinn, obteniendo el grado de profesor.

Desde entonces ha realizado el programa en un centenar de ocasiones, acumulando una experiencia docente de más de 2000 horas.

Es autor del libro "Con rumbo propio" y de diversas publicaciones en revistas científicas y de divulgación. Su trabajo científico sobre *mindfulness* mereció el Premio a la investigación REIDE 2005 otorgado por la Fundación Kovacs.

Fechas de celebración

Sesión 1ª: 20 de abril de 2012
Sesión 2ª: 5 de mayo de 2012
Sesión 3ª: 25 de mayo de 2012
Sesión 4ª: 26 de mayo de 2012
Sesión 5ª: 8 de junio de 2012

Horario

Mañana: 9 – 14 horas
Tarde: 15'30 – 18'30 horas

Material

Los participantes recibirán dos dossiers: uno con la descripción detallada de las sesiones y las técnicas, y otro con material complementario para enriquecer, ampliar y personalizar el programa a necesidades específicas.

Practicum MBRS Aprender a Enseñar *Mindfulness*

Andrés Martín Asuero

Instructor acreditado de MBRS por el Centro Médico de la Universidad de Massachusetts

Solicitada la acreditación de actividad de Formación Continuada (Conselleria de Sanidad)

Solicitado el Reconocimiento de Interés Técnico-Profesional del Colegio Oficial de Psicólogos

Grupo reducido

Plazas por riguroso orden de matrícula

Organiza e Informa



Gran Vía Germanías, 17 Planta 1 Pta. 3
46006 Valencia
☎ 963 81 00 50 Fax 963 25 50 63
e-mail: infocursos@inval-ivp.es
www.inval-ivp.es

La relevancia actual del *mindfulness* en el ámbito de la salud es incuestionable. Esta realidad científico-profesional trae aparejada la necesidad de formación de los profesionales en técnicas no conceptuales, que tienen un importante componente experiencial, así como del aprendizaje de nuevas herramientas para enseñar efectivamente estas técnicas a pacientes y a profesionales.

En los últimos años hemos realizado un esfuerzo considerable por acercar fundamentos, métodos y aplicaciones de *mindfulness*, de forma que los profesionales pudieran enriquecerse tanto personal como profesionalmente de esta aproximación. Sin embargo, la práctica ha desvelado otra realidad: la enseñanza de *mindfulness* requiere una metodología docente específica; hay una distancia notable entre la práctica de *mindfulness* y las habilidades para transmitirlo a los pacientes.

En este curso pretendemos abordar ese aspecto del entrenamiento al que se ha prestado una insuficiente atención. Para ello, ofertamos este taller de 42 horas de duración, similar al que imparte el *Center For Mindfulness* de la Facultad de Medicina de la Universidad de Massachusetts, que complementa el curso de MBRS y que facilita el acceso al *Teacher's Development Intensive* de dicho Centro, el último curso de la formación de instructores de MBRS.

Los profesionales que cursen este taller obtendrán los instrumentos y la metodología necesaria para organizar e impartir el programa MBRS en su praxis profesional, al tiempo que mejorarán significativamente su pericia para trabajar con *mindfulness* en su práctica profesional.

Requisitos de Acceso

1. Haber completado el curso de MBSR
2. Acreditar su práctica personal de *mindfulness*
3. Haber asistido a un retiro de silencio de al menos 5 días.

Objetivos

- Conocer dinámicas y contenidos del programa MBRS para organizarlo e impartirlo.
- Entrenar la capacidad personal para experimentar y transmitir los fundamentos del programa de forma efectiva y competente.
- Familiarizarse con las posibilidades MBRS para poder adaptarlo a pacientes, clientes o usuarios diversos en distintos formatos.
- Profundizar en los fundamentos de la Conciencia Plena como herramienta de transformación profunda de las personas.
- Facilitar el acceso al *Teacher's Development Intensive*, del *Center For Mindfulness* de la Universidad de Massachusetts, que es el último curso de la formación de instructores acreditados de MBRS.

Los participantes aprenderán a liderar prácticas de conciencia plena y a preparar las sesiones de entrenamiento.

El grupo será muy reducido (menos de 20 personas) y se combinarán presentaciones, ejercicios, meditación y diálogo.

El programa consta de cinco sesiones presenciales además de una dedicación personal entre sesiones para lecturas y prácticas en casa.

Además del certificado de asistencia, se podrá obtener un certificado de aprovechamiento.

Duración total del curso 42 horas

Inscripción

Para formalizar la matrícula en este curso, deberá seguirse el siguiente procedimiento:

- 1^o **Preinscripción:** Los profesionales interesados deberán remitir el formulario de preinscripción debidamente cumplimentado* por fax o por correo electrónico a:

INVAL-Instituto Valenciano de Psicología®
Departamento de Formación
Fax: 963 25 50 63
e-mail: infocursos@inval-ivp.es

- 2^o **Matrícula:** Una vez aceptada la solicitud se contactará con el interesado para proceder a la formalización de la misma, que será efectiva únicamente cuando se haya efectuado el abono y la organización la ratifique por escrito al interesado.

Tarifas

Pronto pago (antes del 28 de marzo)

- Pago único: 560 Euros
- Pago aplazado:
 - Plazo 1^o (hasta 28 de marzo): 300 E
 - Plazo 2^o (hasta 2 de mayo): 150 E
 - Plazo 3^o (hasta 4 de junio): 150 E

Ordinaria (después del 28 de marzo)

- Pago único: 650 Euros

* La información personal recogida en la solicitud será informatizada a los solos efectos de tramitación de la matrícula de este curso. Los datos aportados por los solicitantes no serán cedidos a terceros, ni utilizados para otros fines, salvo consentimiento expreso de los interesados. De acuerdo a la legislación vigente, se puede ejercer el derecho de acceso, oposición, modificación y cancelación de los datos dirigiéndose a la entidad organizadora.