



3ª Edición					
Título	MINDFULNESS APLICADA A LA PSICOTERAPIA				
Referencia:	1603				
Organiza	Colegio Oficial de Psicología de Bizkaia				
Lugar	COP Bizkaia • Rodríguez Arias, 5 - 2º - 48008 Bilbao • Teléfono de contacto: 944 795 270. • E-mail: bizkaia@cop.es • www.copbizkaia.org				
Fechas	29 de enero, 5, 12 y 19 de febrero 2016				
Duración	20 horas				
Horario	De 9:30 a 14:30				
Descripción	<p><i>La práctica del Mindfulness ha adquirido gran notoriedad en los últimos años. Esta práctica se caracteriza por una atención sostenida en la experiencia del momento presente; supone una mirada de auto-aceptación, libre de juicio y compasiva sobre uno mismo y los procesos por los que transitamos en cada momento. Atendiendo al momento presente aparece información sensorial, procesos de pensamiento, emociones, sensaciones propioceptivas, corporales, dolores, tareas, recuerdos etc...</i></p> <p><i>Los beneficios para la salud del ejercicio regular de esta práctica han sido ampliamente demostrados (Grossman, 2003). Su utilización en Psicología clínica y Psicoterapia van mucho más allá según indica la APA (Davis, 2011). Puede ser una herramienta útil independientemente del modelo teórico utilizado.</i></p> <p>La práctica del Mindfulness, también llamada Atención presente, será presentada no solo como un lugar de calma, relajación o manejo del stress, sino como espacio desde donde poder observar lo que ocurre dentro de cada uno (hábitos, patrones, fantasías, miedos, euforias, tensiones, dependencias...) y utilizarlo en el trabajo clínico.</p> <p>Esta práctica ofrece grandes posibilidades para atender a lo que ocurre en la relación terapéutica. Por medio del Mindfulness el terapeuta puede ser muy consciente de los procesos transferenciales y contratransferenciales presentes en el trabajo clínico, incluyendo la información corporal propia, más allá de discernimientos meramente cognitivos.</p> <p>Mindfulness también se presenta como una forma muy interesante de generar "información ascendente" en el paciente. La información ascendente "bottom up" es reconocida como uno de los aspectos fundamentales en el tratamiento del trauma, la disociación (Van der Kolk, 1994, Odgen, 2006) y el cambio personal.</p>				
Objetivos	<ul style="list-style-type: none">- Descubrir la práctica del Mindfulness.- Entender las implicaciones de la Neurobiología Interpersonal, la Resonancia Límbica y la Teoría Polivagal en el trabajo clínico.- Mindfulness en Relación Terapéutica: Presencia Amorosa- "Lo corporal" como fuente de información para el cambio (procesamiento ascendente).- Presentar escenarios reales de aplicación del Mindfulness en la práctica clínica (varios enfoques, cognitivo, psicodinámico, humanista, corporal..)				
Metodología	<ul style="list-style-type: none">- Teórica intercalada con prácticas experienciales y en vivo.<ul style="list-style-type: none">▪ Tiempo para la Práctica del Mindfulness▪ Lecturas recomendadas (algunas en inglés)▪ Experimentos en Atención Plena▪ Sesiones terapéuticas en vivo utilizando la práctica.▪ Supervisión de Casos clínicos utilizando el Mindfulness en distintas orientaciones clínicas o psicoterapéuticas.				
Docente	Carlos Ramirez Garcia (Ver C.V.)				
Cuota de inscripción	<table border="1"><tr><td>Colegiados/as</td><td>165 €</td></tr><tr><td>No Colegiados/as</td><td>215 €</td></tr></table>	Colegiados/as	165 €	No Colegiados/as	215 €
Colegiados/as	165 €				
No Colegiados/as	215 €				
Normas de inscripción	<ul style="list-style-type: none">➤ Rellenar y enviar: inscripción online.➤ Imprescindible remitir el justificante de ingreso de la fianza (10% del total del importe del curso). Indicando: Nombre, Apellidos y referencia del curso. Esta se devolverá si el curso no se realizase. No se devolverá si la persona interesada renuncia a la plaza.➤ Nº de cuenta para el pago: Caja Laboral, ES-27 3035-0122-82-1220020410➤ Las inscripciones se asignarán por riguroso orden de recepción.➤ Una vez recibida la inscripción completa el/la interesado/a recibirá un e-mail de confirmación de la recepción de inscripción. Una vez finalizado el plazo de inscripciones el COP Bizkaia se pondrá en contacto para informar de la admisión.				
Pago Cuota Curso	El resto del pago se realizará mediante transferencia bancaria antes del comienzo del curso en las fechas que el COP indique.				
Certificación Oficial	Para la obtención del título se requiere la asistencia mínima del 80% de las clases lectivas.				