



esMindfulness
DESARROLLO PERSONAL
www.esmindfulness.com

Programa
Profesionales
Barcelona
Marzo 2020

Barcelona, 29 Marzo a el 5 Abril, 2020

Programa desarrollo Instructores de Mindfulness 7ª ed. Curso Capacitación en MBSR®

Un seminario residencial de 8 días para profesionales interesados en reforzar sus competencias y en completar su formación como instructor en MBSR. Está impartido por instructores certificados con amplia experiencia y larga práctica de meditación.

Este seminario completa el ciclo de instrucción MBSR, iniciado con el **Practicum**, permitiendo revisar, refinar y ampliar tanto habilidades de facilitación como los conocimientos sobre el programa. Tiene los siguientes objetivos:

1. Profundizar en los Elementos didácticos y pedagógicos de MBSR.
2. Perfeccionar el guiado de practicas, meditaciones y yoga.
3. Mejorar el estilo como facilitador de diálogos y dinámicas de grupo.
4. Conocer a fondo la mecánica interna y particularidades de MBSR.
5. Revisar la Preparación de materiales y organización de cursos.

El Seminario de Capacitación en MBSR incluye:

- Siete días de formación intensiva residencial de tipo retiro.
- Investigación exhaustiva en los fundamentos de MBSR.
- Exploración de la identidad y la integridad como instructor.
- Refuerzo de la práctica personal de las disciplinas de MBSR.
- Participación en una comunidad de aprendizaje, dando y recibiendo feed-back sobre las habilidades de docencia, y prácticas guiadas.
- Acreditación como Instructor de MBSR formado por Inst. esMindfulness.
- Acceso a la Asociación Profesional de Instructores de MBSR de España www.mbsr-instructores.org y la IMTA, international Mindfulness Teachers Association www.imta.org

Para participar en este seminario es necesario:

- Haber realizado el Practicum MBSR con un instructor certificado.
- Haber acabado recientemente 2 retiros de Mindfulness (5-10 días).
- Haber impartido al menos un programa MBSR o un taller Mindfulness.
- Practicar Mindfulness de forma sostenida y comprometida.
- Tener experiencia profesional en docencia, salud, o cambio social.

El programa es residencial y Los precios del alojamiento, para el programa, en pensión completa son: 495 € para Hab. doble compartida y 740 € para Hab. Individual (con IVA y tasas). Si se necesita ayuda para compartir habitación se debe indicar en la inscripción. El hotel está al borde de la playa, así que disfrutaremos del mar y la playa, con paseos meditativos.

Impartido por ANDRÉS MARTÍN ASUERO - Biólogo, MBA y Doctor en Psicología, Instructor MBSR Certificado por Center for Mindfulness de la Univ. de Massachusetts y el IRTA. Introdutor del Programa MBSR en España en 2004, fundador de Instituto esMindfulness SL. **Instituto esMindfulness** facilita programas de formación para Instructores de Mindfulness desde 2010, con más de 200 graduados.

FECHAS Y HORARIO

Comenzamos el Domingo 29 a las 17:00 y termina el 5 a las 14:00h.

LUGAR

Hotel Ciudad de Castelldefels***
www.grup-soteras.com Paseo de la Marina, 212 08860 Castelldefels (Barcelona) Tel:93 665 1900 Estación de FFCC Castelldefels y del aeropuerto

PRECIO

La matrícula son 1.950 €. Incluye el manual del Instructor y un PENDRIVE con Bibliografía. El alojamiento y manutención es aparte.

INSCRIPCIONES

practicum@esmindfulness.com
Las plazas son limitadas.

La reserva de plaza exige un pago parcial de 300€ y cumplir unos requisitos. Hay que solicitar plaza. Se valoran los méritos y la experiencia de solicitante.

