

CAPACITACIÓN INSTRUCTOR DE MBSR® XII EDICIÓN ONLINE

Del 3 de octubre al 10 de diciembre de 2022

Programa online de 100 horas, combinando 6 seminarios Capacitación, con la experiencia impartir en grupo el programa MBSR durante 8 semanas. Diseñado para profesionales interesados en reforzar sus competencias y en completar su acreditación como Instructor de MBSR. Formación requerida para la certificación por International Mindfulness Teachers Association (www.imta.org)

Programa acreditado para Formación de Instructores de Mindfulness y MBSR®

Programa formativo online facilitado por videoconferencia participativa (zoom) dirigido **Dr Andrés Martín Asuero** e impartido por **Amaia Helguera**, Lic. en Derecho, Instructora MBSR Certificada por el IMTA y Coach acreditada CPCC. Además durante la formación participarán parte de su equipo formativo del **Instituto esMindfulness**, todos instructores MBSR certificados.

Este seminario completa el ciclo de instrucción MBSR, iniciado con el Nivel 1-**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.
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:

- 6 seminarios de formación online directo de investigación exhaustiva en los fundamentos de MBSR.
- 8 sesiones MBSR expertise online: practica real como Instructor.
- 8 sesiones MBSR observador participante.
- Retiro Vipassana de 5 o más días online o presencial* (el alojamiento no entra dentro de la matrícula y se costea a parte)
- Participación en una comunidad de aprendizaje, dando y recibiendo feed-back sobre las habilidades de docencia, y prácticas guiadas.

Para participar en este seminario es necesario:

1. Haber realizado el Practicum MBSR con un instructor certificado.
2. Haber impartido al menos un programa MBSR o el equivalente a 30hs de formación en Mindfulness.
3. Practicar Mindfulness de forma sostenida y comprometida.

- **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

Desglose de formaciones:

6 Seminarios en directo -30h

1, 15 y 29 octubre; 12, 26 noviembre;
10 Diciembre. Sábados de 15:00-20:00

MBSR Expertise - 16h.

8 Sesiones semanales

Del 4 de octubre al 22 de Noviembre.
Martes por la tarde de 18:30 a 20:30h

MBSR OP - 29h.

8 Sesiones semanales

Del 6 de octubre al 26 de Noviembre.
Martes por la tarde de 18:30 a 21:00h

Curso MBSR online - 25h

Material complementario disponible un el Campus Virtual

RETIRO

Retiro online o presencial. 2 opciones:
Verano el 28 agosto al 3 de septiembre.
Invierno del 2 al 7 de Diciembre.2022

PRECIO

La matrícula es 2200€,

La reserva de plaza requiere un
avance de 300 €



CAPACITACIÓN INSTRUCTOR DE MBSR® XIII EDICIÓN INTENSIVO PRESENCIAL

Del 16 al 23 de abril de 2023

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 dos instructores certificados con amplia experiencia y larga práctica de meditación.

Programa acreditado para Formación de Instructores de Mindfulness y MBSR®

Este seminario completa el ciclo de instrucción MBSR, iniciado con el Nivel 1-**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:

- 8 días de formación intensiva residencial.
- 8 sesiones MBSR observador participante online directo o presencial.
- Retiro Vipassana de 5 o más días online o presencial* (si desea participar presencialmente el alojamiento se costea a parte)
- Participación en una comunidad de aprendizaje, dando y recibiendo feedback sobre las habilidades de docencia, y prácticas guiadas.
- 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 acreditarse es necesario cumplir con estos requisitos:

1. Haber realizado los seminarios Practicum y Capacitación en MBSR.
2. Haber participado en 2 retiros de Mindfulness (>5 días).
3. Haber impartido al menos un programa MBSR o 20hs talleres Mindfulness.
4. Practicar Mindfulness de forma sostenida y comprometida.

Los precios del alojamiento, en pensión completa son: 585 € para Hab. compartida (3 max) y 990 € para Hab. Individual (con IVA y tasas incluidas).

*Es posible que tengamos que cambiar de localización y precio, pero mantendremos la zona de Barcelona y notificaremos cualquier incremento de precio en el alojamiento.

Impartido por : **ANDRÉS MARTÍN ASUERO** - Biólogo, MBA y Doctor en Psicología, Instructor MBSR Certificado por CfM de Univ de Massachusetts y la **IMTA**. 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.

SEMINARIO CAPACITACIÓN

Fechas y horario:

Comenzamos el domingo 16 a las 18:00 y termina domingo el 23 a las 14:00h.

Hotel Ciudad Castelldefels***

Paseo de la Marina 212, 08860 Castelldefels (Barcelona) El hotel está situado cerca de la estación FFCC y el Aeropuerto.
www.gruo-soteras.com

También incluye:

MBSR OP - 29h.

8 Sesiones semanales
Martes por la tarde de 18h a 21h

Curso MBSR online - 25h

Material complementario disponible un el Campus Virtual

RETIRO

Retiro online o presencial. 2 opciones:
Verano el 28 agosto al 3 de septiembre.
Invierno del 2 al 7 de Diciembre.2022

PRECIO de la matrícula es 2200€

La reserva de plaza requiere un avance de 300 €

