

En Madrid a 27 de Marzo de 2015

A quién pueda interesar

Renata Cortés Vieira ha completado el **Curso Practicum en MBSR**, realizado en Madrid durante los días comprendidos del 22 al 27 de Marzo de 2015, bajo la dirección de Andrés Martín Asuero, Doctor en Psicología e Instructor Certificado de MBSR por el Centro Médico de la Universidad de Massachusetts (EEUU).

El Practicum es un seminario de 50 horas del Programa de **Formación de Instructores en MBSR** (Reducción de Estrés mediante Mindfulness o Conciencia Plena). Este seminario complementa el Curso MBSR de 8 semanas, también realizado por los asistentes, con lo que la formación presencial en MBSR alcanza las 80 horas. Además de las sesiones presenciales, la elaboración de trabajos y prácticas personales relacionadas con este programa suponen al menos 70 horas más, con lo que el tiempo total dedicado al programa MBSR es de más de 150 horas.

La admisión en el Practicum está limitada a aquellas personas que cuentan con experiencia profesional en los campos de la salud, educación o cambio social, además de haber demostrado una práctica personal en técnicas de meditación y haber completado un retiro de al menos cinco días en silencio practicando Mindfulness.

Con el Practicum, un profesional alcanza el primer nivel de instrucción en MBSR, suficiente para impartir charlas, módulos, terapias o sesiones cortas. Si el profesional desea impartir MBSR debe participar en otro curso MBSR como observador-participante antes de impartir su primer curso MBSR. Después de impartir algunos cursos MBSR como "Instructor en prácticas" el profesional debe realizar el **Curso de capacitación MBSR**, para finalizar su instrucción.

Con mis mejores deseos,



Andrés Martín Asuero
Dr. Psicología
Fundador de **Instituto EsMindfulness**
www.esmindfulness.com