DATOS GENERALES

Curso académico	
Tipo de curso	Experto Universitario
Número de créditos	11,00 Créditos ECTS
Matrícula	650 euros (importe precio público)
Requisitos de acceso	Licenciados y graduados en Psicología, Medicina, Enfermería, y profesionales sanitarios o trabajadores del ámbito de la salud con titulación Universitaria. Estudiantes a los que les quede menos de un 10% para obtener su título de grado, condicionados a la obtención del título en el mismo año académico.
Modalidad	Presencial
Lugar de impartición	Fundación Universidad-Empresa
Horario	Viernes de 16 a 21 horas y sábados de 9 a 14 horas. Algunos miércoles de 16 a 21 horas, Divendres de 16 a 21 hores i dissabtes de 9 a 14 hores. Alguns dimecres de 16 a 21 hores

Dirección

Organizador	Departament de Personalitat, Avaluació i Tractaments Psicològics
Dirección	Inmaculada Montoya Castilla Profesora Titular de Universidad. Departament de Personalitat, Avaluació i Tractaments Psicològics. Universitat de València. José Gil Martínez Profesor/a Asociado de Universidad. Departament de Personalitat, Avaluació i Tractaments Psicològics. Universitat de València

Plazos

Preinscripción al curso	Hasta 10/12/2021
Fecha inicio	Enero 2022
Fecha fin	Febrero 2022

Más información

Teléfono	961 603 000
E-mail	informacion@adeituv.es

PROGRAMA

Mindfulness

1.1. Introducción a la atención plena
1.2. Taller práctico de meditación
1.3. Compasión y autocompasión
1.4. Efectos del mindfulness sobre la estructura y función cerebral
1.5. Aplicación terapéutica del mindfulness
1.5.1. Aplicación en problemas de salud mental (ansiedad, depresión, estrés postraumático)
1.5.2. Alimentación y atención plena
1.5.3. Aplicación en problemas de salud física
1.5.4. Mindfulness aplicado en infancia
1.5.5. Mindfulness y compasión
1.5.6. Taller práctico en adicciones
1.6. Terapia de aceptación y compromiso
1.7. Terapia dialéctico comportamental

PROFESORADO

Lorena Alonso Llácer

Psicóloga. Junta Asociada Provincial de Valencia AECC

Alejandro Camacho Alpuente

Psicólogo. Psicoterapeuta con Consulta Privada. Especialista en Mindfulness y Mindful Eating

María del Mar del Pino Martínez

Psicóloga. Comunidad Terapéutica de Proyecto Hombre Valencia

Raúl Espert Tortajada

Profesor Titular de Universidad, Departament de Psicobiologia, Universitat de València.

José Gil Martínez

Profesor/a Asociado de Universidad. Departament de Personalitat, Avaluació i Tractaments Psicològics. Universitat de València

Inmaculada Montoya Castilla

Profesora Titular de Universidad. Departament de Personalitat, Avaluació i Tractaments Psicològics. Universitat de València.

María Vicenta Navarro Haro

Profesora Ayudante Doctor. Universidad de Zaragoza. Licenciatura en Psicología

Vicente Miguel Tomás Gradolí

Coordinador - Psicológo. Unidad de Conductas Adictivas (UCA)-Catarroja de la Generalitat Valenciana

Laura Villena Guirao

Asesora en Gestión educativa y consultora privada. Psicóloga-psicoterapeuta

OBJETIVOS

Las salidas profesionales que tiene el curso son:

La importancia de las técnicas de meditación (mindfulness) en la sociedad actual es cada vez más evidente, una sociedad que vive con excesivas prisas, con excesivo apego, que no acepta el fracaso y que se olvida de vivir el presente necesita reflexionar entorno a la actitud de las personas en la vida. Cada vez existen más pruebas neuropsicológicas que indican la importancia de la meditación para la salud de las personas, sus efectos beneficiosos en las enfermedades crónicas, pacientes oncológicos, con dolor crónico, depresión, ansiedad, estrés, enfermedades respiratorias; niños con déficit de atención, cuidadores de enfermos crónicos, ...Son múltiples las áreas de intervención para el profesional que se forma en mindfulness

Conocer la práctica del mindfulness y su aplicación Favorecer la autoconciencia en el momento presente Practicar la atención plena
Conocer los efectos del mindfulness sobre la estructura y función cerebral
Aplicar las técnicas de mindfulness en diferentes poblaciones (niños, adolescentes, adultos)
Aplicar las técnicas de mindfulness a diferentes situaciones (problemas de salud física, de salud mental, alimentación, adicciones)

METODOLOGÍA

Las clases se estructuran con contenidos teóricos básicos para situar el marco conceptual que se aborda en el experto A continuación, se plantea la parte práctica donde el alumno puede reflexionar sobre la parte teórica y llevarla a cabo a través de ejercicios. Se dedica especial atención a la parte práctica y de experimentación de la teoría.