



Asociación Española de
Mindfulness y Compasión



MBCT-TTR2

TEACHER TRAINING RETREAT - ETAPA 2

(1ª Edición en España)



Teacher Training Retreat - Etapa 2

Un programa intensivo de 7 días residenciales, correspondiente a la Etapa 2 del Itinerario de formación oficial en MBCT

Impartido EN CASTELLANO e INGLÉS por el Centre for Mindfulness Research and Practice (CMRP)⁽¹⁾ de la Universidad de Bangor en colaboración con la Asociación Española de Mindfulness y Compasión (AEMind)

1ª Edición - MADRID, del 20 al 27 de Agosto, 2019

Una oportunidad para implicarse en un proceso grupal y personal diseñado para:

- Profundizar en la práctica personal de Mindfulness
- Desarrollar habilidades para impartir enfoques basados en Mindfulness, con especial énfasis en guiar prácticas esenciales y en la indagación

⁽¹⁾**Acerca del Centre for Mindfulness Research and Practice (CMRP)**

El Centre for Mindfulness Research and Practice (CMRP) es un centro de excelencia en Mindfulness, dentro de la School of Psychology de la Universidad de Bangor. Fue creado por Mark Williams como centro pionero de investigación. Allí se llevó a cabo el primer gran ensayo controlado y aleatorio sobre el programa MBCT para la depresión recurrente. Desde entonces mantiene su liderazgo como centro de excelencia, tanto en investigación, como en la formación y capacitación a profesionales en intervenciones basadas en Mindfulness.

¿PARA QUIÉN ES ESTE PROGRAMA?

El TTR2 se dirige a participantes que:

- Hayan completado el Retiro de Formación de Profesores Nivel 1 (Teacher Training Retreat level 1 - TTR1) con el CMRP.
- Hayan impartido un mínimo de tres programas MBCT de ocho semanas
- Hayan participado en retiros de meditación Mindfulness guiados y en silencio de una semana de duración.

En consecuencia, los participantes habrán ido más allá de las primeras exploraciones del formato del currículum del programa MBCT y estarán en un punto de su desarrollo en que pueden explorar formas de:

- Refinar las habilidades existentes.
- Desarrollar más en profundidad la comprensión de la enseñanza y sus temas subyacentes, extraídos de los diferentes mundos de la ciencia y el dharma.
- Indagar en la "persona del profesor", la forma en que cada uno de nosotros se relaciona consigo mismo, los participantes como individuos, el grupo y el proceso de enseñanza en sí.

ENSEÑAR A IMPARTIR INTERVENCIONES BASADAS EN MINDFULNESS

Una de las prioridades del *Centre for Mindfulness Research and Practice* es establecer estándares rigurosos para la formación y desarrollo de instructores de Mindfulness. El TTR2 es uno de los hitos formativos de la **Etapa 2 del Itinerario de formación oficial de profesores en MBCT** (consultar itinerario) y está diseñado para responder a la creciente necesidad de que los profesores de Mindfulness profundicen en su proceso de desarrollo y aprendizaje.

¿QUÉ IMPLICA EL PROGRAMA?

Esta formación de siete días, en formato retiro, es una oportunidad para profundizar y desarrollar las habilidades y el conocimiento involucrados en la enseñanza de enfoques basados en Mindfulness.

Parte del tiempo lo pasaremos juntos en silencio mientras practicamos, y otra parte reflexionando en grupos grandes y pequeños a medida que aprendemos interactivamente, a través de nuestra experiencia individual y colectiva. Los participantes tendrán la oportunidad de guiar prácticas e investigar sus experiencias personales y las de los co-participantes y recibirán feedback detallado del instructor y sus compañeros para apoyar el aprendizaje.

EL TEACHER TRAINING RETREAT –ETAPA 2 (TTR2)

Este programa tiene como intención ayudar a los participantes a desarrollar la capacidad y la confianza para enseñar desde la inmediatez de su propia experiencia. Esto tiende a crecer a partir de una experiencia profunda de la práctica, del proceso de enseñanza y del formato del programa. Desde el punto de vista del desarrollo, muchos profesores encuentran que su confianza de saber lo que se necesita se va desarrollando hasta el punto de que pueden, de alguna manera, soltar el aferrarse estrictamente a la enseñanza y relacionarse con todo el proceso desde un lugar más amplio y espontáneo.

El aprendizaje se llevará a cabo a través de:

- Diálogo de grupo facilitado.
- Ejercicios de pequeños grupos y parejas, practicando y enseñando los elementos centrales del programa.
- Simulación de interacciones de sesiones de grupos.

Este retiro de formación comenzará con un tiempo de orientación y bienvenida, seguido de dos días de práctica guiada y en silencio, durante los cuales habrá oportunidad de mantener entrevistas individuales con los profesores. La intención de estos dos días es facilitar la transición y el acceso a una consciencia más amplia y más profunda que será la base y el fundamento de los procesos de desarrollo posteriores.

En definitiva, la intención es crear un proceso de grupo que proporcione seguridad y confianza y un ambiente de aprendizaje abierto y amplio que estimule la creatividad y la espontaneidad.

LOS INSTRUCTORES (TRAINERS)

Los instructores del programa son miembros *senior* del equipo de profesores del Centre for Mindfulness Research and Practice (CMRP) que se desplazan a Madrid para la impartición del TTR2.

Vanessa Hope, Trainer y miembro del equipo de profesores del *Centre for Mindfulness Research & Practice*. Bangor University. MBCT *Teacher, Trainer and Supervisor*.

Taravajra: Trainer y miembro del equipo de profesores del *Centre for Mindfulness Research & Practice*. Bangor University. MBCT *Teacher, Trainer and Supervisor*.

IDIOMA

Castellano e Inglés, no siendo necesario conocimiento del idioma inglés.

FECHAS Y HORARIOS

Del 20 al 27 de agosto de 2019 – 1ª Edición

Comienza el día 20 de agosto a las 16h

Finaliza el 27 de agosto a las 14h

(Nota: la comida del 27 de agosto, está incluida en el curso con horario de 14h a 15h)

LUGAR DE IMPARTICIÓN Y ALOJAMIENTO

Centro **Santa María de los Negrals**
C/ San Pedro Poveda, 2.
28430 - Los Negrals – Madrid
Web: santamariadelosnegrals.org
Teléfono: 918 500 400

SÓLO SE ADMITEN 24 ALUMNO/AS

INVERSIÓN (Docencia + Alojamiento y manutención)

Inversión Docencia:

Matrícula reducida* (**hasta el 5 de julio 2019**):

Pago único:	1.650 €	(Soci@s AEMind: 1.560 €)
Pago fraccionado**:	1.750 €	(Soci@s AEMind: 1.660 €)

Matrícula NO reducida (**a partir del 6 de julio 2019**):

Pago único:	1.750 €	(Soci@s AEMind: 1.660 €)
Pago fraccionado**:	1.850 €	(Soci@s AEMind: 1.760 €)

Este precio incluye alojamiento, dietas, docencia, materiales y diploma.

**A efectos de reducción de matrícula se computará la fecha de ingreso del primer plazo.*

La mitad del importe al efectuar la inscripción y **el resto antes del 1 de agosto 2019.

Alojamiento y Manutención:

El precio del **alojamiento con pensión completa está incluido en el precio**
Las habitaciones son individuales con baño.

FORMA DE INSCRIPCIÓN

Remitir formulario de inscripción debidamente cumplimentado, junto con CV actualizado a:
formacion@aemind.es.

Las plazas están limitadas a 24 alumnos y serán asignadas conforme lleguen las solicitudes.

Una vez recibida confirmación de admisión, deberá remitirse el **justificante de ingreso de la matrícula (inversión docencia + inversión alojamiento y manutención)** a: coordinadora@aemind.es

La Caixa IBAN ES 74 2100 0728 29 0200225393

POLÍTICA DE CANCELACIÓN:

- Únicamente aceptaremos cancelaciones por escrito (enviadas por correo electrónico o certificado postal).
- Devolución del 50% si la cancelación se solicita antes de 1 mes del inicio del curso.
- No se realizará devolución alguna del pago:
 - Si la cancelación se solicita dentro de 1 mes antes del inicio del curso. En caso de fuerza mayor, se podrá optar por realizar el curso en la siguiente edición.
 - Una vez iniciada la formación, se podrá estudiar la posibilidad de recuperar las sesiones no realizadas, en ediciones posteriores.

"AEMind se reserva la posibilidad de cancelar un evento en el caso de que no se cubran las plazas. En este caso se le devolverá al alumno el dinero abonado por este curso, pero AEMind no se hará cargo del coste del transporte"



Asociación Española de
Mindfulness y Compasión



ORGANIZA E INFORMA

Asociación Española de Mindfulness y Compasión (AEMind)

Administración AEMind: C/ Barraix nº31, 1º - 46015 VALENCIA

Teléfono de atención al usuario (de 9.00 a 14.00 horas): 687 31 68 66

E-mail: formacion@aemind.es

Web: www.aemind.es

Síguenos en facebook **f**