



Universidad de Concepción

EDUCACIÓN Ψ CONTINUA
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA

MINDFULNESS

INTRODUCCIÓN A TÉCNICAS
E INTERVENCIONES

IV VERSIÓN

NOVIEMBRE
2019
CONCEPCIÓN



41-2204214



Centro de atención psicológica
CAPSI UDEC - Víctor Lamas 1290



SOBRE EL CURSO

DESCRIPCIÓN GENERAL

Curso teórico-práctico orientado a conocer los fundamentos de Mindfulness, tanto en sus bases neurobiológicas y psicológicas, y en el cual la práctica personal de mindfulness es un eje transversal durante el programa. Se profundizará en los distintos modelos de Mindfulness y sus aplicaciones prácticas para la ejecución de intervenciones grupales en diversos contextos y poblaciones.

OBJETIVO GENERAL

Desarrollar conocimientos teóricos y competencias prácticas para el diseño de intervenciones y talleres grupales basados en mindfulness.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Conocer fundamentos teóricos de mindfulness.
2. Conocer los fundamentos y aplicaciones de intervenciones basadas en mindfulness.
3. Desarrollar capacidades para realizar intervenciones basadas en mindfulness.
4. Desarrollar habilidades y competencias para la práctica personal y aplicación de mindfulness en diversos contextos

CONTENIDOS

- Práctica personal de mindfulness
- Fundamentos neurobiológicos y teóricos de mindfulness
- Modelos, intervenciones y aplicaciones de Mindfulness
- Intervenciones basadas en mindfulness en el área infantil

41-2204214



Centro de atención psicológica
CAPSI UDEC - Víctor Lamas 1290



CONTACTANOS

METODOLOGIA

Las clases son de tipo expositivas, teórico – prácticas y de presentación de casuísticas. Tanto las actividades teóricas como prácticas tienen un carácter complementario para alcanzar los objetivos propuestos para el curso.

DESTINATARIOS

El curso está orientado a profesionales y estudiantes avanzados de Psicología y disciplinas afines. Se requerirá compromiso de práctica personal.

EVALUACION Y REQUISITOS DE APROBACIÓN

EVALUACION:

- Presentación de taller (oral y escrito) 70%
- Ejercicio de práctica 30%

ASISTENCIA:

Requisito de Asistencia: 90%

Duración:

Curso semanal, clases presenciales sábado en la mañana (09:00 a 14:00 hrs)

Horario de clases: Sábados 9:00 A 14:00

Arancel: \$450.000.- más \$50.000.- de matrícula

Forma de Pago: 3 cheques, tarjeta de crédito a través del mall virtual de la Universidad o transferencia bancaria.



41-2204214



Centro de atención psicológica
CAPSI UDEC - Victor Lamas 1290

CONTACTANOS

SOBRE EL CURSO

FECHA	CONTENIDO	DOCENTES
23 de noviembre	Módulo Introdutorio Fundamentos de mindfulness	Mabel Urrutia
30 de noviembre	Taller de práctica 1 Fundamentos	Cristián Oyanadel
7 de diciembre	Taller de práctica 2 Intervenciones de Mindfulness en el área infantil	Cristian Oyanadel
14 de diciembre	Taller de Práctica 3 Intervenciones de Mindfulness en el área infantil	Cristian Oyanadel
21 de diciembre	Taller de práctica 4 Intervenciones basadas en mindfulness	Bárbara Porter
28 de diciembre	Taller de práctica 5 Intervenciones basadas en mindfulness	Bárbara Porter
11 de enero	Supervisión de práctica/Evaluación	Bárbara Porter/ Cristian Oyanadel
18 de enero	Supervisión de práctica/Evaluación	Cristián Oyanadel

41-2204214



Centro de atención psicológica
CAPSI UDEC - Víctor Lamas 1290



CONTACTANOS

EQUIPO DOCENTE

Cristián Oyanadel, Psicólogo Universidad de La Serena, Terapeuta Familiar y de Parejas Instituto Chileno de Terapia Familiar. Máster en Psicología de la Salud y Doctor Europeo en Psicología, grupo de investigación CTS-261 “Psicofisiología clínica y promoción de la salud” del Mind, Brain and Behavior Research Center de la Universidad de Granada, España. Ha realizado su formación tutorial en meditación mindfulness con el profesor Dr. Frank Donker de la Universidad de Nijmegen. Director del grupo SerenaMente dedicado al estudio y aplicaciones de mindfulness y time perspective therapy en salud mental. Académico del Departamento de Psicología de la Universidad de Concepción. Área de Investigación: Percepción del tiempo y mindfulness.

Mabel Urrutia, Profesora de castellano, Licenciada en Educación, Universidad del Bío-Bío, Chile. Doctora en Psicología en Neurociencia Cognitiva, Universidad de la Laguna, España. Doctora en Lingüística (Psicolingüística), Universidad de Concepción. Magíster en Lingüística (Psicolingüística), Universidad de Concepción. Académica del programa de Doctorado en Psicología de la Universidad de Concepción. Área de investigación: Neurociencia cognitiva y educación, Comprensión del lenguaje a través de técnicas electrofisiológicas, Exclusión social, Motivación y emoción.

Bárbara Porter, Psicóloga Clínica de la Pontificia Universidad Católica de Chile. Psicoterapeuta acreditada por el Colegio de Psicólogos de Chile y la Sociedad Chilena de Psicología Clínica. Candidata a Doctora en Psicología, Universidad de Concepción. Ha realizado su formación en mindfulness con sus principales exponentes a nivel mundial, tanto en las aplicaciones para adultos (Jon Kabat Zinn, Saki Santorelli, Fernando de Torrijos en Omega Institute/ U. Massachusetts Medical School), como de niños (Amy Saltzman, Christopher Willard). Certificada en el Programa Mindful Schools. Estudiante de Doctorado en Psicología de la Universidad de Concepción. Autora del libro “La Vida es Ahora: Los Beneficios de Mindfulness en el día a día”, publicado por El Mercurio Aguilar el año 2013.



41-2204214



Centro de atención psicológica
CAPSI UDEC - Victor Lamas 1290

CONTACTANOS



Universidad de Concepción

EDUCACIÓN Ψ CONTINUA

DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA

MINDFULNESS

INTRODUCCIÓN A TÉCNICAS E INTERVENCIONES
IV VERSIÓN

