

## Taller teórico-práctico

SABADO 25 de mayo de  
2019 (de 10h a 14h y de  
15h30 a 19h30)

Amarna Zenter  
Paseo de la Castellana 219  
Madrid

Plazas limitadas

Precio: psicólogos  
colegiados 95 euros / otros  
120 euros



Información e  
inscripciones:

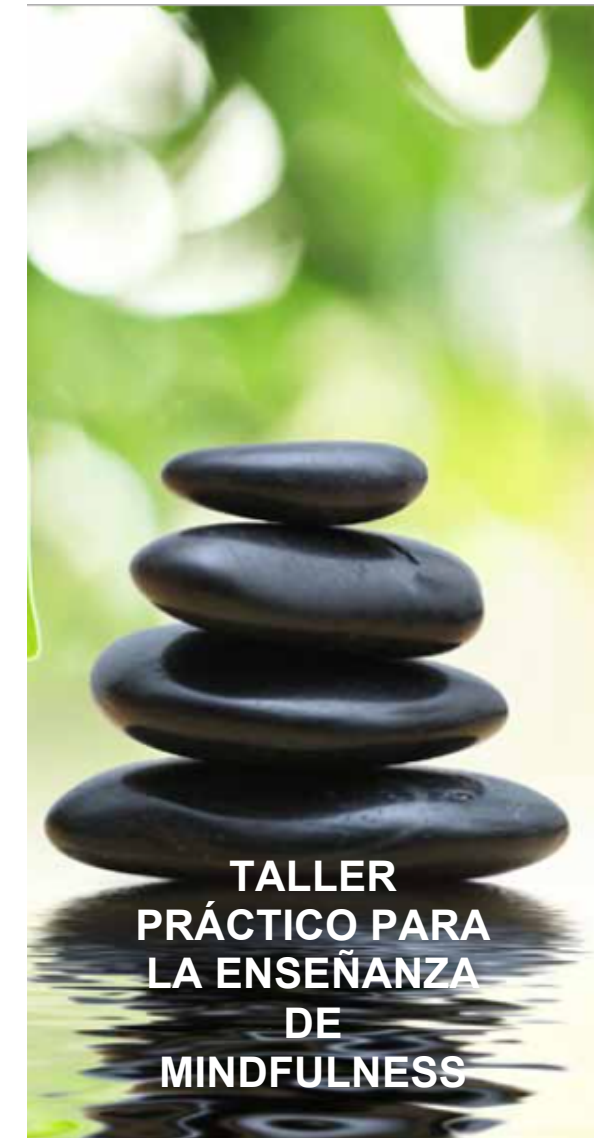
678 040680

[atencionplena@outlook.com](mailto:atencionplena@outlook.com)

 **Paco  
Gazquez**  
Psicología y mindfulness

 Experiencing  
Mindfulness  
vivimos de momentos

**AMARNAZENTER**  
NATUROPATÍA Y FORMACIÓN



## MBSR y MBCT

Indagación: técnicas y  
actitudes para el  
formador

# Paco Gázquez

Psicólogo colegiado (B-01809) experto europeo en psicoterapia. Combina su actividad como psicólogo ofreciendo servicios de consulta presencial y online con su faceta de escritor, impartiendo formación y realizando labores de investigación. Instructor y formador acreditado de mindfulness por el instituto IAM de Bélgica (MBSR y MBCT) con amplia experiencia formando a grupos y profesionales.



# Guillermo Myro

Psicólogo colegiado (M-26038). Instructor de programas de reducción de estrés (MBSR) por la Universidad de Massachussets y programas de mindfulness y autocompasión, (MSC Mindful – Self – Compassion) por el Center for Mindful Self Compassion de California, EE.UU. Estudios de postgrado en el departamento de psicología de la Universidad de Harvard. Es miembro y colaborador del laboratorio de Mindfulness de la Dra. Ellen j. Langer (Univ de Harvard).



## ¿A quién va dirigido?

Interesados en adquirir y perfeccionar habilidades fundamentales para la enseñanza de mindfulness

Es preciso tener conocimientos previos.

## Contenidos

Durante el taller incidiremos en tres habilidades principales:

- Cómo dirigir la práctica
- Cómo explorar la indagación consciente (inquiry)
- Cómo ofrecer presentaciones didácticas

## Modo de trabajo

Se realizarán ejercicios, se aportarán sugerencias y claves para las prácticas, así como ejemplos que los participantes podrán poner en práctica durante el taller