



Fecha inicio:
05 de Mayo

Fechas:

Del 05 de Mayo al 17 de
Noviembre de 2017

Modalidad:

Presencial

Tipo:

Diploma

Valor:

\$ 1.300.000

Horario

Viernes de 09:00 a 13:15
horas.

Duración

100 horas cronológicas.

Lugar de realización

Centro de Extensión UC

Facultad

Escuela de Psicología

Contacto

Myriam Ramos Reyes

myramos@uc.cl

223544846

**Consulta pagos &
matrículas**

Javiera Castro Castro

jacastroc@uc.cl

56-2 / 23546582 |

23546580

Descuentos

[Consulte por empresas en
convenio](#)

15% Ex Alumnos UC,
funcionarios UC,
profesionales de servicios
públicos

10% Integrantes de MIDAP

10% Clientes Banco de
Chile

10% Grupo de cinco o más
personas de una misma
institución, funcionarios
empresas en convenio

5% Estudiantes de

postgrado otras

universidades, ex alumnos
DUOC UC, pago al contado

Diplomado en Mindfulness y Psicoterapia

VERSIÓN 2017

La práctica del Mindfulness y su inclusión en la psicoterapia, ha demostrado positivos aportes en lo que respecta a la alianza terapéutica y a la satisfacción, conexión y bienestar de parte del paciente. Por parte del terapeuta que promueve la toma de conciencia de sí mismo, sus emociones y su cuerpo, ha demostrado también importantes beneficios tanto para la salud como para el desempeño de éste en su trabajo como psicoterapeuta.

Descripción

Mindfulness, práctica que se puede entender como la capacidad innata de prestar atención a la experiencia del momento presente, suspendiendo todo juicio, se ha ido introduciendo progresivamente en Occidente en los últimos treinta años. Proveniente de tradiciones contemplativas milenarias, en particular el budismo, se ha ido incorporando en áreas de la salud, psicología y ciencia. Su implementación, como concepto y práctica, ha demostrado tener importantes beneficios en el área de la salud, tanto física como mental, y en el campo de la psicoterapia en particular.

En la última década ha proliferado la investigación sobre aplicaciones terapéuticas basadas en mindfulness, demostrando importantes contribuciones en cuadros de patología psicológica y psiquiátrica, tales como depresión, ansiedad, estrés, drogadicción y trastornos de personalidad, entre otros. Por otra parte, la práctica del Mindfulness y su inclusión en la psicoterapia, ha demostrado positivos aportes en lo que respecta a la alianza terapéutica y a la satisfacción, conexión y bienestar de parte del paciente. Más aún, la práctica de Mindfulness por parte del terapeuta que promueve la toma de conciencia de sí mismo, sus emociones y su cuerpo, ha demostrado también importantes beneficios tanto para la salud como para el desempeño de éste en su trabajo como psicoterapeuta.

El presente Diplomado, que cuenta con la participación de docentes altamente calificados tanto en mindfulness como en psicoterapia y la participación de investigadores del Instituto Milenio para la Investigación en Depresión y Personalidad - MIDAP, tiene como objetivo introducir el concepto y la práctica de mindfulness para mejorar el bienestar y particularmente la efectividad del psicoterapeuta en la relación inmediata y emocional con sus pacientes. Por otra parte, busca transmitir varias aplicaciones terapéuticas de mindfulness en cuadros específicos tanto psicológicos como psiquiátricos. Dirigido a terapeutas, psicólogos, psiquiatras, y otros profesionales de salud mental interesados en el tema, el presente diplomado tiene también como objetivo entregar una práctica de mindfulness para los terapeutas asistentes, ampliando sus capacidades de comprensión de sí mismos y de sus pacientes.

Dirigido a

Profesionales clínicos; psicólogos y médicos psiquiatras.

Prerrequisitos

Los postulantes deben ser profesionales universitarios del área clínica, titulados y con al menos un año de experiencia profesional. Se recomienda a los postulantes tener un nivel intermedio de comprensión lectora en el idioma inglés.

Objetivos

1. Conocer Mindfulness desde un punto de vista teórico y experiencial; introduciendo a los participantes a la práctica meditativa mindfulness
2. Vincular la práctica de Mindfulness con el trabajo psicoterapéutico, y aprender sobre las distintas

(sólo pago efectivo, cheque al día y transferencia bancaria).

***Descuentos no acumulables y válidos solo al momento de la matrícula**

Descuentos no acumulables, y válidos sólo al momento de la matrícula

Formas de pago

•"A las personas matriculadas que se retiren de la actividad antes de la fecha de inicio, se les devolverá el total pagado menos el 10% del total del arancel "

aplicaciones psicoterapéuticas de Mindfulness

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

Al finalizar el diplomado se espera que los alumnos sean capaces de:

1. Comprender el concepto de mindfulness -su origen y desarrollo.
2. Conocer los distintos desarrollos históricos de mindfulness y las críticas a este concepto.
3. Conocer sobre Mindfulness y expresión corporal.
4. Aprender las diferentes aplicaciones de mindfulness en psicoterapia.
5. Conocer la neurobiología de mindfulness.
6. Conocer la investigación actual en mindfulness y psicoterapia.
7. Aplicar el concepto de mindfulness en la relación psicoterapéutica, particularmente en lo que respecta al impasse terapéutico.
8. Desarrollar una práctica meditativa como base del aprendizaje experiencial de mindfulness y como lugar desde donde comprender su aplicación clínica y de investigación.

CONTENIDOS

Curso 1: Concepto y desarrollo de Mindfulness, orígenes y contexto actual de su práctica

Horas lectivas: 25.

Créditos: 5.

Objetivos específicos:

Entender el concepto, el origen y la evolución de Mindfulness así como otros desarrollos históricos alternativos

Entender Mindfulness en su contexto filosófico y espiritual Oriental

Entender Mindfulness en su vinculación al pensamiento filosófico occidental

Entender la neurobiología de Mindfulness

Conocer las investigaciones que apoyan el uso de Mindfulness en psicoterapia

Comenzar una práctica regular de meditación vinculada a Mindfulness

Contenidos:

Concepto, historia y evolución de mindfulness, contexto actual y su relación a Occidente

Concepto e historia, otros desarrollos similares.

Críticas al concepto: desde la espiritualidad y desde las psicoterapias

Una mirada a mindfulness desde la filosofía

Mindfulness y espiritualidad

Neurobiología de la meditación

Empatía y compasión en clínica y sus correlatos en neurociencia

Investigación en psicoterapia y mindfulness

Instrucción de meditación

Evaluaciones:

1 Prueba de la bibliografía asignada 50%

1 Ensayo de Análisis Crítico de la materia pasada en clases y bibliografía 50%

Curso 2: Mindfulness y Psicoterapia - Enfoque Cognitivo-Conductual

Horas lectivas: 25.

Créditos: 5.

Objetivos específicos:

Identificar las aplicaciones psicoterapéuticas de Mindfulness más utilizadas

Familiarizarse con Mindfulness y su relación con Terapias Cognitivo-conductuales

Contenidos:

Unidad I: Mindfulness y psicoterapias cognitivo-conductuales.

Mindfulness y DBT

Programa de reducción del stress (MBSR)

Mindfulness en psicoterapia de niños y adolescentes

Terapia de depresión basada en mindfulness (MBCT)

Práctica de meditación

Unidad II: Supervisión de material clínico desde un enfoque de Mindfulness- el terapeuta y su práctica de Mindfulness aplicada a la psicoterapia

Evaluaciones:

- 2 Informes de casos clínicos, cada uno con un correlato teórico aplicando la materia vista en clases, la bibliografía, y la experiencia en la práctica 100% (50% cada uno)

Curso 3: Mindfulness y Psicoterapia - Enfoque Psicoanalítico

Horas lectivas: 25.

Créditos: 5.

Objetivos específicos:

- Familiarizarse con Mindfulness y su relación con Terapias Psicoanalíticas

Unidad I: Mindfulness y terapias psicoanalíticas

Fundamentos de la aplicación de Mindfulness en la psicoterapia psicoanalítica, específicamente en el psicoanálisis relacional

Aplicación de Mindfulness al manejo de la ruptura y reparación de la alianza terapéutica

Conceptos psicoanalíticos y Mindfulness

Mindfulness y Trauma Relacional

Mindfulness en otras corrientes psicoanalíticas

Practica de meditación

Supervisión de material clínico desde un enfoque de Mindfulness- el terapeuta y su práctica de Mindfulness aplicada a la psicoterapia

Unidad II: Supervisión de material clínico desde un enfoque de Mindfulness- el terapeuta y su práctica de Mindfulness aplicada a la psicoterapia

Evaluaciones:

- 2 Informes de casos clínicos, cada uno con un correlato teórico aplicando la materia vista en clases, la bibliografía, y la experiencia en la práctica 100% (50% cada uno)

Curso 4: Aplicaciones específicas actuales de Mindfulness

Horas lectivas: 25.

Créditos: 5.

Objetivos específicos: Conocer y manejar otras aplicaciones de mindfulness relacionadas con la salud mental y la prevención.

Contenidos:

Mindfulness y crianza

Meditación y autocuidado

Mindfulness y el acompañamiento al bien morir

Practica de meditación

Evaluaciones:

- 1 Prueba de la materia de clases y bibliografía asignada 60%
- 1 Trabajo de la aplicación de Mindfulness a uno de los temas vistos en este curso 40%

Equipo docente

JEFES DE PROGRAMA

Candice Fischer, Ph.D.; Doctora en Psicología Clínica, y Magister en Psicología, Universidad de Massachusetts, Amherst. Profesora Adjunta, Escuela de Psicología, Universidad Católica de Chile; Investigadora Adjunta Instituto Milenio para la Investigación en Depresión y Personalidad (MIDAP); acreditada como especialista en psicoterapia y como supervisora clínica; Psicóloga Clínica en práctica privada

Dr. Edgardo Thumala, médico psiquiatra, **postítulo** terapia familiar ITF de Santiago. Ex miembro Unidad de Salud Mental, Ministerio de Salud. Ex presidente Sociedad Chilena de Salud Mental. Actualmente Profesor Asistente adjunto de la Pontificia Universidad Católica. Presidente Asociación Chilena Psicoterapia Analítica de Grupo Miembro de IARPP Chile e Internacional. Desde el 2004 ha realizado talleres de mindfulness en diversas ciudades.

EQUIPO DOCENTE

Claudia Araya Silva. Licenciada en Psicología de la Pontificia Universidad Católica de Chile. Master en “Estudios de la Mujer” de la Universidad de Kent, U.K. Psicoterapeuta de Grupo. Psicóloga clínica acreditada como supervisora y especialista en psicoterapia. Profesora de la EPUC. Coordinadora del Diplomado “Intervenciones Psicoanalíticas en Instituciones de Salud”. Directora de la Unidad de Salud Mental del Centro Médico San Joaquín (2014-2015) Coordinadora de Salud Mental en la Municipalidad de Santiago (1997-2001). Coordinadora Diplomado en Psicoanálisis Intersubjetivo de la EPUC (2009-2012).

Marcela Araneda C. Psicóloga Clínica PUC, especialista en psicoterapia y supervisora clínica acreditada. Psicoterapia individual de adultos, parejas, familia y grupos. Psicoterapeuta de Grupo Analítico, Instituto Chileno de Psicoterapia Analítica de Grupo. Docencia Post-grado (PRC, UAH). Miembro del directorio de la IARPP-Chile.

Carla Crempien R. Psicóloga Clínica Universidad de Chile. Doctor en Psicoterapia Pontificia Universidad Católica de Chile y Universität Heidelberg, Alemania. Investigadora Instituto Milenio para la Investigación en Depresión y Personalidad (MIDAP) en las áreas de investigación en Diagnóstico Psicodinámico Operacionalizado (OPD) y Mindfulness. Miembro de la *Society for Psychotherapy Research* (SPR). Miembro Capítulo Chileno IARPP.

Álvaro Langer. Psicólogo clínico, doctor en psicología por la Universidad de Almería, España. Profesor Asociado de la Escuela de Psicología de la Universidad Austral de Chile (UACH). Investigador Adjunto del Instituto Milenio para la Investigación en Depresión y Personalidad (MIDAP). Investigador del Centro Interdisciplinario de Estudios del Sistema Nervioso (CISNe) de la UACH. Director del grupo de investigación en Mindfulness y Salud Mental (UACH). Miembro del equipo clínico de RedGesam. Miembro de la *Society for Psychotherapy Research* (SPR).

Pilar Mardones D. Psicóloga Clínica U. Católica de Chile. psicoterapeuta de adolescentes y adultos a través del postítulo en psicoterapia psicoanalítica focal en la Universidad de Chile, Training Avanzado en Psychoanalytic Psychotherapy, University of Toronto, Canadá. Es instructora de Mindfulness – MBCT formada en Center of Mindfulness Studies, Toronto. Diplomado Infant Parent Psychotherapy y es co-creadora del programa sobre desarrollo emocional infantil: “La integración emocional del niño (y de sus padres)”. Psicóloga clínica en consulta particular e instructora mindfulness en Centro Mindfulness y Medicina. Miembro de la International Association for Relational Psychotherapy and Psychoanalysis (IARPP).

Sebastián Medeiros. Médico de la U. Católica de Chile con especialidad en Psiquiatría en la Universidad Paris VII. Se desempeña como psiquiatra-terapeuta en el Hospital Dr. Sótero del Río y de forma privada. Es instructor de Intervenciones basadas en Mindfulness en el Centro Mindfulness y Medicina. Es profesor de la Escuela de Psicología de la Universidad Católica de Chile (EPUC) e investigador del Instituto Milenio para la Investigación en Depresión y Personalidad (MIDAP). Miembro de la IARPP Internacional y coordinador del grupo IARPP Mindfulness-Chile.

María Cristina Moya S. Psicóloga PUC, ejerce la práctica privada en adultos, es Instructora Programa MBSR en distintas organizaciones desde hace 4 años, formada en el Center for Mindfulness, University of Massachusetts Medical School. También es instructora del Programa MBCT y realiza talleres en el Instituto Mindfulness. (Diplomado en Terapia Conductual Dialéctica, Universidad de Chile; Cursos de Psicología Budista, IMFN; Taller Being With Dying, Upaya Zen Monastery). Realiza diversos trabajos de voluntariado profesional, como práctica clínica para adultos en el Centro Tierra Nueva de la comuna de La Granja y acompañamiento psicológico a personas en etapa de fin de vida, en el hospice de Conac.

Ricardo Pulido. Psicólogo Clínico UC., Psicoterapeuta y Doctor en Psicología General y Clínica de la Universidad de Boloña (Italia). Maestro de Meditación e instructor de Mindfulness, Aikido y Hatha Yoga. Director y Co-fundador del Centro de Meditación ASIA Santiago.

André Sassenfeld J. Psicólogo clínico acreditado, psicoterapeuta relacional y jungiano de adultos, supervisor clínico. Presidente IARRP-Chile, miembro directorio internacional IARRP. Ha sido docente en numerosos programas de postgrado y diversas universidades. Autor de numerosas publicaciones nacionales e internacionales. Autor de 5 libros.

Metodología

La metodología de enseñanza combinará la realización de clases expositivas, discusión de material audiovisual, revisión bibliográfica, reuniones clínicas, discusiones grupales, discusiones con

profesores invitados, y análisis de casos (material de casos clínicos tanto de los docentes como de los propios alumnos). Se realizarán ejercicios experienciales vinculados a mindfulness en las clases y además habrá un segmento de desarrollo de una práctica meditativa en cada módulo de clases. El diplomado contará con un sistema de página web en el que estarán disponibles las presentaciones en formato power point, el programa y material de lectura complementaria.

Evaluación

Curso 1: : Concepto y desarrollo de Mindfulness, orígenes y contexto actual de su práctica

Evaluaciones:

- 1 Prueba de la bibliografía asignada 50%
- 1 Ensayo de Análisis Crítico de la materia pasada en clases y bibliografía 50%

Curso 2: Mindfulness y Psicoterapia - Enfoque Cognitivo-Conductual

- 2 Informes de casos clínicos, cada uno con un correlato teórico aplicando la materia vista en clases, la bibliografía, y la experiencia en la práctica cada uno) 100% (50%)

Curso 3: Mindfulness y Psicoterapia - Enfoque Psicoanalítico

- 2 Informes de casos clínicos, cada uno con un correlato teórico aplicando la materia vista en clases, la bibliografía, y la experiencia en la práctica cada uno) 100% (50%)

Curso 4: Aplicaciones específicas actuales de Mindfulness

- 1 Prueba de la materia de clases y bibliografía asignada 60%
- 1 Trabajo de la aplicación de Mindfulness a uno de los temas vistos en este curso 40%

El promedio final del diplomado será el promedio de la nota final de cada curso con las siguientes ponderaciones, en una escala de 1,0 a 7,0:

Curso 1: 25%

Curso 2: 25%

Curso 3: 25 %

Curso 4: 25%

Requisitos de aprobación

Para aprobar el diplomado, el alumno debe cumplir con dos requisitos:

- A) Un mínimo de asistencia de 75% a todo evento.
- B) Requisito académico: Se cumple aprobando todos los cursos con nota mínima 4,0.

Los alumnos que aprueben las exigencias del programa recibirán un certificado de aprobación otorgado por la Pontificia Universidad Católica de Chile.

Nota: Las personas que no cumplan con el requisito de aprobación no recibirán ningún tipo de certificación.

Bibliografía

Alvarado J. (2012) Historia de los métodos de meditación no dual Editorial Sanz y Torres S.L. Madrid

Baer R. (2014) Mindfulness Based Treatment Approaches Elsevier

Bertossa y Ferrari (2010). La mirada sin Ojo. Capítulos 0 y 13. Santiago: JC Sáez Editor

Boyce Barry (2011) The mindfulness Revolution Shambala

Burton R. E. (1994) el Recuerdo de si Ed. Kier B. Aires. 1994

Dunne J. (2013) Toward an understanding of non-dual mindfulness. En: Mindfulness: Diverse Perspectives on Its Meaning, Origins and Applications J. Williams, J. Kabat-Zin Routledge 2013

Epstein M. (2008) Psychotherapy without the Self: A Buddhist Perspective Yale University Press

Epstein, M. (2013.). *The trauma of everyday life*. Ney York, N.Y.: The Penguin Press

Fromm-Suzuki (1964) Budismo Zen y Psicoanálisis fondo de Cultura Economica Mexico

Fulton-Siegel (2005) Budhist and Western Psychology in Mindfulness and Psychoterapy Guilford NY

Germer C; Siegel R. Fulton P. (2005) Mindfulness and Psychoterapy Guilford NY

Hadot Pierre (2003) Ejercicios espirituales y filosofía antigua ediciones Siruela España

Hick. S. and Bien T. (2008) mindfulness and the therapeutic relationship The Guilford Press

Kabat- Zinn J. (1990) Full Catastrophe living

Kernberg O. (2011) The inseparable Nature of Love and Agression. Clinical and theoretical Perspectives Ed: A.Psychiatric Pub. Washington, London England

Kernberg O. (2008) an interview with Susan Bridle en : What is enlighthment N 17

Krishnamurti J. (1984) Dialogue with the brain scientist. Krishnamurti Foundation of America (se encuentra en you tube como: Krishnamurti Brain Seminar

Kohn, Livia, (1956) Sitting in oblivion: the heart of Daoist meditation Tree Pine Press

Langer, A.I., Carmona-Torres, J. A., Van Gordon, W., & Shonin, E. (2016). Mindfulness for the Treatment of Psychosis: State of the Art and Future Developments. In: Shonin, E., Van Gordon, W., & Griffiths, M. D. (Eds). Mindfulness and Buddhist-Derived Approaches in Mental Health and Addiction (pp. 211-223). Switzerland: Springer

Langer E. J. (1989) Mindfulness Merloyd Lawrence Book USA

Mark J; Williams G.; Kabat-Zinn J (2011) Mindfulness: diverse perspectives on its meaning, origins, and multiple applications at the intersection of science and dharma Contemporary Buddhism, Vol. 12, No. 1,

Medeiros S, Guendelman S. (2016), Developmental Trauma from a Buddhist and Relational Inter-subjective Perspective. International Journal of Psychotherapy, Vol. 20., Extra Special E-Issue, July 2016, pp. 94-113."

Molino A. The Couch and the Tree dialogues in psychoanalysis and Budhism Open Gate Press London 1998

Morvay Z. (1999) Horney ,Zen, and the real self: Theoretical and historical connections American Journal of Psychoanalysis New York marzo 1999

Olendzki A. (2005) Mindfulness and Psychotherapy Guilford N.Y.

Nicoll M. (1998) Comentarios Psicológicos sobre las Enseñanzas de Gurdjieff y Ouspensky Editorial Kier B. Aires

Perls F. (1976) El Enfoque Gestaltico: testimonios de terapia Ed. Cuatro Vientos Stgo.

Polack S. (2014) Sitting Together: Essential Skills for Mindfulness-Based Psychotherapy

Pulido R. y Thumala E. (2016) (Editores), Meditación, Mindfulness y Psicoterapia. JC Sáez Editor 2016 (en prensa)

Pulido, 2011. El paciente Mindfulness: Un viaje entre la curra y la liberación. Gaceta de Psiquiatría Universitaria.

Rubin J.(2003) close encounters of a new kind : towards an integration of psychoanalysis and Buddhism en encountering Buddhism: western psychology and Buddhist teachings edited by S. R.

Safran J. (2003) Psychoanalysis and Buddhism an Unfolding Dialogue Wisdom Publications

Stern D (2004). The present moment in psychotherapy and everyday life Norton

Siegel D. J. (2007) The Mindful revolution Norton N.Y.

Siegel D. J (2010) The Mindful Therapist Norton N. Y.

Solé. A. (1986) "La meditación budista" Ediciones Martinez Roca España

Sujato Bikku (2012) A History of Mindfulness: How insight worsted tranquillity in the Satipa??h?na Sutta Ed. S a n t i p a d a

Suzuki D.T. (1971) Zen and Japanese Culture Bollingen Series Princenton U. P.

Thumala E. (1992) Misticismo y Salud Mental R. Psiquiatría S. Chilena de Salud Mental Abril 1992

Thumala E. (2008) Misticismo psicoanálisis y el yo Revista de psiquiatría Universitaria

Trungpa, C. (2005). The sanity we are born with: A Buddhist approach to psychology (C. R. Gimian, Ed.). Boston: Shambhala.

Proceso de Admisión

Las personas interesadas deberán completar la ficha de postulación ubicada al lado derecho de esta página web. Un correo de confirmación solicitará enviar los siguientes documentos a la coordinación

a cargo de **Myriam Ramos Reyes** (myramos@uc.cl)

- Fotocopia Carnet de Identidad.
- Fotocopia simple del Certificado de Título o del Título.
- Curriculum Vitae actualizado.
- Carta de recomendación
- Carta de declaración de intenciones que fundamente la postulación al programa.

- El postulante será contactado, para asistir a una entrevista personal (si corresponde) con el Jefe de Programa del Diplomado o su Coordinadora Académica.

- Las postulaciones son hasta una semana antes del inicio del Diplomado/Curso o hasta completar las vacantes.

- No se aceptarán postulaciones incompletas.

- El postular no asegura el cupo, una vez aceptado en el programa, se debe cancelar el valor para estar matriculado.

• El Programa se reserva el derecho de suspender la realización del diplomado/curso si no cuenta con el mínimo de alumnos requeridos. En tal caso se devuelve a los alumnos matriculados la totalidad del dinero en un plazo aproximado de 10 días hábiles con un vale vista que deberá ser retirado en el Banco Santander.

• A las personas matriculadas que se retiren de la actividad antes de la fecha de inicio, se les devolverá el total pagado menos el 10% del total del arancel. A las personas que se retiren una vez iniciado el programa por motivos de fuerza mayor, se les cobrarán las horas cursadas hasta la fecha de la entrega de solicitud formal de retiro más el 10% del valor total del programa. En ambos casos la devolución demorará 15 días hábiles y se efectuará a través de un vale vista que deberá ser retirado en el Banco Santander.