



Col·legi Oficial de Psicologia  
de les Illes Balears

**TALLER:**  
**APLICACIONS DEL MINDFULNESS A**  
**L'ÀMBIT SANITARI:**  
**EL ROL DE L'ATENCIÓ I DE LA INTENCIÓ AL PROCÉS DE CURACIÓ**



<b>Dates</b>	<b>18 d'abril de 2015</b>	<b>Lloc</b>	
		<b>Eivissa</b>	
<b>Horaris</b>	<b>Dissabte, de 9:00 h. a 15:00 h.</b>	<b>Duració</b>	<b>6 hores</b>
		<b>Núm. de places</b>	<b>30</b>
<b>Destinatari/àries</b>	Psicòlegs/ogues col·legiats/des i estudiants de psicologia i altres professionals.		
<b>Objectius</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>Conèixer el paper de l'atenció com a procés executiu clau al desenvolupament de capacitats d'afrontament envers les múltiples distraccions quotidianes.</li><li>Conèixer com l'atenció pot afavorir el procés de canvi envers les possibilitats de curació/pal·liació de símptomes físics i psicològics.</li><li>Conèixer com el paper de la intenció envers l'experiència i les dificultats pot afavorir el procés de canvi millorant les possibilitats de curació/pal·liació.</li><li>Identificar, mitjançant l'autoobservació i l'autoexploració, hàbits atencionals i actitudinals com a patrons que poden dificultar o afavorir el procés de canvi.</li><li>Conèixer, experimentar i desenvolupar pràctiques basades en la consciència plena que ens ajudin a desenvolupar l'atenció i la intenció envers el procés de curació/pal·liació.</li></ul>		
<b>Metodologia</b>	Curs teòric-pràctic i eminentment participatiu. Material audiovisual. S'utilitzaran texts adaptats, poesia i relats de diverses fonts per orientar el curs del taller. S'alternen moments de silenci amb posades en comú. Qui ho desitgi pot dur també el seu propi coixí de meditació. Es recomana portar roba còmoda.		
<b>Programa</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>Definició de atenció plena.</li><li>Paper de l'atenció i de la intenció al procés de canvi envers la curació/pal·liació.</li><li>Exercicis pràctics de diferent tipus.</li><li>Exercicis interactius i dinàmiques.</li></ul>		
<b>Ponent</b>	<b>FERNANDO DE A. DE TORRIJOS</b> Director de programes mindfulness en Psiquiatria, Departament de Psiquiatria, i professor sènior del Center for Mindfulness de l'Escola de Medicina de la Universitat de Massachusetts. Dirigeix programes intensius de formació mindfulness per a metges residents, psiquiatres, psicòlegs i terapeutes (Universitat de Massachusetts). És cofundador i director del grup d'Interès Acadèmic Mindfulness en Psiquiatria.		
<b>Preu matrícula</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>Col·legiats/des d'Eivissa i Formentera</li><li>Col·legiats/des de Mallorca i Menorca</li><li>Col·legiats/des en atur i col·legiats/des jubilats/des</li><li>Estudiants de psicologia</li><li>Psicòlegs/ogues no col·legiats/des i altres professionals</li></ul>	<b>PREU MATRÍCULA</b>	
		<b>55 €</b>	
		<b>Gratuït</b> <small>(ingrés del 50% de la matrícula que es tornarà una vegada finalitzat el curs)</small>	
		<b>45 €</b>	
		<b>45 €</b>	
		<b>85 €</b>	
<b>Termini d'inscripcions</b>	Fins al 2 d'abril de 2015. La impartició del curs queda subjecte a la inscripció d'un nombre mínim d'alumnes.		
<b>Inscripcions</b>	1.- Realitzar l'ingrés bancari a La Caixa, IBAN ES80 2100 0364 9502 0014 6646. 2.- Enviar al COPIB el formulari d'inscripció ( <a href="http://www.copib.es/asp/full/full2015.asp">www.copib.es/asp/full/full2015.asp</a> ). En cas de no adjuntar justificant d'ingrés en el formulari d'inscripció, remetre còpia a <a href="mailto:formaciocopib@cop.es">formaciocopib@cop.es</a> o al fax 971 29 19 12. 3.- Les places seran assignades una vegada remès el formulari al COPIB.		
<b>Certificació</b>	El COPIB emetrà certificat d'assistència si hi ha una assistència mínima del 80%.		
<b>Lloc de realització</b>	<b>Seu de l'Associació Espanyola del Càncer. Carrer Josep Zornoza Bernabéu, 5. Eivissa</b>		