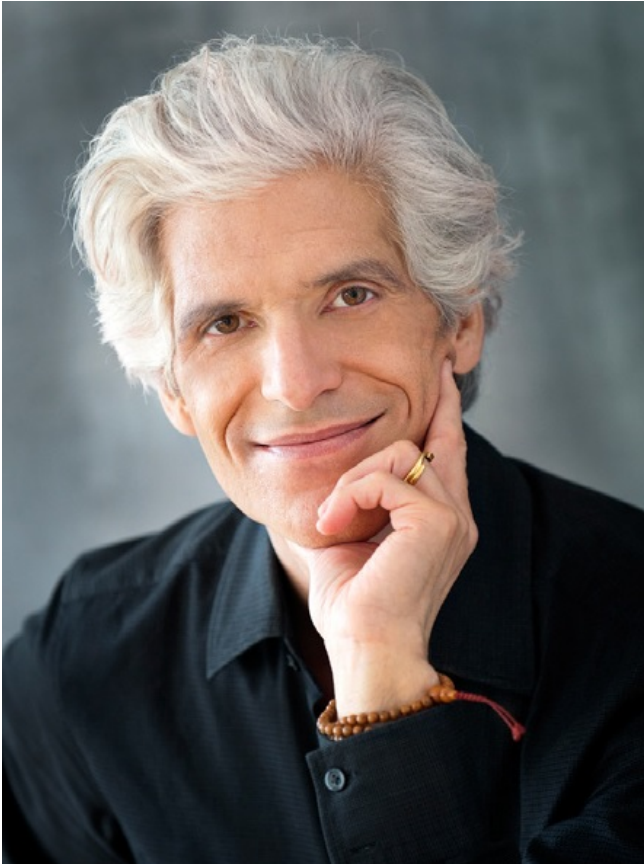


1º Semanario. Dr. Joe Loizzo. Máster en Psicoterapia Contemplativa 3ª Promoción 2017-2019. Nalanda Institute for Contemplative Science.



El Programa de Formación en Psicoterapia Contemplativa del Instituto Nalanda es un programa histórico que ofrece un entrenamiento sin precedentes en cuatro técnicas meditativas, un contacto directo con pioneros mundiales en el área, y un proceso continuo de mentorización y trabajo grupal experiencial, profundizando en el inspirador campo de la neuropsicología contemplativa.

Este programa de dos años nos ofrece un recorrido paso a paso aprendiendo e integrando la experiencia de mindfulness y cuatro sistemas progresivos de la psicología y meditación budista, incluyendo los más prominentes paradigmas de la neurociencia contemporánea, psicología de la salud y psicoterapia.

Nuestros profesores

Entre nuestros profesores se encuentran los pioneros mundiales: Robert Thurman, Sharon Salzberg, Richard Davidson, Roshi Joan Halifax, Pilar Jennings, Miles Neale, Joe Loizzo como Director del Nalanda Institute y Koncha Pinos-Pey como Directora de Estudios Contemplativos; formando el más completo equipo de expertos e investigadores y profesionales clínicos.

Si eres un psicoterapeuta, un profesional de la salud, coach, educador, psicólogo o médico, el **Programa de Formación de Nalanda** te ofrece los conocimientos y las herramientas imprescindibles para combinar todo el espectro del saber y las prácticas contemplativas, junto con las corrientes más actuales de neuropsicología y psicoterapia, tanto en tu práctica profesional como personal. El programa te conectará con una comunidad de mentores que te acompañarán, en un camino vital de inspiración, aprendizaje y desarrollo.

Primer Año

El primer año del programa proporciona una amplia base para la integración de la psicología contemplativa, la práctica de la meditación, la psicoterapia contemporánea y otras profesiones de la salud. Este programa de nueve meses prepara a los participantes para incorporar la práctica de mindfulness a terapias cognitivo conductuales y psicodinámicas, así como para incorporar la práctica amor-amabilidad en terapias de relaciones objetuales, interpersonales y terapias familiares o grupales.

Para obtener el Diploma de Nalanda en Psicoterapia basada en Mindfulness, se debe finalizar el primer año completo, incluyendo el retiro inicial, ejercicios, supervisión y practicas de meditación diarias.

Segundo Año

El segundo año del programa otorga unos fundamentos vastos sobre como integrar la psicología social y las practicas meditativas en la tradición de Nalanda según la psicoterapia contemporánea y campos relacionados con el cuidado.

Este programa de nueve meses prepara a los participantes a construir un entrenamiento basado en las practicas compasivas como el auto-análisis, dar y tomar el auto-análisis y la psicología transpersonal, como construir la imaginaria compasiva, practicas guiadas de visualización, la narrativa terapéutica, terapia somática, terapia profunda del afecto, o terapia gestáltica.

Cada año del Programa Incluye

El **Certificado de Nalanda en Psicoterapia basado en la Compasión**, se finaliza después de haber cursado el Segundo año completo, incluyendo el retiro inicial, ejercicios, supervisión y practicas de meditación diarias.

- Cuatro retiros en Barcelona
- 2 horas semanales de encuentros en la Casa del Tíbet de Barcelona, aquellos estudiantes a distancia pueden conectarse por skype
- Sesiones semanales de meditación practica guiada, mentorizada individualmente , con experiencias didácticas únicas con los diversos expertos facultativos pioneros en el campo
- Clases meditativas con los grandes expertos mundiales Sharon Salzberg, Robert Thurman, Joan Halifax, Joe Loizzo, y Pilar Jennings, que nos acompañaran en cada uno de los retiros intensivos anuales.
- Acompañamiento con facilitadores del proceso de la mano de la directora del Programa Koncha Pinos- Pey y su equipo de Estudios Contemplativos
- 3 modelos de aprendizaje adaptativos: ejercicios, practicas grupales y seguimiento del proceso, practica personal meditativo.
- Una cena de cierre anual en Costa Brava, Girona (España)

Expectativas del Programa

Se espera que los participantes al programa asistan a todos los retiros y meetings, completen todos sus deberes, y desarrollen y/o profundicen en su practica meditativa diaria durante cada año escolar. Es imprescindible el estudio diligente contemplativo y la practica, esencial para un desarrollo profesional y personal, informando de los avances en el aprendizaje, incorporando todo aquello que se ha aprendido a la vida cotidiana y profesional.

Los dos años del Programa Certificado de Nalanda, requiere de la participación activa en retiros y clases, si alguien pierde alguna sesión puedes seguir las grabaciones, y completar así todas las lecturas asignadas, reflexiones escritas, y un proyecto final, antes de poder aspirar a la Certificación.

Aprendizaje a distancia

Para aquellos que viven fuera de Barcelona y que deseen participar en nuestro programa, ofrecemos una opción de aprendizaje a distancia. A los estudiantes que escojan la opción a distancia se les anima a que asistan al retiro, y si les es posible a algunas de las clases semanales, para enriquecer su proceso. En cualquier caso tendrán acceso a todo el material en video y audio. Los estudiantes a distancia no se certificaran si no asisten a los retiros anuales, presentan todos sus trabajos y son supervisados por los mentores

individualmente. Las plazas en calidad de estudiante a distancia son limitadas.

Objetivos de la finalización

Al finalizar los dos años del Programa, se espera de los participantes que :

- Estén familiarizados con la teoría, práctica, metodología e investigación de la práctica contemplativa en relación con su práctica profesional de la psicología o psicoterapia.
- Desarrollen y profundicen en una práctica diaria de entre dos y cuatro técnicas de meditación.
- Familiaridad y habilidad para enseñar técnicas meditativas individual y grupalmente
- Conocimiento comprensivo de los cuatro sistemas de psicología budista y meditación
- Conocimiento de las intervenciones clínicas y la investigación de los cuatro métodos contemplativos.
- Clara comprensión de los mecanismos psicológicos de salud y cambio que incluyen las diferentes intervenciones contemplativas.
- Una clara sensibilidad hacia el entorno multicultural del ámbito del Budismo y la psicoterapia.
- Una detallada familiaridad en el trabajo de la neurociencia de la meditación y la psicoterapia.
- Una probada práctica integrada contemplativa e interiorización de los métodos y aplicación en su vida cotidiana