

WORKSHOP A CARGO DEL DR. CHRISTOPHER WILLARD

Psicólogo clínico infantil. Profesor asociado a la Escuela de Medicina de Harvard. Autor del Best Seller Child's Mind.

FORMACIÓN PARA EDUCADORES, PERSONAL DE SALUD Y PROFESIONALES QUE TRABAJAN CON NIÑOS Y ADOLESCENTES.

Lunes 8 de abril – 10.00 a 18.00 horas



¿De qué se tratará este workshop?

El Dr. Willard estará compartiendo prácticas comprobadas que pueden ser utilizadas por padres, terapeutas, educadores y quienes busquen formas creativas de compartir Mindfulness con niños y adolescentes. Mindfulness es más que respirar y así también lo es este workshop.

Los participantes deben estar preparados para un día entretenido y de aprendizaje de Mindfulness a través de la conciencia, movimiento, juegos y actividades creativas para todas las edades.

Objetivos:

Este workshop práctico estará enfocado en adaptar Mindfulness para individuos y grupos, desde preescolares hasta adolescentes, en escenarios terapéuticos, educacionales, médicos y otros.

Habrá un énfasis especial en hacer que los chicos se interesen, como a la vez en cultivar Mindfulness en su vida cotidiana.

También se explorará en la importancia de nuestra propia práctica, empezando por profundizar nuestro propio autocuidado consciente como cuidadores.

Se presentarán estrategias para comenzar programas de Mindfulness en grandes instituciones como escuelas y hospitales.

Se prestará especial atención en aprovechar el poder de la tecnología.

Este workshop explorará formas de adaptar Mindfulness antes que abordarlo de la misma manera para todos.

Se hablará de técnicas para modificar las prácticas a un rango de problemas presentes que incluyen depresión, ansiedad, déficit atencional, adicción, control de la impulsividad, trauma, estrés y desafío de las funciones ejecutivas.

Distintas prácticas abarcarán diferentes formas de aprender a través del arte, deportes, juegos, música, tecnología y más, para períodos atencionales desde 30 segundos a 30 minutos.

Dr. Christopher Willard



El Dr. Christopher Willard es psicólogo clínico especializado en el estudio y la aplicación de la atención plena. Consultor educacional de Harvard Medical School. Especialista en Mindfulness con niños y adultos jóvenes.

Autor de Child's Mind (2010), Growing Up Mindful (2016). Brinda conferencias a nivel nacional e internacional. El Dr. Willard ha practicado la meditación por más de 20 años.

Sus ideas sobre la salud mental han sido publicadas en el New York Times, el Washington Post, cnn.com, y en otros medios de prensa. Es autor de Child's Mind (2010), Growing up Mindful (2016) Raising Resilience (2017), entre otros.

Es miembro del Instituto para la Meditación y la Psicoterapia y oficia como presidente de la Red Mindfulness en Educación. Además, es docente académico en la Harvard Medical School.

Dirigido a: educadores, personal de salud y profesionales que trabajan con niños y adolescentes.

Se requiere experiencia previa en Mindfulness.

Fecha: Lunes 8 de abril – 10.00 a 18.00 horas

Lugar: Víctor Haedo 2322 piso 1 (Edificio Uruguay Center)

Inversión:

\$ 3400 para inscripciones hasta el 22 de marzo

\$ 4000 a partir del 23 de marzo

(se mantiene descuento para quienes hayan realizado algún programa con Proyecto Mindfulness)

Formas de pago:

Banco Itaú – Caja de ahorro – 4106144 – Fátima Pérez

Banco Santander - Caja de ahorro - 788740 (sucursal 81) – Florencia Brandino

Giro Abitab – Fátima Pérez – CI. 3.422.047/8

Inscripción: para reservar lugar se ha de efectuar el pago del total del importe previo al taller. El lugar queda reservado cuando recibimos el comprobante de pago por mail o vía whatsapp al 099530816 o al 099819992.