

# FORMAÇÃO BÁSICA MBCT

## PÚBLICO E PRÉ-REQUISITOS

**Dirigido a:** Médicos, Psicólogos e Profissionais da Saúde com especialização em Saúde Mental.

**Pré-requisitos:** Pelo menos 1 ano de prática pessoal e regular de Mindfulness, ter lido o Manual de Mindfulness Based Cognitive Therapy (MBCT), ter participado de um grupo de 8 semanas (MBCT, MBSR ou similares).

## A FORMAÇÃO

O curso de Formação Profissional em MBCT é uma parceria entre o Centro Mente Aberta - Mindfulness Brasil e o Centro de Mindfulness da Universidade de Oxford, no Reino Unido (Oxford Mindfulness Centre).

O curso tem o objetivo de formar profissionais de saúde mental, os capacitando a oferecer o programa de MBCT, seguindo as diretrizes britânicas e internacionais.

**A formação é composta por quatro módulos.**

- 1: vivência do programa MBCT em formato de retiro;
- 2: treinamento fundamental de instrutores - conceitos teóricos e práticos do programa;
- 3: aprofundamento da prática pessoal e retiro de 5 dias;
- 4: treinamento avançado de instrutores de MBCT.

**O Foundational Training (Formação Básica) é composto pelos módulos 1 e 2.**

**O treinamento será ministrado em INGLÊS, com tradução consecutiva.**

## II Edição da Formação Básica em MBCT

O curso básico de formação em MBCT é constituído por um treinamento em imersão (modelo retiro), presencial, com duração de 6 dias, no qual os participantes vivenciarão as práticas e técnicas fundamentais do Programa MBCT, assim como discutirão as bases teóricas e práticas para se ensinar o programa.

Esse treinamento básico faz parte do percurso de formação e desenvolvimento das competências profissionais em MBCT.

## Objetivo

Dar o treinamento introdutório de MBCT para que profissionais de saúde mental possam começar a oferecer programas de "Terapia Cognitiva Baseada em Mindfulness".

## Como se inscrever (passo a passo):

- Envie um email para [mbctbrasil@mindfulnessbrasil.com](mailto:mbctbrasil@mindfulnessbrasil.com) (aos cuidados de Fernanda);
- Serão solicitados alguns documentos necessários para pré-inscrição (certificado de graduação e currículo breve);
- Após a aprovação da inscrição pela comissão organizadora, será enviado o código de pagamento (via Eventbrite), para a reserva da vaga;
- O resultado final com a lista de aprovados será divulgado até o dia 31 de maio de 2018.

## Professores

Dr. Tim Sweeney - Oxford Mindfulness Centre;

Dr. Paul Bernard - Oxford Mindfulness Centre.

## Coordenação

Prof. Dr. Marcelo Demarzo – Centro Mente Aberta (Brasil);

Prof. Dr. Willem Kuyken – Oxford Mindfulness Centre (UK);

Prof. Dr. Javier Garcia-Campayo – Universidad de Zaragoza (Espanha).

**Os principais objetivos pedagógicos são:**

1. Compreender as bases teóricas do MBCT, incluindo a ciência cognitiva, a base de evidências científicas, e o enquadramento ético subjacentes;
2. Compreender as intenções, a estrutura e a sequência do currículo do programa MBCT;
3. Experimentar, como participante, as 8 sessões do programa MBCT, de maneira concentrada durante a imersão;
4. Aprofundar a prática pessoal de atenção plena (Mindfulness);
5. Praticar e vivenciar os elementos fundamentais de ensino-aprendizagem do programa em pares e pequenos grupos, com feedback dos formadores e colegas.

**Para ser admitido, o candidato deve:**

Ter lido previamente o Manual de Mindfulness Based Cognitive Therapy (MBCT) (comprovado por meio de resenha de 5 páginas, a qual deve ser enviada até uma semana antes do primeiro dia de formação);

Ter participado previamente num programa baseado em Mindfulness (8 semanas, do tipo MBSR ou MBCT, com instrutor certificado), sendo presencial ou online (interativo, com instrutor ao vivo), comprovado por meio de certificado ou declaração, a qual deve ser enviada até uma semana antes do primeiro dia de formação;

Ter previamente o conhecimento e as competências-chave para proporcionar uma abordagem terapêutica estruturada, geralmente adquirida através de formação e experiência em TCC (Terapia Cognitiva-Comportamental) ou outra terapia psicológica estruturada baseada em evidências.

**Local e Data.**

23 a 28 de julho de 2018 - TER MARIE – HOTEL CLUB  
KM 111 da Rod. Castelo Branco - Rua Gaivota, 368

**Investimento (hospedagem e traslado não incluídos):**

R\$ 4.400,00 (reais) à vista – Depósito em conta corrente.

R\$ 4.839,56 (reais) parcelado em 6x no cartão.