

PSICOYOGA y RECUPERACIÓN POSTRAUMÁTICA

o
c
t
u
b
r
e
·
n
o
v
i
e
m
b
r
e
·
2
0
2
3



Aval Consejo
Iberoamericano de Arte,
Psicología y Educación.

encuentromov.org/psicoyoga

TE DAMOS LA MÁS CORDIAL BIENVENIDA A LA
CAPACITACIÓN EN PSICOYOGA Y RECUPERACIÓN
POSTRAUMÁTICA

<< El yoga es un camino hacia la libertad >>

INDIRA DEVI



¿QUÉ ES PSICOYOGA?



Psicoyoga

comprende toda práctica de yoga basada en evidencia y respaldada por las neurociencias y sus avances, donde el entendimiento del trauma se reconoce en un alto costo somático y neurológico que lleva a experimentar secuelas diversas e incapacidad para acceder a estados de regulación a quienes han padecido situaciones de violencia, victimización, polivictimización, abandono, negligencia y apegos inadecuados en sus relaciones primarias.

Sus beneficios

no surgen de la práctica ordinaria del yoga, sino como intervención complementaria en el marco de las terapias psicodinámicas, teniendo un impacto significativo en tratamientos postraumáticos aplicados a poblaciones e individuos que han sido expuestos a experiencias aversivas.

CAPACITACIÓN EN PSICOYOGA Y RECUPERACIÓN POSTRAUMÁTICA



30 horas de trabajo
sincrónico y asincrónico



15 horas de clases
teórico-prácticas en vivo



Entrega de certificado
con valor curricular y avalado
por el Consejo Iberoamericano
de Arte, Psicología y
Educación (APE)



PÚBLICO AL QUE VA DIRIGIDO

Practicantes de yoga, interventores(as) comunitarios(as), activistas sociales, personal clínico, terapeutas y público interesado en la adquisición de herramientas psicocorporales para la intervención grupal e individual en prevención, psicoeducación y acompañamiento.

REQUISITOS DE INGRESO

- Ser un persona interesada en el trabajo psicocorporal.
- Tener interés en procesos personales y/o grupales de recuperación.
- Contar con una mirada crítica y analítica que cuestione la violencia y sus dispositivos.
- Estar comprometido(a) con el bienestar humano y social.
- Haber seguido y/o llevar un proceso terapéutico.



SÍNTESIS CURRICULAR



Principios

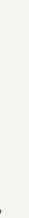
Terapéuticos · Sociales · Técnicos

Ejes articuladores

Psicoyoga · Neurociencias · Psicotraumatología · Psicocorporalidad · Psicoeducación

Campos de saberes y conocimientos

Psicodinámico · Neurocientífico · Psicotraumatológico · Psicocorporal · Psicosocial



ENCUADRE DEL PLAN DE ESTUDIOS

Fin de semana 1

21 y 22 de octubre de 2023

Introducción al trauma

- Trauma: aproximación histórica y concepto.
- Tipos de trauma y secuelas.
- Neurobiología del trauma.
- Respuestas al trauma.

Yoga introductorio para la estabilización

- Introducción al yoga.
- Filosofía del yoga.
- Estudios sobre yoga como terapia complementaria en el tratamiento de trauma.
- Práctica de Yoga Sensible al Trauma.

Fin de semana 2

28 y 29 de octubre de 2023

Implicaciones somáticas del trauma

- SNC y SNA.
- Trauma y disociación.
- Interocepción.
- Memoria traumática.
- Práctica.

Yoga, cuerpo y trauma

- Yoga e interocepción.
- Momento presente.
- Autorregulación y correulación.
- Práctica de Yoga Sensible al Trauma.

Fin de semana 3

4 y 5 de noviembre de 2023

Teoría ecológica y psicosocial

- Teoría ecológica.
- Enfoque psicosocial en el contexto de intervención social.
- Trauma y cultura.

Yoga y vinculación

- Vínculos sociales y sanación.
- Experiencia auténtica compartida.
- Yoga como herramienta de correulación.



ENCUADRE DEL PLAN DE ESTUDIOS

Fin de semana 4

11 y 12 de noviembre de 2023

Poder, privilegio e interseccionalidad

- Interseccionalidad.
- Teoría de género.
- Agencia (Agency) y autodeterminación.
- El contexto social y la recuperación del trauma.

El yoga y lo social

- Reflexión crítica sobre espacios de yoga.
- Poder y no-coerción.
- Práctica de Yoga Sensible al Trauma.

Fin de semana 5

18 y 19 de noviembre de 2023

Cuidado informado en trauma

- Cuidado informado en trauma: paradigma, elementos.
- ACEs.
- Teoría del apego.

Práctica del cuidado

- La complejidad del autocuidado.
- Consciencia de necesidades para la auto y corregulación desde la comunicación no violenta.

Fin de semana 6

25 y 26 de noviembre de 2023

Teoría Polivagal

- Teoría Polivagal: concepto y aplicación en el espacio de terapéutico.
- Teoría de ventanas de tolerancia.
- Neurocepción.
- Jerarquía del SNA.

Práctica polivagal y ventanas de tolerancia

- Práctica restaurativa
- EFT Tapping
- Ejercicios somáticos





PERFIL DE EGRESO

Comprende los aportes de las neurociencias para el trabajo psicocorporal fundamentado.

Puede justificar la acción corporal en el abordaje del trauma individual y psicosocial.

Es capaz de experimentar herramientas y reproducirlas en el encuadre adecuado.

Sabe aplicar herramientas de psicoyoga y sus técnicas a su área de desempeño profesional.

Distingue la relación cuerpo-mente-emociones.

Cuenta con protocolos para la intervención clínica y/o comunitaria.

Identifica adecuadamente el encuadre de sus acciones.

Integra perspectiva de género y DD.HH. en su visión e intervenciones.

Impulsa iniciativas desde un perspectiva ética y fundamentada.

COSTO

- COSTO REGULAR: \$10000 MX
- **COSTO PROMOCIONAL: \$4450 MX**

Para calcular costo en tu moneda local, vista: www.xe.com/es/currencyconverter/

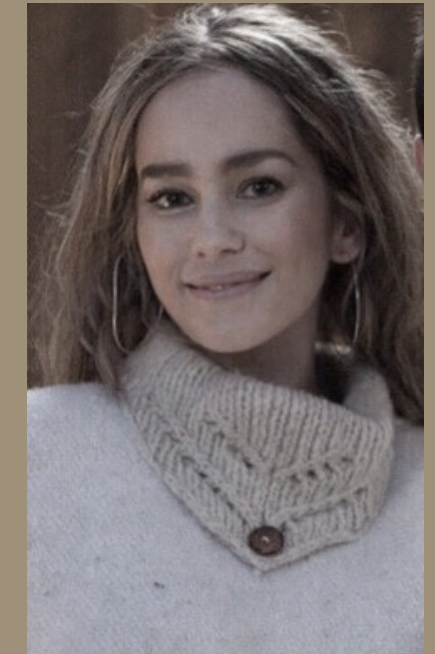
- El costo promocional aplica a toda persona inscrita en 2023.
- Pago único.
- Formas de pago: Por medio de nuestra página, depósito bancario, OXXO, transferencia, tarjetas de crédito participantes, PayPal, Zelle para Venezuela.

Para pago e inscripción, favor comunicarse vía WhatsApp al +52 55 5507 7651

CUPO LIMITADO

COORDINACIÓN

Maria Gourley



Canadiense-chilena residente en México, licenciada en composición y arreglos musicales, ciencias de la educación, profesora en interpretación de la danza, diplomada en neuroendocrinología y neuropsicología, posgrado en psicotraumatología y actual doctorante de psicología clínica. Se ha desempeñado en labores de docencia, implementación de programas de desarrollo psicosocial y desarrollo humano, dirección de arte, gestión, prevención, promoción e intervención en salud mental y psicosocial, programas de abordaje del trauma y generación de recursos de rehabilitación y resiliencia, dirección general y editorial y coordinación en Chile, Canadá, USA, India, México, Cuba y Centroamérica, trabajando y colaborando en proyectos privados, independientes y estatales como el Vancouver International Film Festival (VLAFF), Vancouver Neighbourhood House, periódico La Vanguardia de Vancouver, Spanish & Arts School, Simposium de Arte, Cultura y Negocios, Alliance Francaise de Vancouver, México Social, Vancouver Association for Survivors of Torture (VAST), agencia STOP: preventing trafficking and modern slavery, Comité de Defensa del Cobre, Ciudad de las Mujeres, Secretaría de la Mujer, desde ejes de acción informados en trauma, DD.HH. y equidad de género, integrando temas de reconstrucción comunitaria, violencia de género, migración e inclusión social. Ha publicado en prensa y en libros institucionales sobre intermediación artística, desarrollo social, políticas públicas e intervención desde la sociedad civil. Ha participado en diversos congresos como conferencista y ha sido docente en programas de actualización académica en distintas casas de estudios superiores. Además ha implementado variadas muestras escénicas y de artes visuales de pequeño y gran formato orientadas al desarrollo de las comunidades. Fue propuesta en 2008 como "Mujer del año" por la comunidad latinoamericana residente en Vancouver por su aporte a las artes, cultura, educación y desarrollo social. En el mismo año, fue invitada a participar como conferencista en la Feria del Libro de Guadalajara (FIL) conmemorándose los cien años del nacimiento de Simone de Beauvoir, debido a su trabajo en favor de la creación de contextos promotores de inclusión social con perspectiva de género. En 2016 recibe el reconocimiento de UNESCO/CID y es invitada a ser miembro embajadora del Consejo Iberoamericano de Arte, Psicología y Educación. Actualmente trabaja desde la sociedad civil organizada como directora de MOV y coordinadora del programa de atención clínica informada en trauma Mental Integral.





Milena Blandón

Psicóloga y terapeuta psicocorporal nicaraguense, graduada de la Universidad Centroamericana. Su trabajo se ha orientado a la comprensión del impacto del trauma y el contexto sociocultural en los cuerpos, mentes y relaciones humanas, con base en el enfoque psicosocial informado en trauma. Diplomada en estudios de memoria, formación en Neurodanza y habilidades de terapia dialectico conductual. Es facilitadora certificada de Yoga Sensible al Trauma por el Center For Trauma and Embodiment: una intervención clínica para el trauma complejo y estrés postraumático. Ha acompañado procesos psicoeducativos y terapéuticos individuales y grupales en transformación de conflictos, comunicación empática desde la metodología de Comunicación Noviolenta (CNV), gestión de estrés y regulación emocional, consultoría, prácticas de acompañamiento psicosocial en la Universidad Centroamericana y el Centro de Desarrollo Psicosocial Ignacio Martín Baró, atención psicosocial con perspectiva de género y con grupos diversos (activistas y defensores de derechos humanos, comunidad LGBTIQ+) y facilitadora de experiencias terapéuticas y comunitarias para mujeres desde la metodología TC - TSY Yoga Sensible al Trauma.



Anna Helena Malmic

Licenciada en estudios de desarrollo internacional ítalo-finlandesa, con maestría en estudios de género, interseccionalidad y cambio social y maestría en políticas públicas y gestión de servicios sociales por las universidades suecas de Lund y Linköping respectivamente, especialidad en yoga terapéutico y restaurativo, formación en Trauma Center y Trauma Sensitive Yoga por el Center for Trauma and Embodiment at Justice Resource Institute de EE.UU. y en Hatha y Vinyasa Yoga en el Centro Lakshmi de México. Ha colaborado con diversas fundaciones y organizaciones de la sociedad civil en atención psicosocial, gestión, liderazgo de proyectos, coordinación, trabajo de campo, consultoría, enlace, vinculación y coordinación en Europa, América Latina y África, abordando temas de migración, integración social y refugio. A su vez, se ha desempeñado como facilitadora de Yoga Sensible al Trauma en el espacio de atención clínica Mental Integral y con grupos diversos. Cuenta con publicación de artículos indexados y participación en libros colectivos.