

PSICOYOGA y RECUPERACIÓN POSTRAUMÁTICA

m
a
y
o
•
j
u
n
i
o
•
2
0
2
4



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



45 horas de trabajo
sincónico y asincrónico



30 horas de clases
teórico-prácticas en vivo



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



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 una persona interesada en el trabajo psicocorporal.
- Tener interés en procesos personales y/o grupales preventivos y 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



CALENDARIZACIÓN Y PLAN DE ESTUDIOS

Fin de semana 1

11 y 12 de mayo de 2024

Clases de 09:00 a 12:30 hr CDMX

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

18 y 19 de mayo de 2024

Clases de 10:00 a 12:30 hr CDMX

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

25 y 26 de mayo de 2024

Clases de 10:00 a 12:30 hr CDMX

Cuidado informado en trauma

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

Yoga y vinculación

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



CALENDARIZACIÓN Y PLAN DE ESTUDIOS



Fin de semana 4

01 y 02 de junio de 2024

Clases de 10:00 a 12:30 hr CDMX

Yoga y empoderamiento

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

Poder, privilegio e interseccionalidad

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

Fin de semana 5

08 y 09 de junio de 2024

Clases de 10:00 a 12:30 hr CDMX

Elementos de yoga informado en trauma

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

Teoría ecológica y psicosocial

- Concepción ecosistémica de las conductas humanas.
- Sujetos biopsicosociales.
- Psicología comunitaria.

Fin de semana 6

15 y 16 de junio de 2024

Clases de 10:00 a 12:30 hr CDMX

Teoría Polivagal

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

Herramientas somáticas y de autocuidado

- Práctica restaurativa
- Ejercicios somáticos
- Consciencia de necesidades para la auto y correulación desde la comunicación no violenta.

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: \$4450 MX
- **COSTO PROMOCIONAL 2024: \$2550 MX**

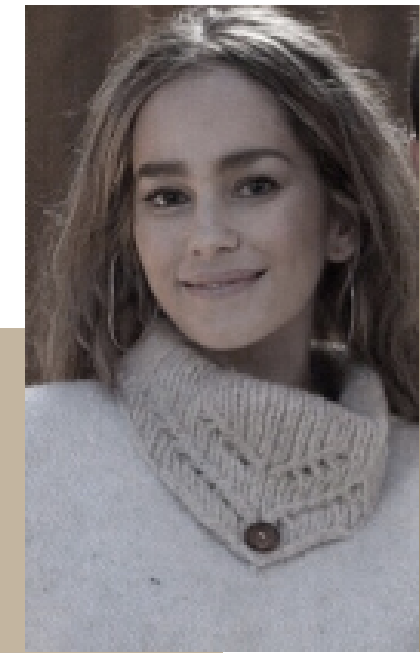
Para calcular costo en tu moneda local, vista: www.xe.com/es/currencyconverter/

- El costo promocional aplica a toda persona inscrita en 2024.
- 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*



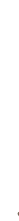
Canadiense-chilena residente en México, licenciada en composición y arreglos musicales, ciencias de la educación, profesora en interpretación de la danza, diplomada en neuroendocrinología y neuropsicología, posgrado en psicotraumatología y actual doctorante de psicología clínica. Se ha desempeñado en 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, Symposium 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.





Valeria Moscoso

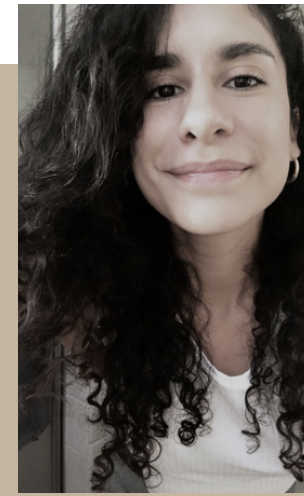
Psicóloga mexicana-chilena, con especialidad clínica y maestra en intervención psicojurídica y forense, especialista en trabajo y acompañamiento psicosocial y defensora de derechos humanos. Trabajó en Chile tanto en el ámbito público como en sociedad civil, llevando procesos terapéuticos con víctimas de la dictadura cívico-militar, así como proyectos de recuperación de testimonios y construcción colectiva de memorias, entre otras cosas. Coordinadora académica del Diplomado de Atención a Víctimas de Violencias y Catástrofes de la Universidad Iberoamericana, en colaboración con el Museo Memoria y Tolerancia desde 2019. Es integrante, desde su formación en 2012, y co-coordinadora desde 2018 de la Red Nacional de Peritos/as y Expertos/as Independientes Contra la Tortura y desde 2015, forma parte de la Red Espacio Psicosocial por los Derechos Humanos en México. Laboró durante once años en organizaciones de sociedad civil mexicana, dirigiendo las labores de trabajo y acompañamiento psicosocial a personas víctimas de violaciones a derechos humanos y continúa actualmente asesorando a varias organizaciones, asociaciones de base y organismos internacionales. Tiene experiencia en el trabajo clínico-terapéutico, socio-comunitario, en investigación y docencia en el ámbito psico-jurídico, incluyendo el acompañamiento psicosocial a víctimas de violencias, grupos en situación de vulnerabilidad y organizaciones sociales de base y en la elaboración de peritajes especializados independientes (valoraciones de impacto psicosocial, opiniones forenses y dictámenes basados en el Protocolo de Estambul) en temas relativos a violaciones a derechos humanos (tortura, ejecuciones extra-judiciales, desaparición forzada, violencia contra las mujeres, migraciones forzadas) tanto en Chile como en México, implementando herramientas multi y transdisciplinarias como la educación popular, técnicas narrativas, lo psicocorporal, arteterapia, entre otras. Participante y autora de varias publicaciones en la materia, así como ponente y facilitadora en diversos espacios especializados, talleres y procesos formativos relacionados con derechos humanos, ciencias criminales y forenses, memorias y resistencias, salud mental, psicología y determinantes sociales de la salud 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 LGBTQ+) y facilitadora de experiencias terapéuticas y comunitarias para mujeres desde la metodología TC - TSY Yoga Sensible al Trauma.



Amairani Méndez

Máster of yoga de nacionalidad mexicana, certificada en Yoga Sensible al Trauma TCTSY, yoga terapéutico y restaurativo, especialidad en ajustes funcionales para las asanas avalado Yoga Alliance, Yoga Informado en Trauma en contexto de encierro por Proyecto Yoga Prisiones México, y Hatha Vinyasa Yoga. Ha laborado en acompañamiento e implementación en México + UNICEF sede Tapachula, brindado capacitación a personal socio para la incorporación de sesiones con esta metodología como parte del programa migraciones, co-facilitadora talleres de Yoga Informado en Trauma, actualmente es parte del proyecto Yoga en Prisiones México, además facilita sesiones semanales de Yoga Informado en Trauma en el CEFERESO NO. 9 Oaxaca, ha impartido cursos de hatha yoga y yoga restaurativo, fue fundadora del Centro de Yoga del Estado de México y forma parte del al proyecto por donativos del mismo estudio para práctica de yoga accesible y orientado a la salud y el cuidado.

