

MINDFULSEX

¿Cómo abordar las disfunciones sexuales en psicoterapia con intervenciones basadas en Mindfulness?

¡Novedad!

Esta nueva formación online dirigida a profesionales tiene el objetivo de incorporar las herramientas del Mindfulness para tratar problemáticas y disfunciones sexuales que aparecen en psicoterapia. El Mindfulsex consiste en aplicar la atención plena en la sexualidad con uno/o mismo/a y con otra/s persona/s haciéndola más consciente. Consta de 4 sesiones de 4 horas de duración con exposición de casos clínicos y ejercicios para realizar en casa para cultivar el crecimiento erótico y sexual.

OBJETIVOS

- Profundizar en la importancia del propio autoconocimiento erótico y sensual
- Fomentar relaciones sexuales más conscientes des de la autoestimulación hasta la fantasía erótica, la relación con el propio cuerpo y la integración de los cinco sentidos
- Potenciar el comportamiento asertivo en el encuentro erótico
- Conocer las investigaciones realizadas sobre Mindfulness y el tratamiento de disfunciones sexuales masculinas y femeninas

PROGRAMA

1. ¿Qué es el Sexfulness?
2. Beneficios de una sexualidad consciente
3. Realización de la historia de vida sexual
4. Atención hacia el propio cuerpo: conocer el cuerpo erótico
5. Tratamiento de disfunciones sexuales masculinas y femeninas
6. Relaciones sexuales con atención y conciencia plena
7. Casos clínicos

DOCENTE:

Este espacio está conducido por Daniel Borrell Giró, psicólogo sanitario, psicoterapeuta, terapeuta sexual y de pareja, socio fundador del Centro Quantum y docente del Postgrado de <Mindfulness y psicoterapia> y del Máster en <Intervenciones basadas en Mindfulness> de IL3 – Universitat de Barcelona.

PRECIO: 160€ - 10% de descuento para personas colegiadas en el COPC

FECHAS y HORARIOS: Lunes 8, 15, 22 de febrero y 1 de marzo de 18h a 20h, horario español.

METODOLOGÍA:

- El alumnado recibirá un dossier completo del curso, que incluye bibliografía y ejercicios para casa.
- 4 sesiones en directo en webinar de dos horas de duración.
- Las sesiones se pueden grabar, en caso de que haya alguna persona que no pueda acceder a la sesión en directo.
- Prácticas y visualizaciones personales.
- Guías de apoyo a la práctica personal.

Si te inscribes a otro curso de especialización en Mindfulness, te ofrecemos un 15% de descuento y, en caso de inscribirte a los tres cursos, un 20% de descuento. Aprovecha esta promoción que está disponible hasta el 29 de enero del 2021.



QUANTUM

Psicoteràpia · Desenvolupament · Formació

C/ Bruc, 5, pral. 2a.

08010 Barcelona

93.141.38.95.

hola@quantumpsicologia.com

www.quantumpsicologia.com