

# DISCIPLINA TERAPIAS BASEADAS EM MINDFULNESS

Programa de Pós-Graduação em Psicobiologia - Escola Paulista de Medicina - UNIFESP  
Pró-Reitoria de Pós-Graduação e Pesquisa, Universidade Federal de São Paulo (UNIFESP)

Código da disciplina:	612
Nome:	Disciplina Terapias Baseadas em Mindfulness
Programa:	Programa de Pós-Graduação em Psicobiologia - Escola Paulista de Medicina - UNIFESP
Cronograma de criação:	Disciplinas Primeiro Semestre de 2022
Responsável Disciplina:	Ana Regina Noto
Colaboradores:	

## Detalhes da disciplina

**Carga horária:** 40 horas (20h teóricas, 4h prática, 16h de atividades extras)

**Créditos:** 3

**Requisitos / Critérios de ingresso:** Estar desenvolvendo projeto de pesquisa e/ou ter formação básica para atuar como facilitador em MBIs (Intervenções Baseadas em Mindfulness): MBRP, MBSR, MBCT ou similar.

**Ementa do curso:** A disciplina tem por objetivo ampliar conhecimentos sobre como as práticas de Mindfulness tem sido incorporadas a processos terapêuticos, em diferentes áreas da saúde (psicoterapia, terapia ocupacional, fisioterapia), para tratamento de TUS, ansiedade, depressão, entre outros transtornos de comportamento.

**Bibliografia:** Michalak J, Steinhaus K, Heidenreich T. (How) Do Therapists Use Mindfulness in Their Clinical Work? A Study on the Implementation of Mindfulness Interventions. *Mindfulness* 11: 401-410, 2020 Germer CK, Siegel RD, Fulton PR. *Mindfulness e Psicoterapia*. Artmed, 2ª ed, 2016. Ostan BD, Robinson MD, Meier BP. *Handbook of Mindfulness and Self-Regulation*. Springer Ed, 2015. Gilbert P. *Terapia focada na compaixão*. Hogrefe 1ª ed, 2020.

## Detalhes da oferta

**Vagas:** 15

**Período:** 08/02/2022 a 28/06/2022

**Modalidade:** EAD

**Idioma:**

- Português

**Local:** Plataforma Zoom

**Cursos participantes:**

- Psicobiologia (Mestrado) (Opcional)
- Psicobiologia (Doutorado) (Opcional)
- Psicobiologia (Pós-doutorado) (Opcional)