**IPPI.Instituto Psicopedagógico Integrativo**

**MBCT**

**(Mindfulness-based Cognitive Therapy Program)**

 Inscripción e Información del participante

Tener un conocimiento detallado de cada participante nos ayuda a planificar el cuidado de cada persona de la mejor forma posible, por eso te rogamos cumplimentes el siguiente cuestionario. Sin embargo, el rellenarlo es TOTALMENTE VOLUNTARIO.

A esta información solo tendrá acceso el profesor del curso, será tratada de forma estrictamente confidencial y destruida después del programa. Únicamente los datos con asteriscos son obligatorios

**Nombre\*:**

**Dirección\*:**

**Fecha de nacimiento:\***

**Titulación máxima académica\***

**Teléfono\***

**e-mail\***

1. ¿Qué expectativas tienes del programa? ¿Qué te trae a él?
2. ¿Practicas regularmente meditación? ¿Tienes alguna experiencia en Mindfulness? (años de práctica, cursos, retiros realizados, etc. )
3. Si tienes algún tipo de impedimento físico o enfermedad que pueda dificultar el que permanezcas sentado, de pie, caminando o haciendo ejercicios físicos sencillos, por favor, dínoslo:
4. Si has tenido algún tipo de problema o dificultad psicológica en los últimos años, como ansiedad o depresión, por favor, dínoslo:
5. Si estás tomando algún tipo de medicación en la actualidad, por favor, dinos cuál:
6. El seguimiento de este curso promueve la vivencia de las experiencias cotidianas de forma más intensa, incluyendo las dificultades. Esto puede suponer todo un reto, abrumador incluso, para algunas personas. El soporte del profesor siempre estará presente, pero animamos a los participantes a construir su propio sistema de apoyo en su entorno natural.

MANDAR FORMULARIO A **ippipsico@gmail.com**