

# Psicoteràpia Integrativa

## 1a Edició

**Codi:** 24S074

**Tipologia:** Diploma d'especialització (postgrau)

**Crèdits:** 33.00

**Idioma:** Català

**Data d'inici:** 25/10/2024

**Data darrera sessió presencial:** 21/06/2025

**Data de finalització:** 15/07/2025

**Data màxima de presentació del treball final:** 03/07/2025

**Horari:** un o dos seminaris mensuals els divendres a la tarda, de 16 a 19 h, i els dissabtes al matí, de 10 a 13 h, per videoconferència a través de la plataforma zoom. Alguns es podran seguir també presencialment. - Dues sessions al mes de Pràctiques Personals Acompanyades, els divendres tarda, de 16 a 19 h. Es podran seguir presencialment a l'aula o bé de manera virtual per videoconferència per la plataforma Zoom. - Intensiu presencial de sis dies al juny: quatre dies de classe a l'aula en horari de 9 a 13 h i de 15 a 19 h i dos dies complets de retir de meditació a Santa Elena, Solius (inclòs en el preu de la matrícula).

**Lloc de realització:** Els seminaris presencials es realitzaran al Parc de Recerca i Innovació de la UdG (edifici Giroemprèn). Els seminaris virtuals es faran per videoconferència a través de la plataforma zoom. Les Pràctiques Personals Acompanyades es podrà escollir si seguir-les per videoconferència o bé presencialment. Els dos dies de retir es faran a Santa Elena (Solius).

**Places:** 25

## Preus i descomptes

**Preu:** 2.950 €

### 5% de descompte per alumnes i exalumnes de la Universitat de Girona.

2.802,50€ (590 € preinscripció + 2.062,50 € Matrícula + 150 € Taxes)

### 5% de descompte per alumnes i exalumnes de màsters, postgraus i diplomes d'especialització de la Fundació UdGIF

(Excepte si forma part de la mateixa estructura modular).

2.802,50€ (590 € preinscripció + 2.062,50 € Matrícula + 150 € Taxes)

### 5% de descompte per persones amb discapacitat reconeguda.

2.802,50€ (590 € preinscripció + 2.062,50 € Matrícula + 150 € Taxes)

### 5% de descompte per persones en situació d'atur en el moment de la matrícula.

2.802,50€ (590 € preinscripció + 2.062,50 € Matrícula + 150 € Taxes)

### 5% de descompte per membres de famílies nombroses o monoparentals.

2.802,50€ (590 € preinscripció + 2.062,50 € Matrícula + 150 € Taxes)

### 10% de descompte per empreses que paguin la matrícula de 2 o 3 treballadors dins de la mateixa activitat en el mateix curs acadèmic.

2.655€ (590 € preinscripció + 1.915 € Matrícula + 150 € Taxes)

### 15% de descompte per empreses que paguin la matrícula de 4 o més treballadors dins de la mateixa activitat en el mateix curs acadèmic.

2.507,50€ (590 € preinscripció + 1.767,50 € Matrícula + 150 € Taxes)

**10% de descompte per personal de la UdG (PDI i PAS).**

2.655€ (590 € preinscripció + 1.915 € Matrícula + 150 € Taxes)

## Sessions Informatives

	<b>Data</b>	<b>Hora</b>	<b>Lloc</b>
Sessió informativa 1	21/12/2024	11:30	Primer col·loqui multidisciplinar: Què és la ment? Gratuït i obert a tothom. Online a través de la plataforma Zoom.
Sessió informativa 2	15/02/2025	11:30	Segon col·loqui multidisciplinar: El cos és espiritual? Gratuït i obert a tothom. Online a través de la plataforma Zoom.

## Raons per fer el curs

### Raons per fer el curs

- Professorat amb un alt reconeixement professional i experiència.
- Formació que dona a l'alumnat uns coneixements que li permet posicionar-se al mercat laboral amb un ventall de recursos diferencials.
- El postgrau posa la mirada psicològica en la persona i dona sentit a la pràctica professional.
- Es fomenta la integració dels diferents aspectes personals, ment, cos i espiritualitat en l'alumnat, i se'l prepara per a un abordatge professional conscient.
- S'aprèn com integrar en la pràctica professional aspectes poc tractats habitualment des de la psicologia, però imprescindibles per abordar les problemàtiques dels pacients.
- Metodologia simple i eficaç apresada de manera experiencial i teòrica.
- Tota la proposta formativa té un alt nivell de coherència interna pel que fa a l'equip de professors, per acompanyar de manera eficaç l'experiència i aprenentatge de l'alumnat.

Com a psicòlegs tenim una tasca important en la societat actual, des de la mirada integrativa tornem a posar a les persones al centre de la nostra professió

## Presentació

### Presentació

El postgrau de Psicoteràpia Integrativa s'adreça a estudiants i professionals de la psicologia i la psiquiatria que vulguin adquirir coneixements i experiència en abordatges tant tradicionals com innovadors. Integra coneixements científics amb tècniques provinents de la saviesa oriental (avui en dia també estudiats científicament), amb una mirada profundament humanista. Obre l'alumnat a l'estudi i la comprensió de dimensions poc treballades habitualment en la psicologia, com ara el cos i l'espiritualitat.

## Objectius

- L'objectiu principal és formar psicòlegs i psiquiatres en la psicoteràpia integrativa, perquè puguin integrar els diferents recursos en la seva pràctica professional des del seu desenvolupament personal.
- Dins del concepte de psicoteràpia integrativa s'inclouen tècniques de diversos corrents psicològics (tant tradicionals com les més actuals), tècniques psicocorporals, tècniques provinents del zen (meditació i actitud) i apropament a la dimensió espiritual natural.
- Adquirir una formació tant teòrica i metodològica com pràctica.
- Experimentar en primera persona un procés personal amb classes dedicades a promoure aquesta experiència personal.
- Generar l'experiència imprescindible per aplicar de manera coherent les bases del coneixement teòric i científic adquirit.
- Fomentar que l'alumnat porti els seus coneixements i experiència de manera ètica i significativa per a l'avenç tant de les

persones com de la societat en general, desplegant el potencial transformador de les tècniques apreses.

- Generar espais de comprensió, teràpia i millora per fomentar el benestar psicològic i global en qualsevol àmbit en què l'alumnat en vulgui aplicar el coneixement.
- Aplicar els coneixements de manera autònoma.
- Aplicar els coneixements en equip.

## Sortides professionals

Tot l'après en el postgrau es podrà aplicar tant en la consulta psicològica com en l'àmbit social i educatiu o en les organitzacions.

## A qui s' adreça

A llicenciats i diplomats en Psicologia o Psiquiatria.

## Requisits d'admissió

- Titulació universitària en Psicologia o Psiquiatria
- Currículum

## Informació relacionada

- Àudio: [Deixar de projectar a través del zen](#) (entrevista a la directora del diploma d'especialització, Laia Monserrat, al programa "L'Ofici de Viure" de 3CAT)

- Vídeo: [Miradas conscientes, con Laia Montserrat, psicóloga y maestra Zen](#) (entrevista a la directora del diploma d'especialització, Laia Monserrat, a Beatalegon.tv)

## Pla d'estudis

### Ment

- Psicologia occidental actual: des de Freud fins a les teràpies de quarta generació.
- Conscient i inconscient.
- Ment corporeïtzada o *embodiment*.
- Estudis científics sobre la ment i la meditació: noves dades i nous reptes.
- Col·loqui: «Què és la ment?».

---

### Cos

- El cos que tinc i el cos que soc.
- Hara: centrament, equilibri i vitalitat.
- Neurociència, emocions i cos.
- Espiritualitat i corporeïtat.
- El teixit conjuntiu i el toc terapèutic.
- Col·loqui: «El cos a la nostra societat».

---

### Espiritualitat

- Espiritualitat occidental i espiritualitat oriental.
  - La meditació com a camí de serenitat i de sanació.
  - Experiències espirituals i el seu interès en clínica.
  - La mort.
  - La dimensió compassiva i les seves aplicacions.
  - Col·loqui: «Podem ser espirituals sense religió?».
-

## Sanar l'ego per curar-se de l'ego

- Jo existencial i jo essencial: filosofia aplicada per a psicòlegs.
  - Psicologia i ètica: som una unitat.
  - Psicologia i ecologia: som naturalesa.
  - Col·loqui: «Canviar un mateix per canviar el món».
- 

## Pràctiques personals acompanyades

- El procés personal com a base de la pràctica professional.
  - Des del mapa del jo *ego* fins a l'experiència de l'ésser essencial.
  - Dotze sessions i dotze temes per aprofundir en les bases de l'experiència integrativa.
  - Presencial i en estríming.
- 

## Meditació i silenci

- Dos dies de retir de meditació i silenci (retir en residencial).
- 

## Titulació

Diploma d'Especialització en Psicoteràpia Integrativa per la Universitat de Girona

\* No inclou la taxa d'expedició del títol

Nota: qui no disposi de títol universitari previ, tindrà dret a rebre, amb les mateixes condicions, un certificat d'assistència entregat per la Fundació UdG: Innovació i Formació.

## Metodologia

- Classes dinàmiques amb participació activa de l'alumnat.
- Autoaprenentatge i treball personal.
- Pràctiques personals acompanyades.
- Col·loquis amb professors i alumnes.
- Classes magistrals.

## Sistema d'avaluació

- Cada mòdul constarà de diverses proves curtes tipus test i també s'haurà d'elaborar algun treball per escrit.
- Diari d'experiències del procés personal.
- Cal assistir com a mínim a un 80 % de les sessions del curs.

## Finançament

### Finançament bancari

Els estudiants matriculats poden finançar el pagament de la matrícula en quotes.

La Fundació ha establert convenis amb condicions preferents pels seus alumnes amb les següents entitats:

- [Sabadell Consumer](#)
- [CaixaBank](#)
- [Banc Santander](#)

\* Només és aplicable a persones residents a Espanya i sota acceptació de l'entitat bancària.

# Quadre docent

## Direcció

### **Laia Monserrat Sanjuán**

Llicenciada en Psicologia Clínica (Universitat Nacional d'Educació a Distància). Mestre zen des de 1989. Formada en leibteràpia personal i en el mètode Dürckheim. Màster en Teràpia Breu Estratègica (G. Nardone). Directora de centre sanitari a Barcelona. Directora de la Formació en Leibteràpia i Zen (des del 2012). Docent en diversos màsters i postgraus. Autora de *Cirerer al balcó: Practicar zen a la ciutat* (també en castellà i francès), *Espiritualidad natural. Ideas para padres y educadores* i *La revolución del hara: Leibteràpia y técnicas de centramiento* (tots tres a l'ed. Kairós). Col·labora en premsa i mitjans de comunicació. Presidenta de l'associació Zen Acció, adreçada a treball social. [www.presenciazen.com](http://www.presenciazen.com)

---

## Coordinació

## Professorat

### **Joseba Azkarraga Etxagibel**

Doctor en Psicologia i en Sociologia. Diploma d'estudis avançats en Processos de Canvi Social. Màster internacional en Counseling Adlerià. Diploma de terapeuta transpersonal. Professor i investigador a la Universitat de Mondragón. Professor permanent a la Universitat del País Basc. Investigador del grup de recerca transdisciplinari sobre temàtiques ecològiques de la Universitat del País Basc.

---

### **Nacho Bañeras**

Doctor en Filosofia, especialitzat en pensament contemporani i tradicions contemplatives a Occident. Llicenciat en Dret. Professor de ioga i meditació i formador en acompanyament filosòfic. Director de la plataforma [www.curasui.es](http://www.curasui.es). Autor dels llibres *Acompanyament filosòfic* (Barcelona, 2017), *L'actitud salvatge* (Barcelona, 2019), *Camins cap a l'actitud estoica* (Siglantana, 2022) i *Spinoza i la no-dualitat* (Kairós, 2024), entre d'altres.

---

### **Mònica Cunill Olives**

Doctora en Psicologia. Docent i investigadora de la Universitat de Girona. Té una àmplia experiència en l'acompanyament terapèutic a persones en contextos de crisi. És coautora de dos llibres —*Rituales de despedida y conmemoración: La celebración de una vida* (ed. Alfinlibros) i *Nadie me entiende* (ed. Luciérnaga)— i ha publicat articles en revistes nacionals i internacionals sobre comportaments de risc, pèrdua i dol, i intel·ligència emocional.

---

### **Anna Fernández Sánchez**

Llicenciada en Psicologia, Postgrau d'Intervenció Psicosocial en Processos de malaltia crònica (U. R. Llull). Postgrau de Mindfulness i Psicoteràpia U.B. CP de Docència per a la formació ocupacional. Formació certificada del cicle complet en Leibteràpia Personal i Zen dirigida per Laia Monserrat. Ha treballat com a psicòloga i coordinadora en diferents serveis sociosanitaris, des de 2003 ha estat docent a formacions sobre Mindfulness, gestió d'estrès, intel·ligència emocional i d'altres. Actualment és docent de formació ocupacional sociosanitària i formació continuada i té despatx propi de psicoteràpia a Igualada.

---

### **Javier García Campayo**

Doctor en Psiquiatria. Catedràtic de Psiquiatria a la Universitat de Saragossa i a l'Hospital Universitari Miguel Servet. Estades de recerca a les universitats de Manchester i Cambridge (Gran Bretanya) i McGill (Montreal, Canadà). Ha estat president de la Societat Espanyola de Medicina Psicosomàtica. Ha publicat més de 300 treballs de recerca, així com deu llibres sobre temes psiquiàtrics. Coordina el màster de Mindfulness a la Universitat de Saragossa. És autor de llibres com ara *Mindfulness i ciència* i *La ciència de la compassió*, tots dos a Aliança Editorial, *Què sabem de mindfulness?*, a Kairós, o *Nou manual de mindfulness*, a Siglantana.

---

### **Laia Monserrat Sanjuán**

Llicenciada en Psicologia Clínica (Universitat Nacional d'Educació a Distància). Mestre zen des de 1989. Formada en leibteràpia personal i en el mètode Dürckheim. Màster en Teràpia Breu Estratègica (G. Nardone). Directora de centre sanitari a Barcelona. Directora de la Formació en Leibteràpia i Zen (2012-). Docent en diversos màsters i postgraus. Autora de *Cirerer al balcó: Practicar*

zen a la ciutat (també en castellà i francès), *Espiritualidad natural. Ideas para padres y educadores* i *La revolución del hara: Leibteràpia y técnicas de centramiento* (tots tres a l'ed. Kairós). Col·labora en premsa i mitjans de comunicació. Presidenta de l'associació Zen Acció, adreçada a treball social. [www.presenciazen.com](http://www.presenciazen.com)

---

### **Carla Nomen Sánchez**

Llicenciada en Psicologia, Postgrau en Mindfulness i Psicoteràpia (Universitat de Barcelona). Formació certificada del cicle complet en Leibteràpia Personal i Zen (2016-2020) dirigida per Laia Monserrat. Formada en Tècniques Psico-Corporals de Moviment i en Programació Neurolingüística. Des del 2019, condueix grups de Mindfulness, intel·ligència emocional i meditació Zen. Actualment, també és psicoterapeuta en consulta privada.

---

### **Agustí Pàniker Vilaplana**

Director de l'editorial Kairós, on treballa des de 1979. Ha estat codirector del programa radiofònic *L'hora de la ciència* (1984-1985) i director de la revista *Ser Uno Mismo* (1990-1991). És autor dels llibres *El jainismo. Historia, sociedad, filosofía y práctica* (Kairós, 2001), *Índika. Una descolonización intelectual* (Kairós, 2005), *Los sikhs. Historia, identidad y religión* (Kairós, 2007), *El sueño de Shitala. Viaje al mundo de las religiones* (Kairós, 2011), *La sociedad de castas. Religión y política en la India* (Kairós, 2014) i *Las tres joyas. El Buda, su enseñanza y la comunidad* (Kairós: 2018). Professor al màster de Religions i Societats de la Universitat Pablo Olavide (Sevilla). Professor al màster de Mindfulness en Context de Salut de la Universitat Complutense de Madrid. Professor de Budisme primerenc a la Universitat Rovira i Virgili.

Ha estat professor en diferents màsters de la Universitat de Barcelona, la Universitat Autònoma de Barcelona, la Universitat de Girona i la Universitat Nacional d'Educació a Distància. Ha escrit nombrosos articles en revistes de divulgació i en publicacions universitàries sobre diferents aspectes de les societats, les religions i les cultures del món.

Col·labora en diferents mitjans de comunicació i imparteix cursos, seminaris i conferències sovint sobre diferents aspectes de l'Índia i Àsia. Viaja sovint a l'Índia, Àsia, Llatinoamèrica i altres parts del món. És president de la Fundació Ramuni Paniker Trust, dedicada a l'ajuda a l'educació a nenes i nens necessitats de l'Índia i a l'intercanvi cultural entre el sud de l'Índia i Espanya.

---

### **Eva Rodríguez Renom**

Graduada en Psicologia (UOC). Formació psicoanalítica, d'anàlisi individual i grupal (2006-2017) a l'Espai Psicoanalític de Barcelona (EPBCN). Ha participat com a ponent en diverses ocasions a les Jornades Psicoanalítiques organitzades a l'EPBCN. Formació certificada del cicle complet en Leibteràpia Personal i Zen (2018-2022) dirigit per Laia Monserrat. Exerceix en consulta privada. [www.vidaplana.cat](http://www.vidaplana.cat)

---

### **Ana Sáncer Peregrina**

Enginyera química (2007). Formació psicoanalítica (2007-2019) a l'Espai Psicoanalític de Barcelona (EPBCN): anàlisi i formació continuada, pràctiques de docència (2013-2016) i ponències a les Jornades Psicoanalítiques (2014-2019). Màster en Organització i Enginyeria de la Producció i Direcció de Plantes Industrials (Engiplant): Lean Manufacturing a la Universitat Politècnica de Catalunya (UPC). Direcció de Recursos Humans, Programació Neurolingüística, MBSR ([Mindfulness Business Stress Reduction](#)). Formació a Leibteràpia Personal i Zen amb Laia Monserrat. Actualment, psicoterapeuta a consulta pròpia i col·laboradora a Zen & Management. [www.esencialterapia.com](http://www.esencialterapia.com)

---

### **Elisabeth Torres Muñoz**

Llicenciada en Psicologia (Universitat Rovira i Virgili). Postgrau en Neuropsicologia i Demències. Postgrau en Trastorns Psicosomàtics. Especialització en psicoanàlisi. Té altres estudis i cursos de psicogeriatria, artteràpia i *mindfulness*. Formació certificada del cicle complet en Leibteràpia Personal i Zen (2018-2022) dirigit per Laia Monserrat. Actualment, és psicòloga i coordinadora en centre de dia i psicoterapeuta en consulta privada. Formadora a l'Associació de Malalts d'Alzheimer, residències i centres de dia.

---

\*La direcció es reserva el dret de modificar l'equip docent, si fos necessari, per garantir el nivell de qualitat i categoria professional.

## **Entitats promotores**

Fundació Universitat de Girona: Innovació i Formació



# Psicoteràpia Integrativa

**Inici curs:** 25/10/2024

**Data darrera sessió presencial:** 21/06/2025

**Fi curs:** 15/07/2025

**Data tancament acta avaluació:** 30/06/2025

## Sessions Informatives

	<b>Data</b>	<b>Hora</b>	<b>Lloc</b>
Sessió informativa 1	21/12/2024	11:30	Primer col·loqui multidisciplinar: Què és la ment? Gratuït i obert a tothom. Online a través de la plataforma Zoom.
Sessió informativa 2	15/02/2025	11:30	Segon col·loqui multidisciplinar: El cos és espiritual? Gratuït i obert a tothom. Online a través de la plataforma Zoom.

## Calendari

<b>Data</b>	<b>Lloc</b>	<b>Inici matí</b>	<b>Fi matí</b>	<b>Inici tarda</b>	<b>Fi tarda</b>
25/10/2024	Presencial o per videoconferència a través de la plataforma Zoom			16:00	19:00
26/10/2024	Presencial o per videoconferència a través de la plataforma Zoom	10:00	13:00		
8/11/2024	Pràctiques Personals Acompanyades			16:00	19:00
15/11/2024	Per videoconferència a través de la plataforma Zoom			16:00	19:00
16/11/2024	Per videoconferència a través de la plataforma Zoom	10:00	13:00		
22/11/2024	Pràctiques Personals Acompanyades			16:00	19:00
29/11/2024	Per videoconferència a través de la plataforma Zoom			16:00	19:00
30/11/2024	Per videoconferència a través de la plataforma Zoom	10:00	13:00		
13/12/2024	Pràctiques Personals Acompanyades			16:00	19:00
20/12/2024	Per videoconferència a través de la plataforma Zoom			16:00	19:00
21/12/2024	Per videoconferència a través de la plataforma Zoom	10:00	13:00		
10/1/2025	Pràctiques Personals Acompanyades			16:00	19:00
17/1/2025	Per videoconferència a través de la			16:00	19:00



18/1/2025	plataforma Zoom Per videoconferència a través de la plataforma Zoom	10:00	13:00		
24/1/2025	Pràctiques Personals Acompanyades			16:00	19:00
31/1/2025	Per videoconferència a través de la plataforma Zoom			16:00	19:00
1/2/2025	Per videoconferència a través de la plataforma Zoom	10:00	13:00		
7/2/2025	Pràctiques Personals Acompanyades			16:00	19:00
14/2/2025	Per videoconferència a través de la plataforma Zoom			16:00	19:00
15/2/2025	Per videoconferència a través de la plataforma Zoom	10:00	13:00		
21/2/2025	Pràctiques Personals Acompanyades			16:00	19:00
28/2/2025	Presencial o per videoconferència a través de la plataforma Zoom			16:00	19:00
1/3/2025	Presencial o per videoconferència a través de la plataforma Zoom	10:00	13:00		
7/3/2025	Pràctiques Personals Acompanyades			16:00	19:00
14/3/2025	Per videoconferència a través de la plataforma Zoom			16:00	19:00
15/3/2025	Per videoconferència a través de la plataforma Zoom	10:00	13:00		
21/3/2025	Pràctiques Personals Acompanyades			16:00	19:00
28/3/2025	Per videoconferència a través de la plataforma Zoom			16:00	19:00
29/3/2025	Per videoconferència a través de la plataforma Zoom	10:00	13:00		
4/4/2025	Pràctiques Personals Acompanyades			16:00	19:00
12/4/2025	Per videoconferència a través de la plataforma Zoom	10:00	13:00	16:00	19:00
9/5/2025	Presencial o per videoconferència a través de la plataforma Zoom			16:00	19:00
10/5/2025	Presencial o per videoconferència a través de la plataforma Zoom	10:00	13:00		
16/5/2025	Pràctiques Personals			16:00	19:00

Acompanyades					
23/5/2025	Per videoconferència a través de la plataforma Zoom			16:00	19:00
24/5/2025	Per videoconferència a través de la plataforma Zoom	10:00	13:00		
17/6/2025	Presencial	9:00	13:00	15:00	19:00
18/6/2025	Presencial	9:00	13:00	15:00	19:00
19/6/2025	Presencial	9:00	13:00	15:00	19:00
20/6/2025	Presencial	9:00	13:00	15:00	19:00
21/6/2025	Retir (Santa Elena, Solius)	7:00			23:00
22/6/2025	Retir (Santa Elena, Solius)	7:00	16:00		
30/6/2025	Pràctiques Personals Acompanyades			16:00	19:00