

CURSO

# Modelo de Resiliencia Comunitaria®

## Proyecto de Entrenamiento para Maestros

El **Modelo de Resiliencia Comunitaria®** (CRM®, por sus siglas en inglés) es un programa de bienestar y prevención que provee una perspectiva biológica y sin estigmas ante las reacciones normales de los seres humanos al trauma y estrés. El objetivo general de este programa de estabilización es regresar al sistema nervioso a su balance natural. Las habilidades de CRM ayudan a que las personas tengan un mejor entendimiento de su sistema nervioso así como la capacidad de localizar sensaciones de bienestar, a estas capacidades las llamamos Resiliencia. Con práctica, el sistema nervioso comienza a restaurar su ritmo y balance natural. CRM es tanto restaurativo como preventivo. Utilizando la sabiduría de su propio cuerpo, la gente a menudo experimenta un rápido alivio de síntomas acompañado de una sensación incrementada de control sobre su bienestar en el futuro.



13 - 17 de enero de 2018  
9:00 a 17:00 hrs.

El sábado 13 y el lunes 15 las actividades se realizarán en el Aula de Egresados (edificio F, primer piso), el domingo 14 se desarrollará en un aula externa, y los días 16 y 17 de enero se realizará una intervención en albergues post sismo de la ciudad.

Participarán egresados de nuestra Universidad, líderes comunitarios, personas damnificadas, entre otros.

El curso será impartido por personal del **Trauma Resource Institute** (Claremont, California, Estados Unidos de Norteamérica), liderado por:

### Elaine Miller-Karas

Directora Ejecutiva y co-fundadora del Trauma Resource Institute, una de las creadoras de los Modelos de Resiliencia Comunitaria y Resiliencia en Trauma.

Ha dirigido entrenamientos en EU trabajando con comunidades tales como los Cheyenne y los Blackfeet en Montana; también ha sido líder en entrenamientos internacionales en países como Nepal, Tanzania, Kenia, Ruanda, Sudáfrica, Haití, Filipinas, Guatemala, Irlanda del norte, Alemania y Turquía.

### Contenido del curso:

- Consiste en clases prácticas y teóricas así como discusiones grupales.
- Los participantes aprenderán las seis habilidades y los conceptos clave del Modelo de Resiliencia Comunitaria.
- Creación de planes de enseñanza y práctica de su implementación con supervisión.



CRM es un recurso valioso para las personas que padecen de estresores crónicos como dolor físico, rehabilitación por adicciones, pérdida y duelo

**IBERO**  
Ciudad de México • Tijuana



Asociación de Egresados  
de Psicología IBERO