



Michelle Gillen

PSICÓLOGA
CÓDIGO 7450, CÉDULA 1-1199-0321

Resumen de habilidades

Psicóloga, especialista en el área de Psicología de la Salud y psico-oncología. Amplia experiencia en el manejo y tratamiento de pacientes con enfermedades crónicas, afectaciones en el área de la salud física y emocional y manejo de estrés. Experiencia en procesos psicoterapéuticos y acompañamiento a pacientes hospitalarios y enfoque en cambios conductuales en estilos de vida. Enfocada al servicio al cliente y a brindar resultados. Excelentes relaciones interpersonales y calidad humana.

Historial académico

Master en Psicooncología

Universidad Miguel de Cervantes. España
mayo 2018

Master de Investigación en Psicología de la Salud

Universidad Autónoma de Barcelona,
Barcelona, España.
Septiembre 2010

Licenciatura en Psicología

Universidad de Iberoamérica, San José, Costa Rica
Abril 2009

Bachiller en Psicología,

Universidad de Iberoamérica, San José, Costa Rica
Junio 2008

Arquitectura Universidad Veritas

(Inconcluso) 2002-2004

Estudio de Educación General Básica,

Colegio Panamericano
Diciembre 2002

Experiencia laboral

Optimiza Centro de Salud y Medicina Integrativa

San José Costa Rica Enero 2017- actualidad

- Fundadora y administradora de Optimiza Centro de Salud y Medicina Integrativa, enfocado en el alquiler e integración de profesionales de la salud brindando servicios de salud y bienestar integral.
- Consulta privada en Psicología de la salud y psicooncología, coaching en salud Integrativo y EMDR
- Facilitadora de Programa de Mindfulness Based Stress Reduction.

Upekkha Centro de Mindfulness

San José Costa Rica Agosto 2011- dic 2016

- Fundadora y Directora de Upekkha Centro de Mindfulness, enfocado en brindar servicios de salud y bienestar integral.
- Facilitadora de programas de Mindfulness
- Mindfulness para escuelas
- Mindfulness Based Cognitive Therapy
- Mindfulness Based Stress Reduction
- Mindfulness Fundamentals, Programas de manejo de estrés para empresas.

Hospital Clínica Metropolitano,

San José Costa Rica Agosto 2011- Octubre 2012

- Atención psicológica para pacientes del hospital
- Programas educativos y de manejo para pacientes con enfermedades crónicas
- Charlas y sesiones empresariales para el manejo del estrés

Costa Rica Recovery

San José Costa Rica Mayo 2011-Agosto 2012

- Coordinadora y facilitadora del curso de Mindfulness Based Relapse Prevention para conductas adictivas.

Centro de Psicología y Desarrollo

Enero 2011-Enero 2012

- Psicóloga Consultorio Privado

Voluntaria Profesional en Fundación Dra. Anna Gabriela Ross

San José Costa Rica. Enero –mayo 2011

- Coordinadora de grupos de apoyo para pacientes, sobrevivientes, familiares y cuidadores.

DDD Servicios Estratégicos. San José Costa Rica

Septiembre – Diciembre 2004

- Asistente en la elaboración y organización de materiales didácticos para los procesos de entrenamiento de personal en servicio al cliente

Certificaciones profesionales

- MBA Fundamentals, London School of Economics
- Applying Functional Medicine in Clinical Practice (AFMCP) Online , Institute of Functional Medicine
- EMDR Basic Training, EMDR Professional Training.
- Entrenamiento profesional en Terapia Centrada en el sentido
- Posgrado en Psico-oncología. Instituto Superior de Estudios Psicológicos, España. 2017
- "Stress and the relaxation Response: Fundamentals of Mind Body Medicine" Departamento de Psiquiatría de Massachusetts General Hospital.
- Formación Intensiva para Profesores de Mindfulness Based Stress Reduction (Teacher Development Intensive) Oisis Institute Escuela de Medicina de la Universidad de Massachusetts Departamento de Psiquiatría y UMMS Centro de Mindfulness en Medicina, Salud y Sociedad.
- Entrenamiento Profesional en el programa Practicum en Mindfulness-Based Stress Reduction: Living inside Participant-Practitioner Perspectives Program. Escuela de Medicina de la Universidad de Massachusetts Departamento de Psiquiatría y UMMS Centro de Mindfulness en Medicina, Salud y Sociedad.
- Programa de entrenamiento profesional en Mindfulness Based Stress Reduction, bajo la dirección de Dr. John Kabat-Zinn y Dr. Saki Santorelli. Instituto Omega, Rhinebeck Nueva York.
- Mindful Schools K-5 Curriculum Training, Mindful Schools. Los Angeles, California
- Mindfulness Based Cognitive Therapy (MBCT): Intensive Treacher Training. Instituto OMEGA, Rhinebeck Nueva York.
- Antidepressant treatment update: Integration of psychopharmacology and CBT, Programa de Educación Continua de la Asociación Americana de Psicología, APA.
- The Psychological Care of the Cancer Patient: Coping Across the Cancer Spectrum Programa de educación continua de HealthForumOnline.
- Patients with Diabetes: What Psychologists Need to Know Programa de Educación Continua de la Asociación Americana de Psicología, APA.
- Customizing Mindfulness for Individual Psychotherapy, Programa de Educación Continua de la Asociación Americana de Psicología, APA.
- The Collaborative Psychologist, Programa de Educación Continua de la Asociación Americana de Psicología APA.
- Relajación y Reducción de Estrés, según el método MBSR (Mindfulness Based Stress Reduction). Institut Gestalt, Barcelona España. Andres Martin profesor certificado MBSR.
- Curso de Aprovechamiento II Módulo de la Escuela de Formación en Terapia Racional Emotiva Conductual TREC.
- V Congreso Iberoamericano de Psicología Clínica y de la Salud. APICSA. Participación en el XVI Pre-simposio de Psicología, Aspectos Generales de la Sexualidad Humana.

Publicaciones y participación

- Participación en la etapa de recolección de datos en el país de Costa Rica para la investigación, "El estado de salud de la población universitaria: un estudio latinoamericano".
- Co-autora del poster "Promotion of HIV Treatment Adherence and Its Economical Cost: A Preliminary Cost-Effectiveness Analysis from a Controlled Randomized Prospective Trial" Seleccionado para presentarse en la 6ta Conferencia de IAS HIV Pathogenesis, Treatment and Prevention (IAS 2011).

Publicaciones y participación

- Miembro de la American Mindfulness Research Association.
- Miembro activo del Colegio de Psicólogos de Costa Rica, inscrita como Doctora en Psicología
- Miembro activo de American Society of Reproductive Medicine
- Miembro activo de International Psycho-Oncology Society

Idiomas

Español - Inglés



Torre Médica, Momentum Escazú
piso 2 CM OI



www.optimizacr.net



mgm@optimizacr.net



2100-5015 / 8452-7679