



@ leoncarmen108@g  
mail.com

+34 662218190

📍 Patio de la  
Acequia, Número  
12. Bajo A 18010  
Granada GR

📅 11/05/1969

🇪🇸 Española

🌐 44294836X

# CARMEN LEÓN LÓPEZ

## RESUMEN PROFESIONAL

Mi labor profesional ofrece un enfoque que favorece el desarrollo integral de la persona, a través de la psicoterapia contemplativa y la indagación compasiva. Estas disciplinas integran el conocimiento de las tradiciones milenarias de sabiduría, tanto de oriente como de occidente, con la psicología trascendental y la neurociencia. Comprenden una concepción de la persona en todas las dimensiones que la constituyen: física, mental y espiritual. Es una metodología que unifica el trabajo cuerpo-mente, orientado a propiciar que el individuo pueda acceder —de modo experiencial— a una mayor comprensión y conocimiento de sí mismo, con el fin de integrar el sufrimiento y vivir con plenitud.

## FORMACIÓN

10/2023 - Cursando

**Curso Profesional Compassionate Inquiry de Gabor Mate:** psicología, neurobiología, desarrollo personal, filosofía.

05/2024 - 05/2024

**Curso profesional MBTC para el TOC con Fabrizio Didonna:** psicología, mindfulness, terapia enfocada en la compasión y aceptación.

10/2023 - 02/2024

**Yoga Sensible al Trauma:** bienestar mental y emocional.  
Fundación Radika - España

09/2020 - 06/2022

**Certificado en Psicoterapia Contemplativa :** psicología, yoga y budismo, neurociencia, bienestar emocional y mental.  
Nalanda Institute - España y Nueva York

01/2017 - Cursando

**Diálogos filosóficos en acompañamiento terapéutico :** filosofía, desarrollo personal, espiritualidad  
Escuela de Filosofía Sapiencial - Madrid, España

01/2002 - Cursando

**Formación continua en yoga, mindfulness, masaje :** yoga, terapias, salud y bienestar mental y emocional  
**Diversas instituciones.** - España, Portugal, Reino Unido.  
Formación continua en Yoga y en Masaje Tailandés, Mindfulness, Compasión y Aceptación, y en filosofía como relación de ayuda.

06/2015 - 06/2015

**Mindfulness para el tratamiento de adicciones :** mindfulness, salud, adicciones  
**Yoga Therapy and Mindfulness for Addiction** - Minded Institute. Londres, Reino Unido.

- 01/2003 - 03/2003 **Certificado Profesional de Instructora de Yoga** : yoga, filosofía, psicología, espiritualidad.  
**Sivananda Vedanta Yoga Centre** - Neyyar Dam, India
- 01/1999 - 06/2001 **Máster en Cine y Televisión** : cine y audiovisuales  
**University of Westminster** - Londres
- 09/1991 - 06/1994 **Licenciatura en Periodismo** : comunicación y humanidades  
**Universidad de Sevilla** - Sevilla

## HISTORIAL LABORAL

- 09/2019 - Actual **Psicoterapeuta e Instructora de Yoga y Mindfulness Asociación TOC Granada (Trastorno Obsesivo Compulsivo) - Granada, GR**  
Imparto el taller de yoga sensible para el trauma y Mindfulness y Compasión orientado al TOC.  
Ofrezco consultas individualizadas basadas en la Psicoterapia Contemplativa.
- 06/2017 - Actual **Seminarios de Yoga y Meditación en el Reino Unido Autónoma - Londres**  
Organización y enseñanza de yoga y filosofía y psicología del yoga en formato de retiros en el Reino Unido.
- 10/2015 - Actual **Seminarios de Mindfulness y Yoga para el estrés. Alight - Granada, Andalucía**  
Seminarios para empleados de la compañía internacional de RRHH Alight sobre Yoga y Mindfulness para reducir el estrés en el ámbito laboral y personal. Se ofrecen alrededor de 6 seminarios anuales.
- 04/2004 - Actual **Fundadora y Directora del Centro de Yoga y Terapia Centro de Yoga y Teraias Shivambu, S.L. - Granada, Andalucía**  
Clases y seminarios de yoga, meditación, cursos de formación en Masaje de Yoga Tailandés. Eventos relacionados con el desarrollo personal, artes visuales, música y conciencia corporal.
- 05/2014 - 08/2018 **Instructora de Yoga y Meditación. Terapeuta Masaje Samyama Fitness - Granada, Andalucía**  
Enseñanza de yoga psicofísico y meditación.  
Masajista de Masaje Tailandés. Destinado a grupos del Reino Unido inscritos en el programa de retiros semanales alojados en una villa en la ciudad de Granada.

---

## APTITUDES

- Habilidades comunicativas y profesionales en el campo del autoconocimiento, psicoterapia, desarrollo personal, y conciencia corporal.
- Capacidad de liderazgo y gestión humana.
- Perfil metódico y detallista.
- Mediación y manejo de conflictos.
- Capacidad de escucha empática y comunicación asertiva.
- Creatividad, originalidad y capacidad de improvisación.

---

## WWW.CARMENLEON.INFO

En mi web aparece una descripción exhaustiva sobre mi experiencia profesional, servicios que se ofrecen y recursos para poder seguir numerosas prácticas de yoga y meditación.