

BIO MARIA MARTINEZ ALONSO



Maria Martinez Alonso es una psicóloga licenciada en Suiza, psicoterapeuta centrada en la persona, especialista en psico-traumatología y sexología clínica, profesora de Mindfulness Meditation (meditación de atención plena) y de yoga. Co-dirige con su esposo el NJ Center for Mindful Awareness que ofrece programas de MBSR (Mindfulness-Based Stress Reduction), clases avanzadas de Mindfulness, retiros y talleres.

María trabaja desde el 2016 como Consultora en Salud Mental para la Staff Counsellor's Office (Medical Services Division) en la Sede de la Organización de Naciones Unidas en Nueva York, desarrollando e impartiendo cursos en vivo y on-line para los empleados de la ONU sobre temas relacionados con la Resiliencia, el Bienestar y el Autocuidado, la Reducción del Estrés, la Autorregulación Emocional, Mindfulness, Yoga, Gestión del Cambio, Violencia Intrafamiliar, Primeros Auxilios Psicológicos y Preparación para Pandemias. María guía sesiones de meditación Mindfulness para los empleados en persona y on-line. También colabora con la Universidad de Rutgers y con el Centro para el Empoderamiento del Condado de Middlesex impartiendo talleres sobre Mindfulness y Autocuidado en inglés y en español. María forma a psicólogos, psicoterapeutas, enfermeros y educadores en Suiza y en Italia. A través de su formación internacional y su conocimiento de lenguas extranjeras, integra una comprensión multicultural en su trabajo.

María estudió la carrera de Psicología en Madrid (su ciudad nativa) y en Bélgica. Obtuvo su licenciatura como psicóloga clínica en España en 1993. Se especializó en psicoterapia en la asociación suiza pca.acp (Psicoterapia centrada en la Persona) y después de numerosos años trabajando en clínicas de salud mental en diversos países abrió un gabinete privado en Lausanne (Suiza) en el 2003. Tiene más de 25 años de experiencia clínica. Antes de trasladarse por motivos de familia a Nueva Jersey en el 2015 mantuvo durante 13 años su práctica privada en Suiza como psicóloga clínica y psicoterapeuta humanista, sexo-terapeuta certificada y consultora acreditada de EMDR-Europa (trauma), integrando las prácticas de Mindfulness en su trabajo clínico. Enseñó los primeros programas de MBSR en francés e inglés en su ciudad adoptiva suiza entre 2011 y 2015. Actualmente está finalizando su formación de profesora de yoga en Princeton.