



Ainara Cajigas Uncilla
Psicóloga Sanitaria
col. nº M-26.146

E: acajigas@psicoterapia-gap.es
W: psicoterapia-gap.es

Formación Académica

- ⇒ **Licenciada en Psicología** (itinerario en Psicología Clínica y de la Salud). Universidad Complutense de Madrid.
- ⇒ **Máster en Psicología Clínica y de la Salud**. Universidad Complutense de Madrid.
- ⇒ **Diplomada en Educación Social**. Universidad del País Vasco.

Formación Complementaria

2024	⇒ Certificate Program in Traumatic Stress Studies . 78 horas. Trauma Research Foundation. Dirigido por Bessel van der Kolk .
2023	⇒ Introducción a IFS (Internal Family Systems – Sistemas de Familia Interna) . 3 horas. EUNIP.
	⇒ The Advanced Master Program on the Treatment of Trauma . 17 horas. NICABM (National Institute for the Clinical Application of Behavioral Medicine).
	⇒ Intervención psicológica con adultos con trauma por abuso sexual infantil . 25 horas. Fundación Vicki Bernadet.
	⇒ Abordaje de los TCA desde EMDR . 16 horas. Impartido por Noelia Linde, María Frenzi y Laura García. Asociación EMDR-España.
2022	⇒ EMDR orientado al apego. Sanando déficits de Desarrollo y adultos que sufrieron abuso durante la infancia . 16 horas. Impartido por Laurel Parnell . Asociación EMDR-España.
	⇒ Apego en Psicoterapia . 16 horas. Impartido por Alessandro Talia . Asociación EMDR-España.
	⇒ Nivel II EMDR . 24 horas. Impartido por Anabel González (Instituto Imaya). Formación avalada por la Asociación EMDR-España.
	⇒ Trauma complejo, apego y disociación: El trabajo con EMDR en la traumatización compleja . 16 horas. Impartido por Anabel González . Asociación EMDR-España.
2021	⇒ Nivel I EMDR . 24 horas. Impartido por Anabel González (Instituto Imaya). Formación avalada por la Asociación EMDR-España.

2020	<ul style="list-style-type: none"> ⇒ Psicoterapia a través del Ciclo Vital desde la Perspectiva del Apego. 8 horas. COP – Sección de Psicología Clínica. ⇒ Trastornos de Personalidad, Trauma y Disociación Estructural. 20 horas. FOCAD. ⇒ Tratamiento basado en la Mentalización para Trastornos de Personalidad. 20 horas. FOCAD.
2017	⇒ Mindfulness Based Stress Reduction (MBSR). Nirakara.
2016	⇒ La caja de arena. 16 horas. Impartido por la psicóloga Silvia Diana Jens.
2015	<ul style="list-style-type: none"> ⇒ Mindfulness para regular emociones (Programa Inteligencia Emocional Plena). 12 horas. Universidad de Málaga. ⇒ Táctica del Cambio. Aproximación a la Terapia Breve Estratégica. 4 horas. Sección de Psicología Clínica del COP Madrid.
2014	<ul style="list-style-type: none"> ⇒ Terapia de Aceptación y Compromiso en Dolor Crónico. 6 horas. Universidad Rey Juan Carlos. ⇒ Terapia Narrativa en Trauma. Aplicación del Mindfulness. Curso de especialización. 10 horas. ITAD. Curso impartido por la psicóloga Carmen Bermúdez. ⇒ Programa de Entrenamiento en Mindfulness para la Regulación Emocional y Manejo de la Ansiedad y Estrés. 12 horas.
2012	<ul style="list-style-type: none"> ⇒ Sensibilización en Igualdad de Oportunidades. 30 horas. Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad. ⇒ Psicología de Urgencias y Emergencias. 40 horas. COP Madrid.
2011	⇒ Aportaciones de la Psicoterapia Cognitivo-Constructivista. 100 horas. Ágora Relacional.
2010	<ul style="list-style-type: none"> ⇒ Preparación PIR. 200 horas. CEDE. ⇒ Estrategias de Participación de Iguales para la Prevención en Drogodependencias. 15 horas. Fundación Atenea Grupo GID.
2009	⇒ El Alcohol. La Prevención, su Diagnóstico y el Tratamiento. 60 horas. Universidad de Valencia.
2008	<ul style="list-style-type: none"> ⇒ Cocaína y Craving. La Prevención, su Diagnóstico y el Tratamiento. 60 horas. Universidad de Valencia. ⇒ Atención y Orientación al Drogodependiente dirigido a Psiquiatras y Psicólogos. 20 horas. Agencia Laín Entralgo. ⇒ Formación a Mediadores Sociales en Habilidades Sociales y Manejo de Situaciones. 10 horas. SIOP - Agencia Antidroga. ⇒ Formación de Mandos Intermedios. 60 horas. Hedima.
2005	<ul style="list-style-type: none"> ⇒ Mediadora Juvenil en la Prevención de Drogodependencias. 36 horas. Askagintza. ⇒ Monitora de Tiempo Libre. 350 horas. Senda.

Experiencia Profesional

Intervención Psicológica

- 2012-2024 ⇒ **Gabinete de Acción Psicológica**. Psicóloga sanitaria. Codirectora del centro.
- 2012-2014 ⇒ **U.D.I. Máster en Psicología Clínica y de la Salud** (UCM). Psicóloga.
- 2013-2014 ⇒ **APANID**. Psicóloga.
- 2012 ⇒ **Centro de Día y Soporte Social de Fuencarral**. Psicóloga.
- 2010 ⇒ **Hospital 12 de Octubre** (Centro de Salud Mental de Distrito). Psicóloga en prácticas.
- 2008-2009 ⇒ **Äsis**. Acompañante terapéutico.

Formación

- 2018-2020 ⇒ **Escuela de Animación de la Comunidad de Madrid**. Formadora.
- 2014-2024 ⇒ **Gabinete de Acción Psicológica**. Formadora y tutora de prácticas de alumnos de grado y máster (UNIR, Universidad Europea, Universidad de Villanueva)
- 2014
- 2004-2005 ⇒ **Universidad Complutense de Madrid**. Psicóloga.
- ⇒ **Cruz Roja Juventud** (Bilbao). Educadora social.

Drogodependencias y Exclusión Social

- 2006-2011 ⇒ **C.A.R.D. Las Barranquillas**. Educadora social y responsable de equipo.
- 2007 ⇒ **Dispositivo Móvil de Atención en Proximidad Integral** (MAPI). Educadora social.
- 2004-2005 ⇒ **Askabide** (Bilbao). Educadora social.

Menores, Ocio y Tiempo Libre

- 2006 ⇒ **ATIME**. Educadora social.
- 2005-2006 ⇒ **Idra Socioeducativo**. Monitora de actividades extraescolares.
- 2005-2006 ⇒ **Diverland Park**. Monitora de parque infantil.
- 2005 ⇒ **Equipo de Intervención Socioeducativa San Francisco/La Peña** (Bilbao). Educadora social.

Información adicional

- ⇒ Colegiada nº **M-26.146** (Colegio Oficial de Psicólogos de Madrid)
- ⇒ Habilitada como **Psicóloga Sanitaria**
- ⇒ Miembro de la sección de **Psicología Clínica** del COP Madrid
- ⇒ Miembro de las divisiones de **Psicología Clínica** y **Psicoterapia** del Consejo General de la Psicología
- ⇒ Inglés Nivel B2 - **First Certificate in English** (2020)
- ⇒ Practicante de **Meditación Vipassana y Yoga**