

Contraindicaciones del Mindfulness

Este enfoque no es apropiado para las siguientes dificultades, que requieren un tratamiento específico

- depresión aguda
- estar en una fase de adicción activa
- trastorno bipolar no estabilizado (depresión maníaca)
- trastornos agudos de la atención
- secuelas psicológicas de los abusos físicos, emocionales o sexuales
- disociación
- trastornos psicóticos (alucinaciones, delirios)