

## DADES GENERALS

## Curs acadèmic

**Tipus de curs** Expert Universitari

**Nombre de crèdits** 11,00 Crèdits ECTS

**Matrícula** 750 euros (import preu públic)

## Requisits d'accés

**Modalitat** Presencial

**Lloc d'impartició** Fundación Universidad-Empresa

**Horari** Divendres de 16 a 20 hores i dissabtes de 10 a 14 hores,

## Direcció

**Organitzador** Departament de Psicologia Evolutiva i de l'Educació

**Direcció** Josefa Pérez Blasco  
Profesora Titular de Universidad. Departamento de Psicología Evolutiva y de la Educación. Universitat de València..  
Jorge Moltó Lorenzo  
Psicólogo. Instructor de mindfulness. Codirector de Elephant Plena (Centro de Psicología)

## Terminis

**Preinscripció al curs** Fins a 04/11/2019

**Data inici** Novembre 2019

**Data fi** Juny 2020

## Més informació

**Telèfon** 961 603 000

**E-mail** [informacio@adeituv.es](mailto:informacio@adeituv.es)

## PROGRAMA

- 1.- Introducción a la aplicación de mindfulness en el ámbito educativo: marco teórico-práctico
- 2.- Estructura y metodología para el diseño e implementación de un programa de mindfulness en el aula: habilidades y competencias necesarias.
- 3.- Estrategias y técnicas de la instrucción en mindfulness adaptadas a las características evolutivas de la infancia y la adolescencia
- 4.- Intervención para promover el equilibrio y el bienestar emocional desde un enfoque integrador de las aportaciones científicas de la psicología y de las prácticas contemplativas
- 5.- Intervención para educar e positivo: estrategias y recursos desde un enfoque integrador de las aportaciones de la Psicología Positiva y mindfulness al ámbito educativo
- 6.- Estrategias y técnicas educativas basadas en la ética del mindfulness para fomentar la empatía, la compasión y la conducta altruista.
- 7.- Intervención basada en la educación contemplativa para promover el desarrollo cognitivo, emocional, social y moral
- 8.- Presentación de trabajos de final de curso

## PROFESSORAT

## David Alvear Morón

Profesor Asociado. Departamento. Psicología Evolutiva y de la Educación. Universidad País Vasco.

## Ausiàs Josep Cebolla Martí

Profesor/a Titular de Universidad. Departament de Personalitat, Avaluació i Tractaments Psicològics. Universitat de València

M<sup>a</sup> Belén Colomina Sempere

Psicóloga. Instructora de mindfulness con niños, adolescentes. Elephant Plena (Centro de Psicología)

## Carlos García Rubio

Psicólogo. Cofundador de Sukha Proyecto Mindfulness. Instructor mindfulness en escuela.

---

**Teodoro Luna Jarillo**

Psicólogo. Cofundador de Sukha Proyecto Mindfulness. Instructor mindfulness en escuela.

---

**Rosa Martínez Borrás**

Psicóloga. Instructora de mindfulness. Codirectora de Elephant Plena (Centro de Psicología)

---

**Jorge Moltó Lorenzo**

Psicólogo. Instructor de mindfulness. Codirector de Elephant Plena (Centro de Psicología)

---

**Josefa Pérez Blasco**

Profesora Titular de Universidad. Departamento de Psicología Evolutiva y de la Educación. Universitat de València..

## OBJECTIUS

Les sortides professionals que té el curs són:

Aquest curs ofereix una especialització en la comprensió i aplicació d'estratègies basades en mindfulness als professionals dedicats a la pràctica educativa quotidiana en àmbits formals, com escoles i instituts, i informals, com associacions o entitats privades dedicades a la formació i intervenció amb xiquets i adolescents.

L'objectiu d'aquest curs és dotar d'una base teòrico-pràctica adequada per a què el professorat i altres agents implicats puguin aplicar en el context educatiu estratègies d'intervenció basades en la pràctica del mindfulness que fomenten competències cognitives (autoregulació de l'atenció i la concentració), emocionals (autoregulació emocional), socials (empatia, compassió, etc.) i ètiques (valors).

A través d'una formació de qualitat, impartida per experts professionals en la instrucció, aplicació i investigació de mindfulness, els estudiants, en finalitzar el curs seran capaços de dissenyar, implementar i avaluar programes educatius basats en mindfulness en els àmbits formals i no-formals de l'educació. Més concretament, seran capaços de:

- aplicar a l'aula estratègies d'intervenció basades en mindfulness dirigides a desenvolupar la calma, estabilitat i claredat mental dels alumnes
- aplicar a l'aula estratègies d'intervenció basades en mindfulness per aprendre a gestionar saludablement les emocions
- aplicar a l'aula estratègies d'intervenció basades en mindfulness dirigides a la feina amb valors i l'educació positiva
- dissenyar programes d'intervenció adaptats a les necessitats de l'àmbit concret en què desenvolupen la seva feina
- aprofundir en el domini de la pràctica personal del mindfulness, la gestió emocional i el treball amb valors, en relació amb la seva pròpia experiència personal i com a educadors