

## DATOS GENERALES

## Curso académico

<b>Tipo de curso</b>	Experto Universitario
<b>Número de créditos</b>	11,00 Créditos ECTS
<b>Matrícula</b>	750 euros (importe precio público)
<b>Requisitos de acceso</b>	-Titulares universitarios que ejercen o interesados en el ejercicio profesional en el ámbito de la educación -Estudiantes a los que les quede menos de un 10% para obtener su título de grado, condicionados a la obtención del título en el mismo año académico -Profesionales del ámbito educativo
<b>Modalidad</b>	Presencial
<b>Lugar de impartición</b>	Fundación Universidad-Empresa
<b>Horario</b>	Viernes de 16 a 20 horas y sábados de 10 a 14 hors

## Dirección

<b>Organizador</b>	Departament de Psicologia Evolutiva i de l'Educació
<b>Dirección</b>	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)

## Plazos

<b>Preinscripción al curso</b>	Hasta 04/11/2019
<b>Fecha inicio</b>	Noviembre 2019
<b>Fecha fin</b>	Junio 2020

## Más información

<b>Teléfono</b>	961 603 000
<b>E-mail</b>	<a href="mailto:informacion@adeituv.es">informacion@adeituv.es</a>

## PROGRAMA

## Mindfulness Educativo

- 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

## PROFESORADO

## 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..

---

## OBJETIVOS

Las salidas profesionales que tiene el curso son:

Este curso ofrece una especialización en la comprensión y aplicación de estrategias basadas en mindfulness a los profesionales dedicados a la práctica educativa cotidiana en ámbitos formales, como escuelas e institutos, así como informales, como asociaciones o entidades privadas dedicadas a la formación e intervención con niños y adolescentes.

El objetivo de este curso es dotar de una base teórico-práctica adecuada para que el profesorado y otros agentes implicados puedan aplicar en el contexto educativo estrategias de intervención basadas en la práctica del mindfulness que fomentan competencias cognitivas (autorregulación de la atención y la concentración), emocionales (autorregulación emocional) y sociales (empatía, compasión, etc.) y éticas (valores).

A través de una formación de calidad, impartida por expertos profesionales en la instrucción, aplicación e investigación de mindfulness, los estudiantes, al finalizar el curso serán capaces de diseñar, implementar y evaluar programas educativos basados en mindfulness en los ámbitos formales y no-formales de la educación. Más concretamente, serán capaces de:

- aplicar en el aula estrategias de intervención basadas en mindfulness dirigidas a desarrollar la calma, estabilidad y claridad mental de los alumnos
- aplicar en el aula estrategias de intervención basadas en mindfulness para aprender a gestionar saludablemente las emociones
- aplicar en el aula estrategias de intervención basadas en mindfulness dirigidas al trabajo con valores y la educación positiva
- diseñar programas de intervención adaptados a las necesidades del ámbito concreto en el que desempeñen su trabajo
- profundizar en el dominio de la práctica personal del mindfulness, la gestión emocional y el trabajo con valores, en relación con su propia experiencia personal y como educadores

## METODOLOGÍA

La metodología combina clases expositivas teóricas, ejercicios experienciales, prácticas con casos y elaboración de un proyecto de intervención aplicada.