



CAPACITACIÓN: HERRAMIENTAS PARA EDUCACIÓN EMOCIONAL Y RELACIONAL BASADAS EN MINDFULNESS PARA DOCENTES

Resumen Ejecutivo:

Entre los principales desafíos que hoy tenemos como sociedad es preparar a nuestros niños y jóvenes para un mundo complejo donde las habilidades interpersonales y la salud en el manejo emocional pueden hacer grandes diferencias en pro del bienestar, la felicidad y el acceso a los recursos sociales.

Esta formación está dirigida principalmente a docentes de nivel preescolar o de primer ciclo básico y a través de ésta se verán beneficiados los profesores mismos para su propio desarrollo y podrán aprender herramientas concretas para trabajar en el aula con sus alumnos y alumnas.

La metodología considera la ejercitación de herramientas mindfulness, el análisis de textos y la reflexión técnica y teórica. Así mismo, se irá revisando la aplicación de las estrategias aprendidas en la sala de clases.

Objetivo:

Aprender técnicas de mindfulness relacional y su aplicación en el aula.

Reflexionar sobre estrategias para la educación de las emociones y las relaciones interpersonales basadas en conceptos de mindfulness relacional.

Revisar y analizar la aplicación de las técnicas aprendidas en el aula.

Contenidos:

1. ¿Qué es la salud emocional?
2. Relación salud emocional y mindfulness
3. Cómo educar habilidades y actitudes para relaciones interpersonales: empatía, escucha, aceptación, reconocimiento emocional
4. Técnicas y juegos para usar en la sala de clases.





CAPACITACIÓN: HERRAMIENTAS PARA EDUCACIÓN EMOCIONAL Y RELACIONAL BASADAS EN MINDFULNESS PARA DOCENTES

VALOR:

El Programa Incluye 6 talleres de 1,5 hora cada uno y tiene un valor de \$800.000 (cantidad máxima de asistentes: 25 personas)

Valor dentro de Santiago, para otras zonas se debe evaluar costo de traslados de profesionales.

