



Carver
University



UNIVERSIDAD
AUTÓNOMA
DE CHILE

MÁS UNIVERSIDAD

UAP
UNIVERSIDAD
AUTÓNOMA
DEL PARAGUAY

TRIPLE CERTIFICACIÓN

ONLINE

DIPLOMADO INTERNACIONAL

EN MINDFULNESS

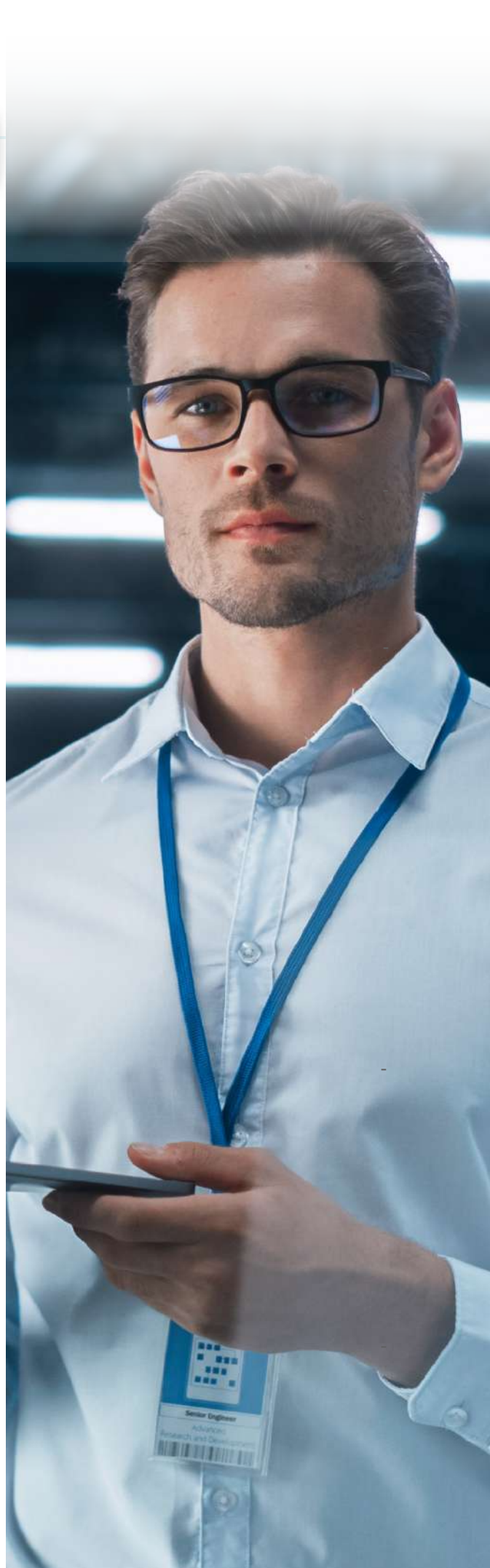
INSTITUCIONES PARTICIPANTES

La creación de los diplomados internacionales es el resultado de una alianza estratégica entre tres instituciones líderes en educación de Sudamérica y Europa, todas con más de 30 años de experiencia y reconocidas oficialmente.

El objetivo es ofrecer a los estudiantes internacionales lo mejor de cada Universidad, mejorando así la calidad educativa. La Universidad Autónoma de Chile aporta su modelo educativo, con más de 40,000 graduados y acreditado por ANECA en España. La Universidad Autónoma del Paraguay ofrece su plataforma Canvas, líder en educación online. Carver University contribuye con su experiencia en crear contenidos educativos de alta calidad.

Este programa asegura una formación de excelencia, diseñada para que nuestros estudiantes destaquen en el mundo laboral y realicen aportes significativos a su entorno.

Al participar en nuestro diplomado internacional, accederás a un ambiente colaborativo, compartirás directamente con los docentes y tendrás acceso una vasta biblioteca digital con más de 100,000 volúmenes





DIPLOMADO INTERNACIONAL EN MINDFULNESS

DESCRIPCIÓN

El Diplomado en Mindfulness espera que sus estudiantes puedan desarrollar una formación experiencial, reflexiva y con fundamentos teóricos rigurosos de la práctica de Mindfulness, junto con desarrollar una actitud práctica de autocuidado. En cuanto a los contenidos teóricos, se revisarán los fundamentos, el desarrollo de modelos y la evidencia científica (neurobiológica y psicológica) que respaldan su aplicación, argumentando la necesidad de una mirada de mindfulness relacional. Se realizarán sesiones de carácter práctico, incorporando diálogo y profundización reflexiva.

OBJETIVO GENERAL

Formar profesionales habilitados en el entorno Mindfulness, donde desarrollen habilidades que les permitan vivir en su día a día esta práctica y los beneficios de ella, mejorando la relación consigo mismo y los demás, con una capacidad real de trabajo apoyados en los conocimientos teóricos y prácticos más actualizados y útiles para su vida.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Conocer Mindfulness desde un punto de vista teórico y experiencial; introduciendo a los participantes a la práctica meditativa mindfulness.
- Vincular la práctica de Mindfulness con el trabajo psicoterapéutico, y aprender sobre las distintas aplicaciones psicoterapéuticas de Mindfulness.
- Identificar diferentes herramientas de mindfulness para gestionar sus emociones, siendo más conscientes de sus respuestas, mejorando de esta forma la relación que tienen consigo mismo y los demás, mejorando con ello su salud mental y emocional aumentando su calidad de vida.

¿A QUIÉN ESTA DIRIGIDO?

El Diplomado va dirigido a estudiantes y profesionales que desean adquirir una metodología práctica para autocuidarse, a través, de prácticas contemplativas y de acompañamiento apreciativo, que busquen realizar un trabajo en un diseño para ser con los demás.

PLAN DE ESTUDIOS

MALLA CURRICULAR

Módulo 1

Aproximación al Aprendizaje con Tecnologías

En este módulo se explicará el uso de las diversas tecnologías aplicadas a la enseñanza y aprendizaje en línea para el máximo aprovechamiento del diplomado.

Módulo 2

El Mindfulness Relacional

En este curso identificarán los elementos claves del mindfulness y cómo este puede ayudarles en la gestión de sus emociones y en el cultivo de una buena comunicación y relación con los demás

Módulo 3

Mindfulness y Terapias Basadas en Mindfulness

Mindfulness y DBT.
Programa de reducción del stress (MBSR).
Terapia de depresión basada en mindfulness (MBCT).
Mindfulness en psicoterapia de niños y adolescentes.

Módulo 4

Mindfulness y Psicoterapias

Fundamentos de la aplicación de Mindfulness en la psicoterapia y su impacto en la relación terapéutica y el proceso de terapia, aplicación de Mindfulness al manejo de la ruptura y reparación de la alianza terapéutica Mindfulness y Trauma Relacional.

Módulo 5

Aplicaciones específicas actuales de Mindfulness

Este módulo permite evaluar la importancia del autocuidado en todas sus dimensiones para una vida con mayor bienestar y lo fundamental del cultivo de emociones positivas para una mayor conexión consigo mismo y los demás.

MODALIDAD



100% Online



Duración 5 meses



1 Máster Class
por módulo



390 horas





UNIVERSIDAD
AUTÓNOMA
DE CHILE

MÁS UNIVERSIDAD

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE CHILE

RECONOCIMIENTOS ACADÉMICOS



6
AÑOS

AGENTUR FÜR
QUALITÄTSSICHERUNG DURCH
AKKREDITIERUNG VON
STUDIENGÄNGEN E.V.
2021 - 2027



AGENCIA NACIONAL DE
EVALUACIÓN DE
LA CALIDAD
Y ACREDITACIÓN

ANCA • ESPAÑA

CIFRAS

+ de
100
diplomados

+ de
20
magíster

+ de
30
cursos

9
especialidades

CARVER UNIVERSITY

RECONOCIMIENTOS ACADÉMICOS



CIFRAS

100%

Online en español
e inglés

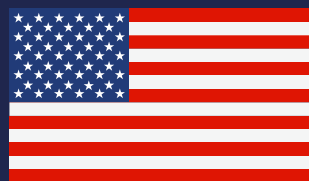


EDUCACIÓN
SIN FRONTERAS



de
500

Convalidaciones



institución
EE.UU

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL PARAGUAY

RECONOCIMIENTOS ACADÉMICOS



CIFRAS

30
carreras

+ de
100.000
volúmenes en
biblioteca digital

+ de
12.000
egresados

+ de
50
convenios internacionales





Carver
University



UNIVERSIDAD
AUTÓNOMA
DE CHILE

MÁS UNIVERSIDAD

UAP

UNIVERSIDAD
AUTÓNOMA
DEL PARAGUAY