

CURSO-TALLER



MINDFULNESS



-
-
-
-
-
-

Dirigido:

Estudiantes, profesionistas y especialistas quienes laboran con niños, niñas y adolescentes en las áreas de salud, educación, social-comunitaria, y así como a docentes de educación básica.

Objetivo

Capacitar a los participantes en el uso efectivo de técnicas y herramientas de mindfulness para promover el bienestar emocional, la autoconciencia y la resiliencia en niños y adolescentes.

Fecha:

01, 08, 15 y 22 de Junio del 2024

Duración:

16 Horas

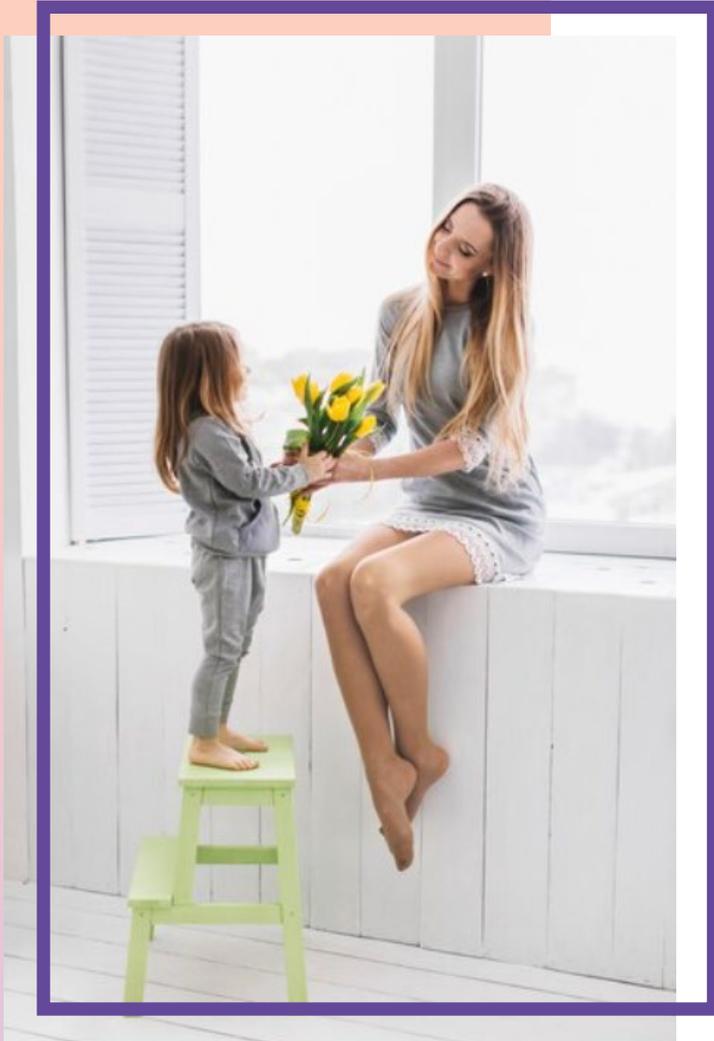
Horario:

09:00 a 13:00 Hora CDMX



Aprendizajes esperados:

- Comprender los fundamentos teóricos del mindfulness y su aplicación en el contexto del trabajo con niños y adolescentes.
- Desarrollar habilidades prácticas para enseñar y guiar ejercicios de mindfulness adaptados a diferentes grupos de edad y necesidades individuales.
- Identificar y abordar las barreras comunes para la práctica de mindfulness en niños y adolescentes, así como estrategias para superarlas.
- Aprender a integrar el mindfulness en diversas modalidades terapéuticas, como la terapia cognitivo-conductual, la terapia de juego y la terapia familiar.
- Adquirir técnicas para fomentar la autoconciencia, la regulación emocional y la atención plena en los niños y adolescentes que atienden.
- Explorar cómo el mindfulness puede ser utilizado para abordar específicos desafíos emocionales y conductuales en niños y adolescentes, como la ansiedad, la depresión, el TDAH, entre otros.
- Practicar la autorreflexión y la autoevaluación continua de su propia práctica de mindfulness como terapeutas, para promover la autenticidad y la efectividad en su trabajo con los clientes jóvenes.
- Desarrollar un plan de implementación personalizado para integrar el mindfulness de manera efectiva en su práctica clínica con niños y adolescentes, considerando las necesidades únicas de cada cliente y entorno terapéutico



Nota:

Nuestro enfoque se basa en casos de estudio reales y ejercicios prácticos, lo que te permitirá aplicar inmediatamente lo aprendido en tu propia práctica. También tendrás la oportunidad de interactuar y aprender de otros especialistas de la salud, creando una red de contactos valiosa que te ayudará a crecer tanto personal como profesionalmente.

Temario

1.- Introducción al Mindfulness en el trabajo con niños y adolescentes.

- Fundamentos teóricos del mindfulness.
- Beneficios del mindfulness para la salud mental en niños y adolescentes.
- Adaptaciones necesarias para la práctica de mindfulness en poblaciones jóvenes.

2.- Técnicas básicas de mindfulness para niños y adolescentes.

- Ejercicios de respiración consciente.
- Prácticas de atención plena al cuerpo.
- Visualizaciones guiadas para la relajación.

3.- Integración del mindfulness en la terapia infantil.

- Modelos de integración del mindfulness en diferentes enfoques terapéuticos.
- Consideraciones éticas y culturales en la práctica del mindfulness con niños y adolescentes.
- Ejemplos de sesiones terapéuticas utilizando mindfulness.

4.- Mindfulness para el manejo de emociones y el bienestar emocional.

- Uso de mindfulness para la regulación emocional.
- Identificación y etiquetado de emociones.
- Construcción de la resiliencia emocional a través del mindfulness.

5.- Aplicaciones específicas de mindfulness en poblaciones infantiles y adolescentes.

- Mindfulness para el tratamiento de la ansiedad y el estrés.
- Mindfulness en el tratamiento de la depresión juvenil.
- Uso de mindfulness en el TDAH y otros trastornos del neurodesarrollo.





Incluye

- Constancia con valor curricular
- Material, lecturas, presentaciones etc...

Requerimiento: Modalidad Online

- Computadora de escritorio o Lap Top (De preferencia no celular)
- Conexión a internet
- Conocimiento básico de Zoom

* Nota Importante:
Tomar precauciones con el servicio de internet

Documentos

Al finalizar se entrega constancia con valor curricular, expedida por nuestra institución Centro de Capacitación, Atención, Desarrollo e Innovación Profesional S.C avalado por la secretaria del trabajo y el estándar de competencia ECO 217.

Políticas

- Los comprobantes de pago se envían al correo ccadip02@gmail.com por tu seguridad no lo envíes vía WhatsApp ni Facebook.
- Precio más IVA en caso de requerir factura
- No hay reembolsos



INVERSIÓN:

- Pago en una sola exhibición o a 3 meses sin intereses (MSI) es de \$1,500 y debe realizarse antes del 30 de Mayo del 2024
- Pagos diferidos de \$2,000, se requiere una reserva de \$500, y el saldo restante de \$1,500 se debe pagar máximo el 22 de junio del 2024

LINK DE PAGO: <https://mpago.la/1pAakA4>

DATOS BANCARIOS PARA PAGOS POR DEPOSITO O TRANSFERENCIA:

Nombre de la cuenta: Edgar Manuel Méndez Carvajal

Número de cuenta: 15-32-79-51-83

Clabe interbancaria: 012-180-015-3279-51832

Código SWIFT: BCMRMXMMPYM

Referencia o concepto de pago: Nombre del alumno

Banco: BBVA Bancomer

Pagos internacionales: [paypal.me/ccadip](https://www.paypal.me/ccadip)

PROCESO DE INSCRIPCIÓN

- Realizar el pago correspondiente a la inscripción
- Ingresa a nuestro sitio web ccadip.com/inscripción y contestar el formulario correspondiente



- El equipo de CCADIP validará el pago y enviará la carta de confirmación.



MINDFULNESS



www.ccadip.com
ccadip02@gmail.com
55-43-55-02-79

