



EUROINNOVA
INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION



UNIVERSIDAD
NEBRIJA

Curso de Mindfulness en la Intervención Social (Titulación Universitaria + 6 Créditos ECTS)





Elige aprender en la escuela
líder en formación online

ÍNDICE

1 | Sobre Euroinnova

2 | Alianza

3 | Rankings

4 | Alianzas y acreditaciones

5 | By EDUCA
EDTECH
Group

6 | Metodología

7 | Razones por las que elegir Educa

8 | Financiación y Becas

9 | Metodos de pago

10 | Programa Formativo

11 | Temario

12 | Contacto

SOMOS EDUCA BUSINESS SCHOOL

EDUCA Business School es una institución de formación online especializada en negocios. Como miembro de la Comisión Internacional de Educación a Distancia y con el prestigioso Certificado de Calidad AENOR (normativa ISO 9001) nuestra institución se distingue por su compromiso con la excelencia educativa.

Nuestra **oferta formativa**, además de **satisfacer las demandas del mercado laboral** actual, puede bonificarse como formación continua para el personal trabajador, así como ser homologados en Oposiciones dentro de la Administración Pública. Las titulaciones de EDUCA Business School se pueden certificar con la Apostilla de La Haya dotándolos de validez internacional en más de 160 países.

Más de

18

años de
experiencia

Más de

300k

estudiantes
formados

Hasta un

98%

tasa
empleabilidad

Hasta un

100%

de financiación

Hasta un

50%

de los estudiantes
repite

Hasta un

25%

de estudiantes
internacionales

[Ver en la web](#)



Unlock your
potential, online and beyond

ALIANZA EDUCA Y UNIVERSIDAD DE NEBRIJA

Educa Business School y la Universidad de Nebrija consolidan de forma exitosa una colaboración estratégica. De esta manera, la colaboración entre Educa Business School y la Universidad de Nebrija impulsa un enfoque colaborativo, innovador y accesible para el aprendizaje, adaptado a las necesidades individuales de los estudiantes.

Las dos instituciones priorizan una formación práctica y flexible, adaptada a las demandas del mundo laboral actual, y que promueva el desarrollo personal y profesional de cada estudiante. El propósito es asimilar nuevos conocimientos de manera dinámica y didáctica, lo que facilita su retención y contribuye a adquirir las habilidades necesarias para adaptarse a una sociedad en constante y rápida transformación.

Educa Business School y la Universidad de Nebrija se han fijado como objetivo principal la democratización de la educación, buscando llevarla incluso a las áreas más alejadas y aprovechando las últimas innovaciones tecnológicas. Además, cuentan con un equipo de docentes altamente especializados y plataformas de aprendizaje que incorporan tecnología educativa de vanguardia, asegurando así un seguimiento tutorizado a lo largo de todo el proceso educativo.



[Ver en la web](#)



RANKINGS DE EDUCA BUSINESS SCHOOL

Educa Business School se engloba en el conjunto de EDUCA EDTECH Group, que ha sido reconocido por su trabajo en el campo de la formación online.

Todas las entidades bajo el sello EDUCA EDTECH comparten la misión de democratizar el acceso a la educación y apuestan por la transferencia de conocimiento, por el desarrollo tecnológico y por la investigación. Gracias a ello ha conseguido el reconocimiento de diferentes rankings a nivel nacional e internacional.



[Ver en la web](#)

ALIANZAS Y ACREDITACIONES



Ver en la web

BY EDUCA EDTECH

Educa Business School es una marca avalada por **EDUCA EDTECH Group**, que está compuesto por un conjunto de experimentadas y reconocidas instituciones educativas de formación online. Todas las entidades que lo forman comparten la misión de democratizar el acceso a la educación y apuestan por la transferencia de conocimiento, por el desarrollo tecnológico y por la investigación.



ONLINE EDUCATION



Ver en la web



METODOLOGÍA LXP

La metodología **EDUCA LXP** permite una experiencia mejorada de aprendizaje integrando la AI en los procesos de e-learning, a través de modelos predictivos altamente personalizados, derivados del estudio de necesidades detectadas en la interacción del alumnado con sus entornos virtuales.

EDUCA LXP es fruto de la **Transferencia de Resultados de Investigación** de varios proyectos multidisciplinares de I+D+i, con participación de distintas Universidades Internacionales que apuestan por la transferencia de conocimientos, desarrollo tecnológico e investigación.



1. Flexibilidad

Aprendizaje 100% online y flexible, que permite al alumnado estudiar donde, cuando y como quiera.



2. Accesibilidad

Cercanía y comprensión. Democratizando el acceso a la educación trabajando para que todas las personas tengan la oportunidad de seguir formándose.



3. Personalización

Itinerarios formativos individualizados y adaptados a las necesidades de cada estudiante.



4. Acompañamiento / Seguimiento docente

Orientación académica por parte de un equipo docente especialista en su área de conocimiento, que aboga por la calidad educativa adaptando los procesos a las necesidades del mercado laboral.



5. Innovación

Desarrollos tecnológicos en permanente evolución impulsados por la AI mediante Learning Experience Platform.



6. Excelencia educativa

Enfoque didáctico orientado al trabajo por competencias, que favorece un aprendizaje práctico y significativo, garantizando el desarrollo profesional.



Programas

**PROPIOS
UNIVERSITARIOS
OFICIALES**

RAZONES POR LAS QUE ELEGIR EDUCA BUSINESS SCHOOL

1. FORMACIÓN ONLINE ESPECIALIZADA

Nuestros alumnos acceden a un modelo pedagógico innovador **de más de 20 años de experiencia educativa con Calidad Europea.**



2. METODOLOGÍA DE EDUCACIÓN FLEXIBLE

Con nuestra metodología estudiarán **100% online** y nuestros alumnos/as tendrán acceso los 365 días del año a la plataforma educativa.



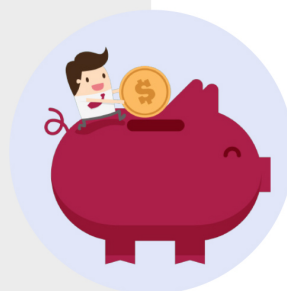
3. CAMPUS VIRTUAL DE ÚLTIMA TECNOLOGÍA



Contamos con una **plataforma avanzada** con material adaptado a la realidad empresarial, que fomenta la participación, interacción y comunicación con alumnos de distintos países.

4. DOCENTES DE PRIMER NIVEL

Nuestros docentes están acreditados y formados en **Universidades de alto prestigio en Europa**, todos en activo y con una amplia experiencia profesional.



5. TUTORÍA PERMANENTE



Contamos con un **Centro de Atención al Estudiante CAE**, que brinda atención personalizada y acompañamiento durante todo el proceso formativo.

6. DOBLE MATRICULACIÓN

Algunas de nuestras acciones formativas cuentan con la llamada **Doble matriculación**, que te permite obtener dos formaciones, ya sean de masters o curso, al precio de una.



FINANCIACIÓN Y BECAS

Financia tu cursos o máster y disfruta de las becas disponibles. ¡Contacta con nuestro equipo experto para saber cuál se adapta más a tu perfil!

25%

Beca
ALUMNI

20%

Beca
DESEMPLEO

15%

Beca
EMPRENDE

15%

Beca
RECOMIENDA

15%

Beca
GRUPO

20%

Beca
**FAMILIA
NUMEROSA**

20%

Beca
**DIVERSIDAD
FUNCIONAL**

20%

Beca
**PARA PROFESIONALES,
SANITARIOS,
COLEGIADOSAS**



[Solicitar información](#)

MÉTODOS DE PAGO

Con la Garantía de:



Fracciona el pago de tu curso en cómodos plazos y sin intereses de forma segura.



Nos adaptamos a todos los métodos de pago internacionales:



y muchos más...



Ver en la web

Curso de Mindfulness en la Intervención Social (Titulación Universitaria + 6 Créditos ECTS)



DURACIÓN
150 horas



MODALIDAD
ONLINE



ACOMPANIAMIENTO
PERSONALIZADO



CREDITOS
6 ECTS

Titulación

Titulación Universitaria en Mindfulness en la Intervención Social con 6 Créditos Universitarios ECTS.
Formación Continua baremable en bolsas de trabajo y concursos oposición de la Administración Pública.

[Ver en la web](#)



Descripción

Mindfulness, es una práctica o técnica meditativa, que se centra en la meditación para alcanzar la conciencia plena, centrándose en el momento presente, y observando todos los pensamientos subyacentes a este momento, se trata de una herramienta que permite controlar las emociones, dejándolas fluir sin que determinen la conducta, especialmente si se trata de emociones negativas. El presente curso ofrece una formación específica que aúna en una el mindfulness aplicado a la intervención social.

Objetivos

Con este Máster en Mindfulness Online serás capaz de: - Conocer el papel de las emociones en nuestra vida. - Determinar la importancia de saber controlar las emociones. - Describir el mindfulness como una técnica que ha demostrado su eficacia. - Aplicar el mindfulness en las intervenciones sociales. - Disminuir el impacto emocional de los estresores.

A quién va dirigido

El presente curso de Mindfulness está dirigido a todos aquellos profesionales del ámbito socio-sanitario, que quieran especializarse en esta técnica terapéutica de tercera generación, como apoyo a las terapias realizadas en este caso a la intervención social, o a cualquier persona interesada en conocer y profundizar sobre esta práctica meditativa, para ser practicada en su día a día.

Para qué te prepara

El presente curso de Mindfulness en la intervención social prepara al alumnado para adquirir los conocimientos necesarios para llevar a cabo este tipo de meditación centrada en la atención plena, así como conocer y comprender la importancia de la focalización de la atención para reducir emociones negativas como es el caso de la aplicación terapéutica para el estrés o la ansiedad, dentro de ámbito de la intervención social.

Salidas laborales

El Máster en Mindfulness Online te preparará para ejercer en el ámbito de la psicología terapia, en clínicas, terapeuta, experto en terapias de tercera generación, trabajo social y educación social.

TEMARIO

UNIDAD DIDÁCTICA 1. LA IMPORTANCIA DE LAS EMOCIONES

1. Emoción y mindfulness
2. ¿Qué es una emoción?
 1. - Clasificación de las emociones
3. Biología de la emoción
4. Gestión de las emociones
5. La utilidad de experimentar emociones. Funciones
 1. - Funciones adaptativas
 2. - Funciones sociales
 3. - Funciones motivacionales
6. Teorías emocionales
 1. - Teorías evolucionistas
 2. - Teorías psicofisiológicas
 3. - Teorías neuronales
 4. - Teorías conductuales
7. Teorías cognitivas
8. Influencias de las emociones en el estado de salud

UNIDAD DIDÁCTICA 2. CONTROL DE EMOCIONES NEGATIVAS

1. Control del estrés y la ansiedad
 1. - Tipos de estresores
2. La ansiedad
 1. - Técnicas para el control del estrés y la ansiedad
3. El conflicto
 1. - Control del conflicto
 2. - Técnicas de resolución de conflictos: la negociación

UNIDAD DIDÁCTICA 3. PERSONALIDAD Y EMOCIÓN

1. La personalidad
 1. - Estructura de la personalidad
 2. - Naturaleza de la personalidad
2. La importancia de la autoconciencia en la inteligencia emocional
3. Entendiendo los sentimientos
 1. - Energía emocional
4. Impulsividad emocional
 1. - Manejo de la impulsividad emocional

UNIDAD DIDÁCTICA 4. MINDFULNESS

1. Inteligencia emocional
2. El origen del mindfulness
3. El mindfulness

1. - La atención
2. - Atención plena y mindfulness
4. Mindfulness y neurobiología
 1. - Disposición afectiva con mindfulness
5. Componentes de la atención o conciencia plena
6. Práctica de mindfulness
 1. - Práctica formal e informal

UNIDAD DIDÁCTICA 5. LA RELAJACIÓN EN MINDFULNESS

1. La respiración en mindfulness
 1. - Control de la respiración
2. Alcanzar un estado de calma: la relajación
 1. - Técnicas utilizadas
3. La relajación progresiva

UNIDAD DIDÁCTICA 6. MINDFULNESS COMO HERRAMIENTA EN LA INTERVENCIÓN SOCIAL

1. El trabajo social
 1. - Trabajo social como construcción social
 2. - Corrientes dominantes en la construcción del trabajo social
2. La intervención profesional en trabajo social
 1. - Caracterización de la intervención
3. Trabajo social y mindfulness
 1. - Relación biológica entre el mindfulness y el trabajo social
 2. - Niveles de intervención del mindfulness en trabajo social

UNIDAD DIDÁCTICA 7. TÉCNICAS COGNITIVAS Y DE AUTOCONTROL. UNA APROXIMACIÓN A LA AUTORREGULACIÓN EMOCIONAL

1. Técnicas y procedimientos cognitivos y de autocontrol
2. Solución de problemas
3. Tratamiento de pensamientos obsesivos
 1. - Pasos a seguir en la técnica de detención del pensamiento
4. Afrontamiento de las experiencias estresantes
5. Destrucción de hábitos
6. Técnica de visualización cognitiva
 1. - Reglas para crear visualizaciones efectivas para la autoestima
7. Entrenamiento en habilidades sociales

UNIDAD DIDÁCTICA 8. PSICOTERAPIA Y MINDFULNESS. CONTROL EMOCIONAL

1. El tratamiento: psicoterapia
2. El trabajo de las emociones en la psicoterapia
 1. - Emociones básicas
 2. - Control emocional
3. Aproximación a la psicología positiva y terapia transpersonal
 1. - Psicología positiva
 2. - Terapia transpersonal

4. Mindfulness

1. - Mindfulness aplicado a psicoterapia

5. Abordaje corporal de las emociones

1. - Risoterapia
2. - Arteterapia
3. - Danzaterapia
4. - Focalización de la atención: focusing

Solicita información sin compromiso

¡Matricularme ya!

Telefonos de contacto

España		+34 900 831 200	Argentina		54-(11)52391339
Bolivia		+591 50154035	Estados Unidos		1-(2)022220068
Chile		56-(2)25652888	Guatemala		+502 22681261
Colombia		+57 601 50885563	Mexico		+52-(55)11689600
Costa Rica		+506 40014497	Panamá		+507 8355891
Ecuador		+593 24016142	Perú		+51 1 17075761
El Salvador		+503 21130481	República Dominicana		+1 8299463963

!Encuétranos aquí!

Edificio Educa Edtech

Camino de la Torrecilla N.º 30 EDIFICIO EDUCA EDTECH,
C.P. 18.200, Maracena (Granada)

 formacion@euroinnova.com

 www.euroinnova.com

Horario atención al cliente

Lunes a viernes: 9:00 a 20:00h Horario España

¡Síguenos para estar al tanto de todas nuestras novedades!



Ver en la web

