



Universidad del
Rosario

ADVANCE
Educación Continua

TALLER | REMOTO

MINDFULNESS Y
COACHING DE VIDA

CONTENIDO TEMÁTICO

| Módulo 1.

- La práctica cotidiana de Mindfulness o Atención Plena.
- 2. Mindfulness como práctica amorosa de autogestión
- 3. Conversaciones compasivas y no defensivas
- 4. Gestión mindful del conflicto interpersonal
- 5. Mindfulness y Eudaemonía

- Todos nuestros programas incluyen un certificado de asistencia. Los participantes que cumplan con la asistencia mínima requerida y los requisitos académicos, recibirán su certificado.
- La Universidad del Rosario se reserva el derecho de modificar el equipo académico de los programas de Educación Continua que estén anunciados en la programación, así como modificar el orden temático presentado en este programa, garantizado que se abordará la totalidad de temas propuestos.
- La Universidad del Rosario podrá modificar las fechas de desarrollo de los programas o de las sesiones de un programa en ejecución, en situaciones que así lo amerite. La notificación a inscriptos o a los participantes de los programas se podrá hacer sin un plazo de tiempo previo estipulado, pero siempre intentando mantener un mínimo de horas previas para ello.
- Los programas de Educación Continua son educación informal, no conducen a título profesional.