

Universidad del Rosario | ADVANCE Educación Continua

SEMINARIO | REMOTO

CERRANDO EL AÑO

CONTENIDO TEMÁTICO

El curso consta de 3 sesiones en total. Durante los talleres se aportará al desarrollo de herramientas, que permitan a los participantes realizar el proceso de cierre del año en comprensión, aceptación y paz interior y la apertura al nuevo año en optimismo, confianza y amor propio. Algunas de las estrategias que se emplearán en las clases serán:

- Relajación y conciencia corporal.
- Aprendizaje de consciencia presente en el aquí y ahora.
- Exploración de creencias y patrones limitantes en torno a lo experimentado en el año, los cambios y la proyección de futuro.
- Contacto con las emociones y sentimientos; permitiendo una expresión más fluida.
- Reconocimiento de los patrones autodestructivos y fatalistas asociados al cierre del año, los cambios y el porvenir.
- Generación de experiencias de perdón y aceptación de las situaciones vividas en el año.
- Visualización creativa del nuevo año la vida y las nuevas oportunidades que se abrirán.

- 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 inscritos 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.