

## La indagación en la enseñanza de mindfulness

Formación online 3ra edición, sábado 20 y 27 de enero de 2024

### La indagación como competencia esencial para enseñar

Cuando impartes protocolos de mindfulness es necesario dominar el proceso de indagación para poder acompañar adecuadamente a los participantes de tus formaciones y facilitar la comprensión de lo que ocurre, sean niños, jóvenes y adultos. Es una invitación a iluminar su experiencia directa.

Algunos indicadores de la correcta actitud cuando indagas, son: estar conectado, escuchar abiertamente con curiosidad sincera, no dirigir o buscar, no hay prisa, no deseamos resolver nada, no damos consejos o respuestas... El que indaga usa preguntas abiertas y se limita a los hechos y vivencias.

### Programa de la formación

- ¿Qué es exactamente la indagación?
- ¿Porqué es tan importante desarrollar esta competencia?
- Practicar el proceso de la indagación (en grupos)
- Cada participante recibirá realimentación individualizada

Entre las dos sesiones habrá que preparar un trabajo (colaborativo) que se presentará en la segunda sesión.

### ¿Para quién?

Los destinatarios del curso son instructores de mindfulness, para adultos y para niños en protocolos basados en MBSR o parecidos (MBCT, MBPM, MSC, MBAR, métodos para niños y adolescentes), acreditados o en formación. Trabajamos con grupos reducidos. Acceso desde cualquier ciudad o país.

### Modalidad online presencial

El programa se imparte en vivo mediante videoconferencia. Usamos la plataforma zoom.

### Requisitos tecnológicos

PC equipado con altavoz, micrófono y cámara de video. Conexión de Internet de alta velocidad.

### Sobre los instructores

Elisenda Pallàs y Joost Scharrenberg están certificados en diferentes protocolos de mindfulness (MBSR, MBCT y varios protocolos para niños y adolescentes); durante 5 años han sido formadores de instructores, supervisores y miembros del equipo internacional de la Academy for Mindful Teaching.

### FECHAS Y HORARIO

Sábado 20 y 27 de enero de 2024, horario: 16:00 - 20:00 (hora de España). Revisa el horario si vives en otra zona horaria en [www.time.is](http://www.time.is)

### LUGAR

Online presencial  
Zoom videoconferencia  
Desde cualquier país

### IMPORTE

150€

### ¿PARA QUÉ VENIR?

Compresión de la indagación  
Desarrollar la habilidad  
Reforzar la confianza  
Practicar la indagación  
Trabajo colaborativo  
Realimentación individualizada

### MÁS INFORMACIÓN

Elisenda Pallàs,  
email: [elisenda@sloyu.com](mailto:elisenda@sloyu.com)

### INSCRIPCIONES ONLINE

<http://sloyu.com/indagacion>

