

**MINDFULNESS, EDUCACIÓN EMOCIONAL Y LENGUAJES ARTÍSTICOS  
APLICADOS A LA EXPRESIÓN DE LAS EMOCIONES**

<b>Datos básicos del Curso</b>	Curso Académico	2019 - 2020
	Nombre del Curso	Mindfulness, Educación Emocional y Lenguajes Artísticos Aplicados a la Expresión de las Emociones
	Tipo de Curso	Curso de Extensión Universitaria
	Número de horas	45,00
<b>Dirección</b>	Unidad organizadora	Departamento de Educación Artística
	Director de los estudios	D Juan Carlos Arañó Gisbert
<b>Datos de Matriculación Impartición</b>	Precio (euros)	147,00 (tasas incluidas)
	Modalidad	Presencial
	Idioma impartición	Español
	Lugar de impartición	Aula 3.6
<b>Información</b>	Teléfono	657630685
	Web	
	Facebook	
	Twitter	
	Email	mmgalera@us.es

## MINDFULNESS, EDUCACIÓN EMOCIONAL Y LENGUAJES ARTÍSTICOS APLICADOS A LA EXPRESIÓN DE LAS EMOCIONES

### Objetivos del Curso

- 1) Ofrecer el aprendizaje de la práctica de Mindfulness, a nivel personal y profesional.
- 2) Potenciar el desarrollo de las competencias personales y sociales a través Mindfulness.
- 3) Desarrollar habilidades de Resiliencia y Gestión de conflictos en el ámbito educativo a través de Mindfulness.
- 4) Dotar de herramientas básicas para la toma de conciencia y la expresión emocional a través de diferentes lenguajes artísticos.

### Profesorado

D. Juan Carlos Arañó Gisbert. Universidad de Sevilla - Didáctica de la Expresión Musical, Plástica y Corporal

D. José Clares López. Universidad de Sevilla - Métodos de Investigación y Diagnóstico en Educación

D<sup>a</sup>. Cristina Domínguez Vázquez. - Transcrea

D<sup>a</sup>. María Del Mar Galera Núñez. Universidad de Sevilla - Educación Artística

D<sup>a</sup>. Mariló Gascón Aguilar. - Norax Salud y Bienestar

D<sup>a</sup>. Elena Guichot Muñoz. Universidad de Sevilla - Didáctica de la Lengua y de la Literatura y Filologías Integradas

D<sup>a</sup>. Rosa Vives Almansa. Universidad de Sevilla - Educación Artística

### Materias del Curso

Introducción al Mindfulness.

Desarrollo de la Resiliencia a través del Mindfulness.

Lenguajes Artísticos Aplicados a la Expresión de las Emociones.

### Programa

#### 1) MÓDULO 1 MINDFULNESS (9 horas)

Introducción a la práctica de Mindfulness y sus áreas de desarrollo: Atención, Gestión emocional, Desarrollo cognitivo y Compasión.

Desarrollo del cerebro en la infancia y la adolescencia: Integración cerebral a través de Mindfulness, neurobiología cerebral, teoría del apego, auto-regulación, conexión interpersonal.

#### 2) MÓDULO 2 DESARROLLO DE LA RESILIENCIA A TRAVÉS DEL MINDFULNESS (9 horas)

Resiliencia y Gestión de conflictos en el ámbito educativo a través de Mindfulness.

Mindfulness en la familia y la educación

Experiencias personales sobre expresión y comunicación emocional.

### 3) MÓDULO 3 LENGUAJES ARTÍSTICOS (24 horas)

Lenguaje dramático-corporal

Lenguaje sonoro-musical

Lenguaje audiovisual

Lenguaje verbal

#### Horario

#### MÓDULO DE MINDFULNESS (9 horas):

Jueves 16 Abril de 17.00 a 20.00

Viernes 17 Abril de 17.00 a 20.00

Jueves 23 Abril de 17.00 a 20.00

#### MÓDULO DE RESILIENCIA (9 horas):

Viernes 24 Abril de 17.00 a 20.00

Jueves 7 de Mayo de 17.00 a 20.00

Viernes 8 de Mayo de 17.00 a 20.00

#### MÓDULO DE LENGUAJES EXPRESIVOS (27 horas)

##### EXPRESIÓN DRÁMATICA-CORPORAL:

Jueves 14 de Mayo de 17.00 a 20.00

Viernes 15 Mayo de 17.00 a 20.00

##### SONORO-MUSICAL:

Jueves 21 Mayo de 17.00 a 20.00

Viernes 22 de Mayo de 17.00 a 20.00

##### AUDIOVISUAL:

Jueves 28 Mayo de 17.00 a 20.00

Viernes 29 de Mayo de 17.00 a 20.00

##### VERBAL:

Jueves 4 Junio de 17.00 a 20.00

Viernes 5 de Junio de 17.00 a 20.00

##### PROYECTO DE SÍNTESIS:

Viernes 12 de Junio de 17.00 a 20.00