



Universidad Nebrija

Don [REDACTED], Rector Magnífico, certifica que,

[REDACTED]

con documento de identidad número [REDACTED],

ha obtenido la calificación de APTO en el curso

MINDFULNESS PARA MEJORAR LA ATENCIÓN EN EL AULA

realizado de [REDACTED] a [REDACTED]

con una duración de 150 horas (6 créditos ECTS).

Madrid, a [REDACTED]

[REDACTED]



UNIVERSIDAD
NEBRIJA

[REDACTED]

Código Seguro de Verificación: [REDACTED]

Nº registro : [REDACTED]

MINDFULNESS PARA MEJORAR LA ATENCIÓN EN EL AULA

- UNIDAD 1. MINDFULNESS: FUNDAMENTOS, APLICACIONES Y PRÁCTICAS
- UNIDAD 2. MINDFULNESS EN EL ÁMBITO EDUCATIVO
- UNIDAD 3. EVALUACIÓN
- UNIDAD 4. INICIOS DEL MINDFULNESS: LA RESPIRACIÓN
- UNIDAD 5. CONOCIMIENTO EMOCIONAL: MINDFULNESS COMO REGULADOR DE EMOCIONES
- UNIDAD 6. EVALUACIÓN
- UNIDAD 7. APRENDIENDO A MEDITAR: MINDFULNESS COMO PRÁCTICA FORMAL
- UNIDAD 8. INFLUENCIA DEL MINDFULNESS EN EL PENSAMIENTO
- UNIDAD 9. EVALUACIÓN