

Extraído de IES Alyanub

<http://iesalyanub.es>

Cierre del curso sobre Mindfulness.... Cambio de fecha al 25 de marzo

- Novedades -

Publicado el Viernes 7 de marzo de 2014

Descripción:

Este es el tercer curso que trabajamos con Israel Mañas (profesor Facultad de Psicología. Departamento de Personalidad, Evaluación y Tratamientos Psicológicos. Universidad de Almería)

Comenzamos este trabajo desde la certeza que nos aportaban los estudios científicos que demuestran una progresiva calma en las aulas.

Partíamos de una situación de convivencia buena y no sabíamos, realmente, qué nos iba a aportar este trabajo. Dos cursos más tarde notamos que la convivencia ha mejorado, si cabe, un poco más.

Cierre del curso sobre Mindfulness.... Cambio de fecha al 25 de marzo

Hay en el centro, muchas iniciativas relacionadas con la gestión de la convivencia, no sabemos realmente qué parte de "culpa" tiene mindfulness en este proceso de mejora... sin embargo aporta seguro, su pequeño granito de arena.

Por último, quisiera señalar la serenidad que a mí personalmente me ha traído:

;;Que viva el mindful!!



¿Te interesa? ¿quieres probar?... sigue leyendo

IES Alyanub

En este capítulo de redes puedes ver cómo:

Un estudio de la UAL por si quieres saber más



mindfull y rendimiento académico