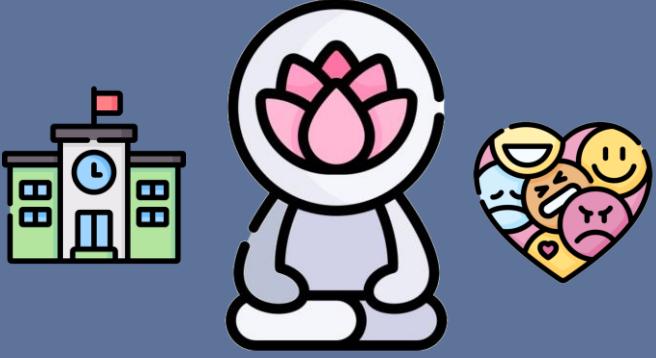


# Mindfulness y gestión emocional en el ámbito escolar



## Bienestar integral para un entorno educativo saludable

Curso dirigido a **profesionales de enfermería** que desempeñan su labor de forma habitual o puntual en centros educativos, **personal docente, familias del alumnado** y otros miembros de la comunidad educativa.

La formación ofrece **herramientas prácticas para la gestión emocional y el autocontrol**, promoviendo el bienestar físico, mental y emocional. Su aplicación contribuye a mejorar el clima escolar, fortalecer las habilidades personales y profesionales, **prevenir el estrés y fomentar una atención más consciente, equilibrada y saludable en el entorno educativo**.

.....

### Cuotas de inscripción

.....

Socios ACISE-ACEESE	100,00 €
Público general (individual)	200,00 €
Público general (grupos)*	175,00 €
Estudiantes Grado o Máster en enfermería o pediatría*	150,00 €

\*Mínimo 3 personas, máximo 10. Precio por persona.  
\*Se incluyen residentes en las mismas ramas.

.....





## Convocatoria 2026-2027

- 100 h de formación en línea
- 1 año para su finalización
- Acreditación por Zentrum Coaching y ACISE-ACEESE
- Inscripciones abiertas hasta junio 2026

Inscripciones



## ..... Objetivos del curso .....



**General:** obtener un mayor autoconocimiento, conciencia, salud y bienestar físico, mental y emocional en las escuelas, y fuera de ellas.

### Específicos:

- Mejorar claridad mental y concentración – potenciar creatividad, intuición y capacidad de respuesta ante desafíos.
- Gestionar emociones de manera efectiva – usar las emociones como herramientas de crecimiento y resiliencia.
- Fortalecer comunicación y relaciones – mejorar la conexión contigo mismo y con los demás.
- Incrementar bienestar y confianza – cultivar calma, autoestima y sentido en lo que haces.

## Plan de estudios .....



**MÓDULO 1:**  
Fundamentos de Mindfulness y gestión emocional.



**MÓDULO 2:**  
Mindfulness para potenciar el liderazgo y la autogestión.



**MÓDULO 3:**  
Prácticas y juegos Mindfulness para el aula.

Consultas  
[cursoenfescolar@gmail.com](mailto:cursoenfescolar@gmail.com)

