

## “Cultiva la compasión a través de los cuentos”

Formación profesional para educadores, 15/16 febrero 2020, Barcelona



### Introducción

Esta formación tiene como objetivo profundizar en la (auto)compasión a través de cuentos y metáforas y mediante el trabajo personal y grupal. Exploraremos la relación individual con la amabilidad para posteriormente poder compartir nuestros conocimientos (basado en experiencia propia) con nuestros alumnos de forma genuina.

### Estudios sobre la amabilidad

“La base de un cerebro sano es la bondad, y se puede entrenar”. según Dr. Richard J. Davidson. Los estudios de Dr. Davidson nos dicen que estimulando la ternura en niños y adolescentes mejoran sus resultados académicos, su bienestar emocional y su salud. Practicar la compasión en entornos educativos tiene beneficios enormes.

### Para quién

Los destinatarios del curso son educadores e instructores de mindfulness que quieren profundizar en la comprensión de la compasión con ayuda de los cuentos y metáforas.

### Requisitos

- ser educador o instructor de mindfulness
- haber participado en un curso de mindfulness de 8 semanas (MBSR, MBCT, MBPM...)
- tener asentada la práctica de la meditación

### Sobre los instructores

Elisenda Pallàs y Joost Scharrenberg son meditadores experimentados y certificados en diferentes protocolos de mindfulness (MBSR, MBCT, MEE y MES); formadores y supervisores de instructores de mindfulness en el Método Eline Snel.

### FECHAS Y HORARIO

15 feb 2020, 09:30-18:00  
16 feb 2020, 09:30-16:00  
Pausa comer 13:30-15:00

### LUGAR

Barcelona

### PRECIO

195 €  
175 € (Instructores MES)

### INCLUYE

Materiales  
certificado de asistencia

### ¿PARA QUÉ VENIR?

Conocerse mejor  
(Auto)compasión  
Habilidades cuentos  
Acompañar a otros

### MÁS INFORMACIÓN

Elisenda Pallàs y  
Joost Scharrenberg  
[info@sloyu.com](mailto:info@sloyu.com)



### INSCRIPCIONES ONLINE

<https://sloyu.com/compasion>