

MAESTRÍA EN MEDITACIÓN Y CONSCIENCIA PLENA (MINDFULNESS)

Especialidad en Mindfulness

Áreas de Formación:

ÁREA DE FUNDAMENTOS

ÁREA PROFESIONALIZANTE

ÁREA DE FORMACIÓN DE POSGRADO

ÁREA TERMINAL Y DE INTEGRACIÓN

DURACIÓN 5 CUATRIMESTRES

■ Especialidad en Mindfulness



Mapa curricular por créditos

INTRODUCCIÓN A LA MEDITACIÓN	MEDITACIÓN TRASCENDENTAL	NIVELES DE CONSCIENCIA	Especialidad en Mindfulness
MINDFULNESS, GESTIÓN DEL ESTRÉS Y SALUD MENTAL	NEUROCIENCIA Y MEDITACIÓN	MEDITACIÓN GUIADA Y VISUALIZACIÓN CREATIVA	
MEDITACIÓN ZEN Y MINDFULNESS ZEN	MEDITACIÓN VIPASSANA Y MINDFULNESS CORPORAL	MINDFULNESS EN NIÑOS, ADOLESCENTES Y ADULTOS MAYORES	
PRÁCTICAS DE MEDITACIÓN EN LAS CULTURAS ORIGINARIAS	INSTRUMENTOS, MANTRAS Y MOVIMIENTO PARA LA MEDITACIÓN	ESTABILIDAD MENTAL Y SABIDURÍA	
MEDITACIÓN TÁNTRICA	SEMINARIO DE REFLEXIÓN PERSONAL Y PROFESIONAL	PROYECTO INTEGRADOR	

Modelo Semiescolarizado Cuatrimestral por Créditos - 15 asignaturas - 75 créditos

Desarrolla tus habilidades al máximo con talleres prácticos y terapias profesionales extracurriculares como parte de tu plan de egreso.

VENTAJAS DEL PROGRAMA

- Modalidad Presencial o en Línea.
- Programa único en México que integra Especialidad en Mindfulness.
- Énfasis en una perspectiva integral del ser humano. Incorpora modelos de grupo de encuentro.
- Perfil docente de profesor - investigador en Psicología, Desarrollo Humano, Educación y Filosofía.
- Opciones de titulación: Certificación en Psicodrama - Bioenergético / Balance Bioenergético y Psicoemocional.



MAESTRÍA EN MEDITACIÓN Y CONSCIENCIA PLENA (MINDFULNESS)

OBJETIVO DEL PROGRAMA

Formar PROFESIONALES altamente capacitados en los principios teóricos, prácticos y éticos de la meditación y el mindfulness, con una comprensión integral de su aplicación en diferentes contextos y poblaciones. El programa busca proporcionar a los estudiantes las herramientas necesarias para desarrollar una práctica personal sólida, así como habilidades para guiar y facilitar la práctica de meditación y mindfulness en diversos entornos. Además, se promueve una actitud de reflexión crítica, compromiso ético y responsabilidad profesional, con el fin de contribuir al bienestar individual y colectivo de la sociedad.

¿DÓNDE PODRÉ TRABAJAR?

- Prácticas de consultoría privadas.
- Docencia en nivel licenciatura y posgrado en el área de la Psicología y Desarrollo Humano.
- Hospitales, instituciones de salud mental y organizaciones, ya sean públicas o privadas.
- Orientación y facilitación de procesos de Desarrollo Humano en organizaciones privadas y públicas.

Incorporación SICYT / RVOE ESM14202471

REQUISITOS DE ADMISIÓN

- Acta de Nacimiento actualizada original y 3 copias (máximo 6 meses).
- Certificado de Licenciatura original y 3 copias.
- Título profesional de licenciatura original y 3 copias.
- Cédula profesional de Licenciatura original y 3 copias por ambos lados.
- CURP Clave Única de Registro de Población. 1 copia.
- Identificación oficial (IFE, INE, Pasaporte o Licencia de conducir) 1 copia.
- 2 Fotografías tamaño infantil blanco y negro.
- Comprobante de domicilio actual (máximo tres meses de antigüedad) 1 copia.
- En caso de que aplique: Documento que acredite la maestría como modalidad de titulación.

ENTREVISTA DE INGRESO

Los aspirantes a ingresar a Maestrías deberán solicitar entrevista con la Coordinación del Programa para formalizar su aceptación como estudiante de la Universidad.

BENEFICIOS UNAG



Horarios Flexibles



Modelo Semiescolarizado
Cuatrimestral por Créditos



Colegiaturas Accesibles



Programas Innovadores



Planteles con Ubicación
de Fácil Acceso



Modelo *humanista*-PILARES®



Equipo Docente de Excelencia



Prácticas
Profesionales Supervisadas



Inglés Extra Curricular Sin Costo

Acreditación del Idioma Inglés

▼ A1 ▼ A2 ▼ Preparación
 ▼ B1 ▼ B2 para la
 ▼ Club de acreditación
 conversación (SIN COSTO)

Avalado por

