El arte y la ciencia de la Humanidad Compartida

Equipo docente: Claudio Araya.

Unidad académica: Facultad de Ciencias de Salud.

Referente académico: Gabriela Renau

Dirigido a:

- Profesionales de la Salud Mental
- Estudiantes y Académicos
- Practicantes de Mindfulness
- Profesionales del Ámbito Clínico y de Ayuda
- Interesados en el Desarrollo Personal

Objetivo:

El objetivo de la actividad "El arte y la ciencia de la Humanidad Compartida" es proporcionar a los participantes una comprensión profunda del concepto de Humanidad Compartida, su relevancia en diversos ámbitos, tanto en las ciencias contemplativas como en la ciencia general, así como presentar evidencia científica que respalde este concepto. Además, se busca explorar prácticas concretas de Humanidad Compartida, tanto en un ámbito clínico como ocasional, permitiendo a los participantes experimentar directamente estas prácticas. Por último, se presenta el nuevo libro de Claudio Araya, "Corazón Cálido, Mente Serena", como una contribución adicional al entendimiento y la práctica de la Humanidad Compartida.

Agenda:

- 18:00 - 18:15h
  Registro de participantes y bienvenida
- 18:15 - 18:30h
  Introducción al curso y presentación del facilitador, Claudio Araya
- 18:30 - 19:00h
  Concepto de Humanidad Compartida: ¿Qué es y por qué es relevante?
  Contexto dentro de las ciencias contemplativas y la ciencia general
- 19:00 - 19:30h
  Evidencia científica de la Humanidad Compartida
- 19:30 - 20:00
  Prácticas de la Humanidad Compartida: Aplicaciones en ámbitos clínicos y ocasionales

- 20:00 - 20:30h
  Sesión de preguntas y respuestas
- 20:30 - 20:45h
  Presentación del nuevo libro de Claudio Araya: "Corazón Cálido, Mente Serena"
- 20:45 - 21:00h
  Clausura y agradecimientos

Nota: Durante la sesión, se realizarán prácticas de Humanidad Compartida en el lugar, por lo que se recomienda vestir ropa cómoda. Se proporcionarán materiales necesarios para las prácticas

Modalidad: presencial / a distancia.

Carga horaria total: 3 horas.

Días y horarios: lunes 13 de mayo de 2024 de 18:00 a 21:00h.

Costo total:

$950 pesos uruguayos (1 cuota a través de redes de cobranza o transferencia bancaria y hasta 6 cuotas financiadas en tarjeta de crédito) - Beneficios: Estudiantes UCU 25% - Alumni UCU 25% - Personal docente y administrativo UCU 20%.