

# MINDFULNESS PARA PERSONAL DE SALUD

SKU: EVOL-10312-FNO-A | Categorías: [Coaching Sanidad](#), [SOFT SKILLS](#)

## INFORMACIÓN DEL CURSO

Horas [115](#)

Acreditado por Universidad [SI](#)

Créditos ECTS [5](#)

### CURSO DE ESPECIALIZACIÓN

#### Objetivos

Con este curso on-line se pretende humanizar el trato hacia el paciente y sus familias, llegando a conocer el complejo mundo emocional de quien está enfermo.

Comprender mejor las reacciones y emociones del paciente desde el mismo momento de sospecha de enfermedad.

Conocer la herramienta de mindfulness o la atención plena.

Aprender la importancia del momento presente, aceptando cualquier situación que surja en tu vida y manteniendo la calma necesaria para volver a ti mismo.

#### Contenidos

Tema I: Introducción al trabajo sanitario y de ayuda

Tema II: Inmersión al mundo emocional del paciente y la familia

Tema III: Las emociones y su regulación

Tema IV: La inteligencia emocional

Tema V: La filosofía detrás de mindfulness

Tema VI: Mindfulness y cambios vitales

Tema VII: Cultivar la empatía y compasión con mindfulness

Tema VIII: El síndrome de burn-out

Tema IX: La fatiga por compasión

Tema X: La satisfacción por compasión

Anexo: Anexo

