

Escuelas Despiertas

Cultivar el mindfulness con niños y adolescentes

Pilar Aguilera | Prólogo de Javier García Campayo

octubre 2023
2ª quincena

Argumentos de venta

1. Manual práctico con ejercicios, ilustraciones y meditaciones guiadas.
2. Presenta un enfoque transversal e integral.
3. Escuelas Despiertas lleva dos décadas implementando dicho abordaje.
4. Incluye 12 meditaciones guiadas.



ISBN: 978-84-1121-192-5 | BISAC: EDU009000
18 x 23 cm | 360 págs. | PVP: 29,50€ | Precio sin IVA: 28,37€
SUGERENCIA DE UBICACIÓN: Pedagogía – Mindfulness



Pilar Aguilera es fundadora de la iniciativa «Escuelas Despiertas: Mindfulness Aplicado a la Educación» en el Instituto de Desarrollo Profesional de la Universidad de Barcelona. Lleva más de quince años dedicada a la formación en mindfulness. Es miembro de la Orden del Interser de Thich Nhat Hanh e impulsora de la Sangha de Barcelona. Es autora de *El despertar de tu presencia*.

Escuelas Despiertas es un manual de mindfulness y compasión en la educación. Dirigido a docentes, psicopedagogos, psicólogos y educadores en general, recoge enfoques metodológicos y recursos pedagógicos muy variados para acompañar a niños y adolescentes en los procesos de enseñanza y aprendizaje en el aula.

El manual, inspirado en las enseñanzas del maestro zen Thich Nhat Hanh y el Centro de Práctica Plum Village, agrupa las enseñanzas desarrolladas en los últimos años por la iniciativa Escuelas Despiertas de la Universidad de Barcelona para intervenir en mindfulness y compasión en los centros educativos de una manera transversal, flexible y profunda. Se presentan los fundamentos conceptuales, los enfoques metodológicos de aplicación y un currículum de propuestas pedagógicas que incluye meditaciones para niños y dinámicas participativas de acuerdo a la madurez evolutiva de niños y adolescentes de educación infantil, primaria y secundaria.

TÍTULOS RELACIONADOS

