



Diplomado Online

Mindfulness para el Liderazgo Consciente

DIBI - Disfruta del Bienestar

Tu lugar es aquí, tu momento es ahora

www.centrodibi.com

¿Quiénes Somos?



Nuestra Misión

Diseñar y facilitar experiencias transformadoras que impulsen el bienestar integral en personas y organizaciones, ayudándolas a disfrutar del presente con presencia .



Nuestro Enfoque

Disfrutar del bienestar, hacerlo consciente, cotidiano y sostenible.



Este diplomado te espera para...

desarrollar una forma de liderar más presente, ética y humana, fortaleciendo la autoconciencia, la regulación emocional y la toma de decisiones alineadas con tus valores, incluso en contextos de alta exigencia.

Objetivos



1) Comprender los fundamentos científicos y prácticos de mindfulness aplicado al liderazgo.

2) Desarrollar una práctica personal sostenida de atención plena.

3) Fortalecer la autorregulación emocional y la gestión del estrés en contextos de liderazgo.

4) Cultivar habilidades de comunicación consciente, no violenta, escucha profunda y relaciones saludables.

5) Integrar la compasión, la ética y el autocuidado como competencias clave del liderazgo.

6) Aplicar herramientas de liderazgo consciente en equipos, organizaciones y comunidades.

Lo que aprenderás...



Módulo 1: Fundamentos de Mindfulness y el Liderazgo Consciente (30 hrs)

Módulo 2: Práctica Personal de Mindfulness y Autoconciencia (30 hrs)

Módulo 3: Regulación Emocional y Gestión del Estrés en el Liderazgo (30 hrs)

Módulo 4: Comunicación Consciente y Liderazgo en las Relaciones (30 hrs)

Lo que aprenderás...



**Módulo 5: Compasión, Ética y
Liderazgo Humano (30hrs)**

**Módulo 6: Integración del
Liderazgo Consciente (30 hrs)**

¿Para quién es ?

Directivos, Jefaturas y Supervisores

Quienes buscan fortalecer un liderazgo consciente, desarrollando autoconciencia, regulación emocional y habilidades relacionales para liderar equipos con mayor claridad, bienestar y efectividad.

Dueños de empresas o emprendedores

Personas que desean liderar sus proyectos con mayor conciencia, fortaleciendo la toma de decisiones, la regulación emocional y el equilibrio entre resultados, bienestar personal y gestión de equipos.



Características



180 Horas Pedagógicas

Divididas en clases sincrónicas y asincrónicas (teoría y práctica) y práctica personal.



20 Semanas de Aprendizaje Intensivo

Espacios de profundización teórico-práctica en formato concentrado.



Prácticas semanales

Encuentros guiados para profundizar la experiencia y afianzar lo aprendido.



Asesoría Individualizada

Acompañamiento constante durante el proceso



Material Digital

Acceso a materiales complementarios para el aprendizaje continuo

Nuestra Metodología de Aprendizaje



Acción

Práctica constante y vivencial

Reflexión

Comprensión emocional
y conciencia del proceso.

Acción

Aplicación en la vida personal
y profesional.

Cada sesión responde al por qué, para qué, cómo y cuándo de cada técnica.

Requisitos de Aprobación



Participación activa de clases

Asistencia comprometida y participación consciente en las sesiones, involucrándose en las actividades, prácticas y espacios de reflexión propuestos como parte fundamental del proceso formativo.



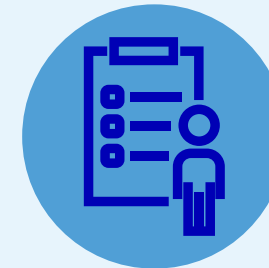
Práctica

Participación y compromiso en la práctica regular de mindfulness, orientada a cultivar la presencia, la autoconciencia y la integración experiencial de los contenidos del diplomado.



Autorregistro de prácticas

Cumplimiento de los autorregistros para reflexionar sobre la experiencia personal e integrar los contenidos del diplomado.



Ensayo/ Proyecto aplicado

Trabajo que integra los contenidos del diplomado con la experiencia y contexto laboral, evidenciando la aplicación práctica del mindfulness en el liderazgo consciente.

Equipo Formador



Alejandro Torres Retamal

Formador de Formadores/as - Especialista en bienestar Personal y Organizacional.

Más de 18 años acompañando procesos formativos desde una mirada integradora, humana y consciente.



Pamela Becerra Andana

Psicóloga, Magister en Terapias de Tercera Generación e Instructora de Yoga

Integra ciencia, conciencia y espiritualidad encarnada en procesos de bienestar integral.

Al finalizar recibirás



- ✓ Certificado Diplomado en Mindfulness para el Liderazgo Consciente (180 hrs).
- ✓ Posibilidad de ser embajador/a DIBI.



Inversión y Formas de Pago



Valor Total

\$750.000



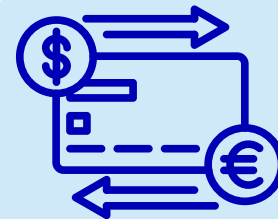
Valor Matrícula

\$50.000 (Para optar a la gratuidad, reserva tu cupo cancelando la primera cuota hasta 30 días antes del inicio de la formación).



Cuotas y Descuentos

1 Cuota 25 % Dcto.
3 Cuotas 10% Dcto.
Hasta 12 Cuotas



Medios de Pago

Transferencia - Webpay
- Mercado Pago.



Datos de Transferencia

Nombre: Disfruta del Bienestar SPA
Rut: 77.511.438-k
Banco: Estado
Chequera electrónica: 52171871051
Mail: hola@centrodibi.com

Una inversión en tu bienestar y formación

Bienvenido/a!



Cupos limitados
Inscripciones abiertas hasta 10 días antes
del inicio del diplomado

✉ hola@centrodibi.com

☎ +56 9 7839 7105

🌐 www.centrodibi.com

Tu lugar es aquí, tu momento es ahora

www.centrodibi.com