



# PENSUM

## MAESTRÍA EN MINDFULNESS

ACCEDE AQUÍ  
AL DOSSIER



ACCEDE AQUÍ  
A LAS FAQs





# Presentación

## **Northern International University**

Ofrece a sus estudiantes un plan de estudios de acuerdo con las exigencias del mercado laboral definido con las áreas específicas a desarrollar por cada tema. El alumno con responsabilidad desarrollará su conocimiento siguiendo las guías e instrucciones que el plan de estudios lo exigiere, el estudiante podrá hacer uso de la sala sincrónica para las discusiones con el método socrático y tendrá que desarrollar cada tema.

Una vez concluido cada tema de estudio, el alumno tendrá una prueba final. El programa de estudios para la maestría consta de las siguientes 4 etapas.

A photograph of a person's hand using a laptop in a study setting. The laptop screen displays a website with a shoe image. In the background, there are books, one with 'STARTUP' on the cover, and a notebook with a pen on the desk.

# Presentación

**PRIMERA FASE:** Es en la que el estudiante envía sus documentos académicos a través de la plataforma virtual, ya sea para corroborar su nivel académico o para convalidar cursos obtenidos en diferentes centros de estudios.

- El estudiante tendrá que desarrollar 5 cursos obligatorios.

- Si el trabajo presentado cumple con las bases académicas y ha sido analizado y evaluado por parte de NIU, la entrega de calificaciones no deberá tomar más de tres a cuatro semanas.

- Este tiempo no será obstáculo para seguir con la siguiente etapa.

# Presentación

**SEGUNDA FASE:** Esta es la fase principal del programa donde el estudiante va a desarrollar los contenidos de la maestría.

-En cada curso el alumnado dispone de videos didácticos realizados por cada profesor experto en la materia; clases por videoconferencia sincrónicas que serán grabadas y subidas a la plataforma; material didáctico de lectura para completar el curso, así como una bibliografía de referencia de consulta y tutorías de apoyo para dirigir la realización de los trabajos.



# Presentación

- El estudiante deberá desarrollar 8 cursos o módulos obligatorios a lo largo de ese tiempo, realizando un curso o módulo al mes.
- A lo largo del máster también habrá charlas grabadas sobre desarrollo personal y profesional como apoyo y refuerzo a todo el contenido del curso.
- Además, cada dos módulos se impartirán sesiones de coaching grupales con seguimiento y evaluación individualizada de cada profesor.

# Presentación

-Antes de finalizar cada curso el estudiante deberá subir a la plataforma las actividades propuestas por el docente para hacer el seguimiento de su evolución y diagnosticar si se están comprendiendo e integrando los contenidos que se han construido en esas semanas. Las actividades a lo largo del máster pueden ser grupales o individuales y están enfocadas a la construcción del conocimiento, así como al análisis y la reflexión crítica.

-El tiempo de estudio para completar cada curso o módulo depende del estudiante, pero estaremos junto a él para mantener los ritmos, acompañándolo en el proceso.



# Presentación

**TERCERA FASE:** Es donde se presentará la propuesta de la tesis o trabajo fin de máster y el desarrollo de la misma siempre y cuando haya sido aprobada por el comité académico de la maestría.

-Si el trabajo presentado cumple con las bases académicas, la evaluación y entrega de calificaciones no deberá tomar más de 4 semanas.



# Presentación

**CUARTA FASE:** Es la fase administrativa, en la cual el departamento de servicio académico administrativo de NIU acuerda con el estudiante el envío de documentos oficiales, trámite de titulación superior.

-En esta etapa el estudiante decide si quiere participar en el acto de graduación de NIU, ya sea de forma presencial o virtual, según el país donde se encuentre.

-El graduando deberá esperar sus documentos oficiales que serán enviados según el país donde se encuentre.



# EJE NÚMERO 1

Cursos  
Preliminares



# Concepto

**Es obligatorio el desarrollo de estas materias, ya que sientan la base de la metodología a distancia con bases andragógicas y la formación constructivista del futuro profesional.**



# Concepto

## Cursos Preliminares

1. Formación virtual
2. Epistemología del conocimiento científico
3. Técnicas de enseñanza y aprendizaje
4. Metodologías de la investigación científica
5. Entorno económico, social y ambiental en el ámbito mundial y nacional



# EJE NÚMERO 2

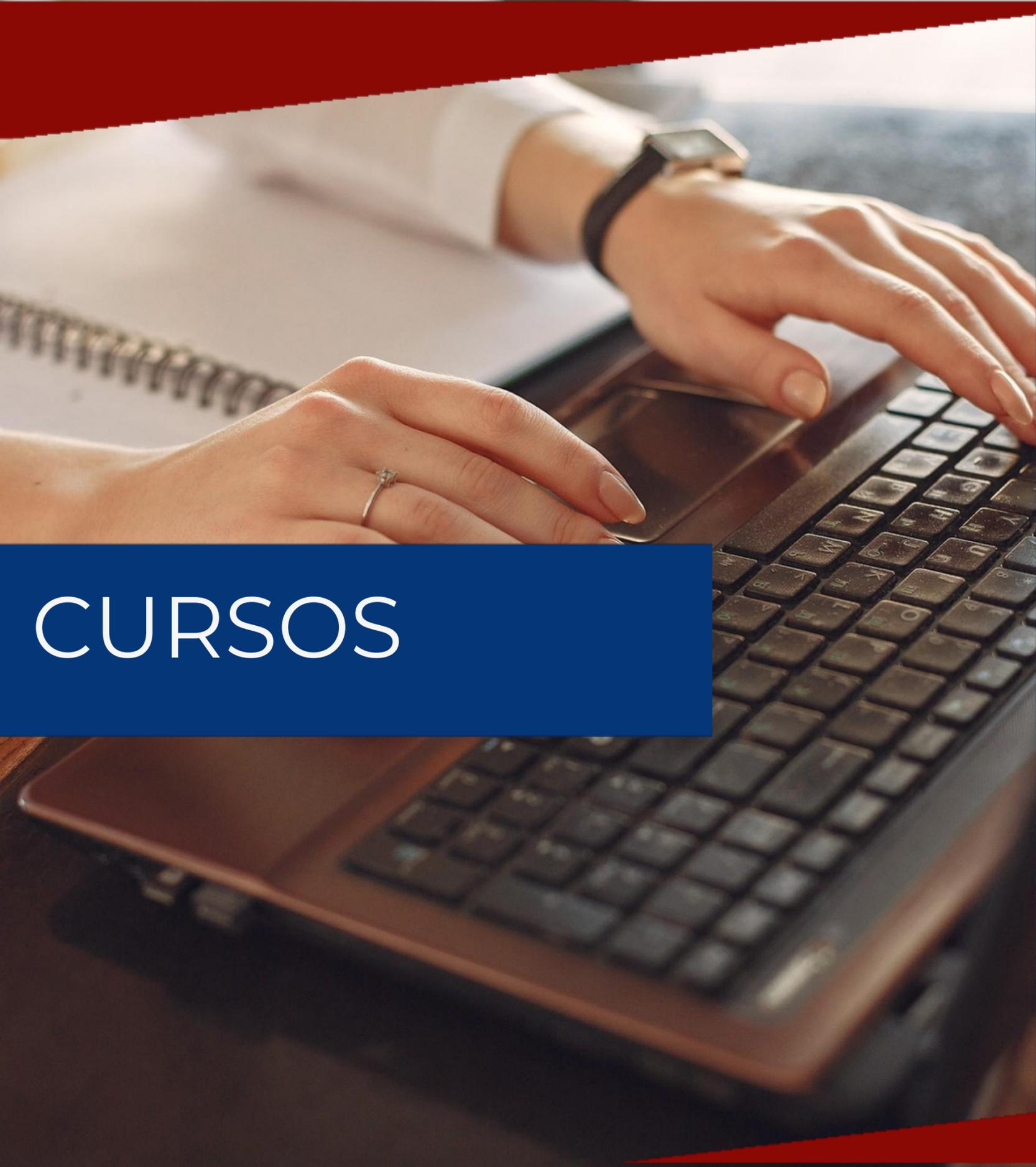
Cursos o Módulos  
Básicos Obligatorios



# Concepto

Estas materias están dentro del programa de la maestría

El alumno deberá de concluir las materias básicas obligatorias para pasar a los cursos optativos de profesionalización.



# CURSOS

## Cursos Básicos

1. Teorías Administrativas y desarrollo organizacional
2. Metodología de la investigación
3. Análisis del entorno económico
4. Marco legal y derecho corporativo
5. Desarrollo de competencias directivas y liderazgo
6. Contabilidad general y financiera
7. Definición del proyecto de investigación



# EJE NÚMERO

# 3

Cursos  
Optativos  
Profesionales



# Concepto

**Estas materias están dentro del ámbito de la alta profesionalización del futuro profesional en el programa en línea.**

**El alumno deberá de elegir 5 materias, las cuales cursará una vez concluidas las materias básicas obligatorias.**

# Contenido Académico

## Cursos optativos de Profesionalización

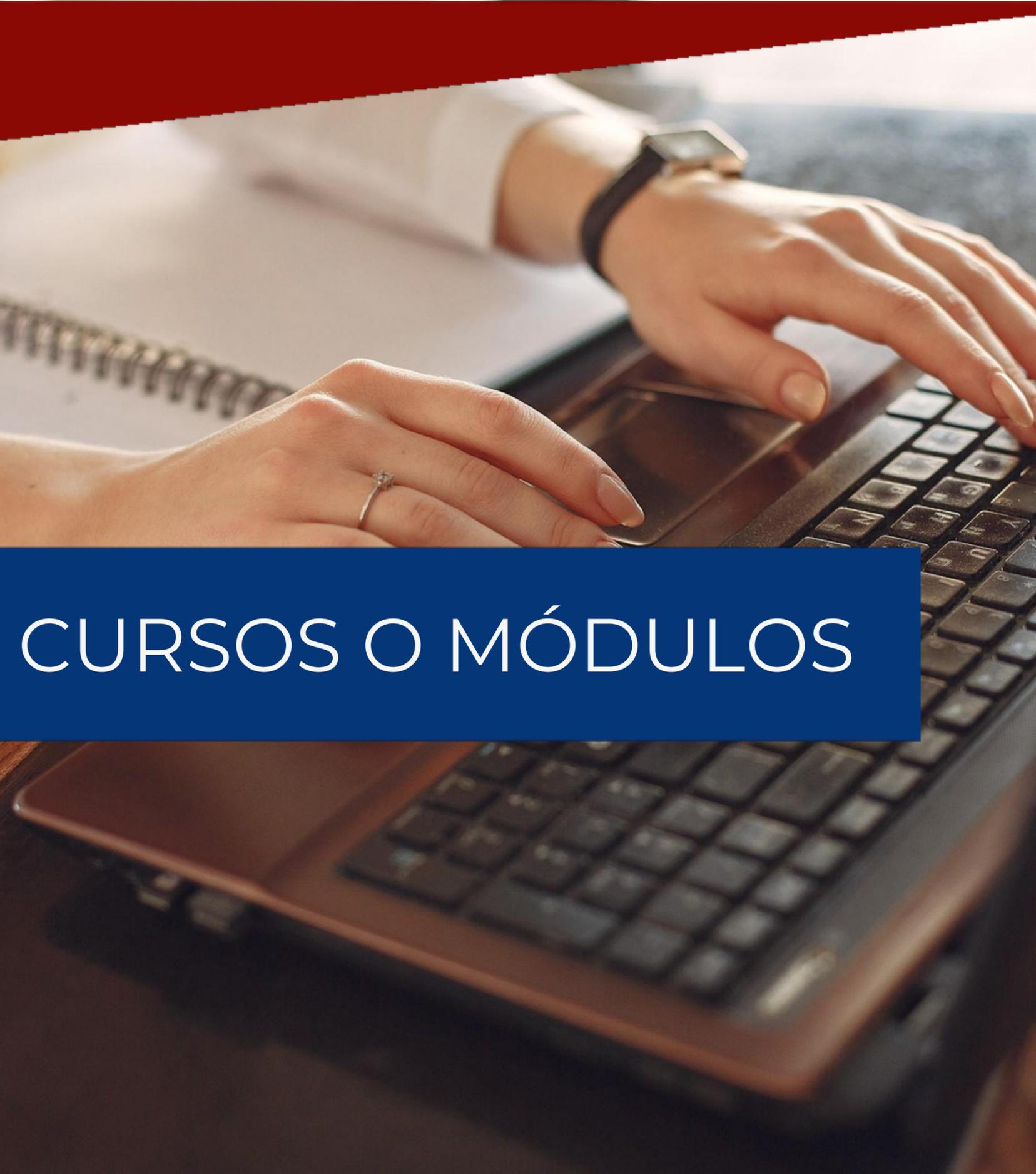
1. Entorno Tecnológico y Sistemas de Información
2. Gestión de Proyectos Y plan de negocios
3. Ética Empresarial y Responsabilidad Social Corporación
4. Marketing y Gestión comercial
5. Planeación financiera y Control de Presupuesto
6. Gestión de Capital Humano
7. Decisiones de Inversión y Financiamiento
8. Dirección y gobierno de la empresa familiar
9. Estrategias Fiscales y Financieras
10. Innovación y Desarrollo de Negocios
11. Derechos de las Obligaciones y Contratos



# EJE NÚMERO

# 4

Cursos Obligatorios  
y Optativos de  
Especialización



# CURSOS O MÓDULOS

## Cursos o Módulos Obligatorios

- **CURSO O MÓDULO 1.** ANTECEDENTES DEL MINDFULNESS Y SU ORIGEN DESDE EL BUDISMO ZEN HASTA EL MUNDO OCCIDENTAL.
- **CURSO O MÓDULO 2.** EVIDENCIA CIENTÍFICA DE LA UTILIDAD DEL MINDFULNESS PARA LA SALUD INTEGRAL DESDE LA NEUROCIENCIA.
- **CURSO O MÓDULO 3.** APORTE DE LA PSICOLOGÍA A LA PRÁCTICA DEL MINDFULNESS
- **CURSO O MÓDULO 4.** PRÁCTICAS DEL MINDFULNESS
- **CURSO O MÓDULO 5.** PROTOCOLOS MINDFULNESS E INTERVENCIONES



## Concepto

Las siguientes materias están dentro del ámbito de la especialización del futuro profesional, este eje define el nombre de la carrera y el área en la que el profesional se va a desenvolver.

De este bloque “*Talleres optativos de especialización*” el alumno deberá realizar un mínimo de 5 de estas materias como parte de la evaluación sumativa de la maestría.

# Contenido Académico

## Talleres optativos de especialización

- 1.- Neurociencia y mindfulness.
- 2.- Bienestar y mindfulness
- 3.- Principales causas de la pérdida del bienestar en el hombre contemporáneo.
- 4.- Estrés y patologías asociadas.
- 5.- Mindfulness en la cotidianidad
- 6.- La Meditación
- 7.- Consciencia emocional.
- 8.- Terapia cognitiva conductual.
- 9.- La felicidad y el concepto de trascendencia.



Créditos y Certificación  
**TITULACIÓN Y CRÉDITOS**

Esta Maestría está Certificada por NIU (Northern International University-California), con Título oficial de la UNIVERSIDAD DE SAN MIGUEL (México)

**Criterios académicos crediticios**

Total de horas: 1350 horas

Duración total: 12-18 meses

Total créditos: 135 (México) expedidos por NIU -USM

Para registrarte presiona aquí

<https://bit.ly/registroNIU>

ACCEDE  
AQUÍ  
DOSSIER

AL



ACCEDE  
AQUÍ A LAS  
FAQS





Northern  
International  
University