

WEBINAR

HUMANIDADE COMPARTIDA: HABITANDO XUNTOS O MOMENTO PRESENTE

A humanidade compartida trata sobre a experiencia de conexión empática con outros, xunto co recoñecemento daqueles aspectos que temos en común como seres humanos. Moitas das dificultades sociais e relacionales enténdense debido ao predominio dunha visión individualista e dualista da realidade, que salienta as diferenzas e pon en competencia uns con outros (individuo, grupos, nacións). Como alternativa está o desenvolvemento dunha visión que valora e resalta aqueles aspectos que temos en común como humanidade, propoñendo unha perspectiva cosmopolita e inclusiva.

A humanidade compartida, entre outras cousas, implica o recoñecemento de que todas e todos pisamos a mesma terra, e como seres sentintes, anxeamos sentirnos ben e temos unha aversión ao sufrimento.

Durante a presentación buscarase fundamentar filosófica e cientificamente a perspectiva da humanidade compartida, como unha alternativa para ser desenvolvida e explorada.



Relator

Claudio Araya Véliz

Psicólogo (Chile)

Doutor en Investigación en Psicoterapia pola Pontificia Universidade Católica de Chile. É docente e investigador na Escola de Psicoloxía da Universidade Adolfo Ibáñez e cofundador da Fundación Humanidade Compartida. O seu traballo oríentase no desenvolvemento da perspectiva da Humanidade Compartida, xunto a un enfoque relacional e enactivo de mindfulness e compaixón. Colaborou no deseño e implementación de intervencións en mindfulness e autocompañión en diferentes contextos, incluíndo contextos de vulnerabilidade psicosocial.

Instrutor dos programas de mindfulness para a redución de estrés -MBSR- e do programa de mindfulness e autocompañión -MSC. Actualmente é director do Diplomado en Mindfulness Relacional e Prácticas de Benestar impartido pola Escola de Psicoloxía da Universidade Adolfo Ibáñez. É autor de diversos artigos académicos e dos libros *El mayor avance es detenerse, mindfulness en lo cotidiano* (2010) e *Humanidad Compartida, habitando juntos el momento presente* (2019).



26 de setembro
2022



De 19:30 a
21:00 h



Online (Zoom)

Gratuito e aberto a todas as persoas
interesadas (500 prazas)



Inscríbete en

<https://us06web.zoom.us/meeting/register/tZUkc0ysrzMoG9b7NF9kjn6JbDOSW4zldZp->