



PROGRAMA EDUCATIVO DE AUTOCUIDADO orientado al trabajador empresarial. Método educativo



Arte y Mindfulness para Empresas. Programa Virtual de Creatividad y Bienestar.

URL: <https://veronica.mx/artprogram>

Mail: art@veronica.mx

Tuxpan 39-703 B, Col. Roma Sur, C.P. 06760, Cuauhtémoc, Ciudad de México

Todos los derechos reservados. Mtra. Verónica Huacuja. 2024.

Tel: 52 5552 500571 Ext. 801

ÍNDICE



1. Presentación de la Mtra. Veronica Huacuja	3
2. Descripción y beneficios de ARTE Y MINDFULNESS PARA EMPRESAS. PROGRAMA VIRTUAL DE CREATIVIDAD Y BIENESTAR	4
3. Objetivos del programa	
3.1. Objetivos para la empresa	7
3.2. Objetivos para los trabajadores	8
4. Estructura de la oferta educativa	10
4.1. Enseñanza de la creación artística	11
4.2. Enseñanza de la meditación Mindfulness	14
5. Los componentes educativos del programa	15
6. Características técnicas	17
7. Modalidad y costos	18
8. Contrato, método y condiciones de pago y facturación	19
9. Implantación presencial para empresas en la CDMX	20
10. EVALUACIÓN. USO DEL “FIVE FACET MINDFULNESS QUESTIONNAIRE-15” y métodos para la evaluación del cambio a través de la creación artística	21
11. CONTACTO	24

¡NUEVO!

1. PRESENTACIÓN DE LA
MTRA. VERÓNICA HUACUJA,
diseñadora e implementadora
de ARTE Y MINDFULNESS



Mtra. Veronica Huacuja

¡Bienvenidos! Soy la Mtra. Veronica Huacuja, una pintora, escultora, educadora de arte y meditación Mindfulness (1). Asimismo, me desempeño como fundadora y CEO de [Multimedios Integrales](https://multimediosintegrales.com), una firma de consultoría educativa y de la responsabilidad social, donde he desarrollado este programa educativo de autocuidado para los trabajadores (2), que ofrezco a las empresas (3):

ARTE Y MINDFULNESS PARA EMPRESAS. PROGRAMA VIRTUAL
DE CREATIVIDAD Y BIENESTAR.

1. Te invito a conocer más sobre mi formación académica y experiencia profesional en:

<https://veronica.mx/resume-ESP.pdf>

<https://multimediosintegrales.com>

2. Con respecto a la enseñanza de la meditación Mindfulness, fundé este programa con elementos de la metodología diseñada por el Dr. Jon Kabat-Zinn (1944, EUA), “Clínica de Reducción del Estrés”, de la Escuela de Medicina de la Universidad de Massachusetts, EUA.

3. Soy la facilitadora en tiempo real del programa. La práctica la realizo en un contexto laico, sin conexión a ninguna religión.

2. DESCRIPCIÓN Y BENEFICIOS.

ARTE Y MINDFULNESS PARA EMPRESAS.

PROGRAMA VIRTUAL DE CREATIVIDAD Y BIENESTAR

El programa es introductorio a la práctica de ambos temas educativos: creación de arte y meditación Mindfulness.

Por el lado de la enseñanza artística el programa se orienta a cualquier persona relacionada o no con la creación de arte.

Por el lado de la meditación Mindfulness (1) tiene una orientación terapéutica (2) y, posterior a su implantación, es autoterapéutica, debido a que se les brindan a los participantes las herramientas, la orientación y los ejercicios para regular y mejorar su estado mental, emocional y físico por sí mismas, lo que conlleva a adquirir un aprendizaje de vida para su bienestar.



1. El programa se orienta a personas neurotípicas, y que no se encuentran en una situación de dolor. Tiene, asimismo, un carácter inclusivo, el cual se comprende como abierto a la diversidad de personas sin importar género, edad, orientación sexual, religión, color de piel, formación académica y nivel socioeconómico.

2. Terapéutico, en este contexto, se refiere a las actividades o procesos que promueven el bienestar físico, mental, emocional de las personas.

Beneficios intrapersonales del programa



El programa incentiva la adquisición de las siguientes competencias:

El autodescubrimiento. Brindar las posibilidades para profundizar en la comprensión de uno mismo, de los propios pensamientos, emociones y comportamientos.

La autoconciencia y autoaceptación. Reconocer, observar y describir los pensamientos, emociones y sensaciones tal como son, sin intentar cambiarlos, juzgarlos o rechazarlos. Es una actitud de apertura y curiosidad hacia la experiencia del momento presente.

Autoestima y autocompasión. Reconocer el valor inherente de uno como persona, y cultivar, con amabilidad y autocompasión, una mayor valoración y confianza en uno mismo, evitando la autocrítica destructiva y la rumiación (pensamientos negativos recurrentes).

Regulación emocional. Mantener la calma y la claridad mental ante estímulos externos o internos, sin dejarse llevar por respuestas emocionales impulsivas. Se trata de observar y reconocer las emociones propias sin actuar inmediatamente bajo su influencia, permitiendo una respuesta consciente, deliberada, constructiva.

Gestión del estrés. Manejar el estrés, la ansiedad, la preocupación, así como a evitar los pensamientos negativos y catastróficos. De este modo, el practicante descubre una manera alterna para la toma de sus decisiones con un claro y constructivo enfoque.

Claridad mental e incremento de la reserva cognitiva. Despejar la mente de distracciones (la entrenan), y mejoran los procesos cognitivos, como son: la memoria, atención, concentración, el uso del lenguaje (hablado, escrito), aprendizaje, la creatividad, entre otros.



Beneficios interpersonales del programa

Empatía. Desarrollar una mayor comprensión de las emociones y perspectivas de los demás, fomentando la empatía.

Comunicación efectiva. Mejorar la capacidad de escuchar y responder con ecuanimidad en las interacciones laborales, sociales, familiares.

Facilitar el trabajo colaborativo.

Permitir el establecimiento de conexiones más auténticas y significativas con los demás.

Reducción de conflictos. No reaccionar emocionalmente disminuye los conflictos, permite una comunicación equilibrada y la resolución colaborativa y asertiva de problemas.

Generosidad y compasión. Cultivar actitudes compasivas, comprensivas hacia los demás, y hacia uno mismo.

3. OBJETIVOS DEL PROGRAMA

3.1. PARA LA EMPRESA



En el contexto de los factores ASG (Ambientales, Sociales y Gobernanza empresarial o corporativa):

- El objetivo principal de esta intervención es mejorar la calidad de vida de los trabajadores de la institución, lo cual mejora el clima laboral y la productividad del trabajador.
- Por lo anterior, esta intervención educativa se alinea al factor social de la empresa.

- Los administradores empresariales pueden coincidir en incluir esta experiencia educativa y los resultados en su comunidad empresarial en el **Informe Anual ASG de la Empresa.**

3. OBJETIVOS DEL PROGRAMA

3.2. PARA LOS TRABAJADORES

OBJETIVO 1. Estímulo para la adopción de un *hobby* artístico en las vidas de los trabajadores, como es dibujar, pintar o esculpir en pequeño formato.

Lo anterior, debido a que, a nivel intrapersonal, el arte evoca emociones, provoca la introspección y estimula la contemplación, observación, la creatividad entre otras actividades internas.



3. OBJETIVOS DEL PROGRAMA

3.2. PARA LOS TRABAJADORES



OBJETIVO 2. Incentivación a la adopción de la práctica de la meditación Mindfulness.

Empodera al trabajador para mejorar sus propias condiciones de vida (autoconocimiento, autogestión).



El Programa estimula una perspectiva más amplia y equilibrada de la vida, coadyuva a generar nuevas interpretaciones con enfoques constructivos, y con ello, mejorar la calidad de vida de las personas en su ámbito personal, trascendiendo sus beneficios al campo laboral, social y familiar.

4. ESTRUCTURA DE LA OFERTA EDUCATIVA

4.1. ENSEÑANZA DE LA CREACIÓN ARTÍSTICA

Actividad que ocupa el 30% del tiempo de cada sesión.
Ver pág. 11.



1. ENSEÑANZA DE LA CREACIÓN ARTÍSTICA

Actividad que ocupa el 70% del tiempo de las sesiones.



ACTIVIDADES (A elegir)	TÉCNICA y materiales (A elegir)	CURSOS (A elegir)	DESCRIPCIÓN del Curso	MODALIDADES de acuerdo al no. de horas. (A elegir) (1)	
				MOD.1 Sesiones de 1:30 hrs.	MOD. 2 Sesiones de 1 hr.
PINTURA Y DIBUJO	Técnicas tradicionales: Lápiz, crayones, acuarelas, carboncillo, óleo, acrílicos, pasteles o lápices de colores.	CURSO 1. Pintando el rostro	Rostro masculino y femenino. Construcción y proporción, vista frontal, perfil, tres cuartos, eskorzo del rostro.	6	6
		CURSO 2. Pintando el cuerpo	Cuerpo humano masculino y femenino. Construcción y proporción. En reposo y movimiento.	6	6
		CURSO 3. Pintando paisajes	Los puntos de fuga. Composición. Marinas, bosques, desiertos, montañas.	6	6
		CURSO 4. Pintando bodegones	Los puntos de fuga. Composición. Jarrón, frutas, vasija, botellas de vidrio y otros de colores.	6	6
ESCULTURA	Técnicas tradicionales: Plástico de modelar plastilina, arcilla porcelanada, masa de arcilla.	CURSO 5. Esculpiendo el rostro	Cabeza y rostro masculino y femenino. Construcción y proporción. Observación detallada.	6	6
		CURSO 6. Esculpiendo el cuerpo	Cuerpo humano masculino y femenino. Construcción y proporción. Observación detallada.	6	6
		TOTAL HRS. POR CURSO (1)		6	6

Actividades que
se vinculan
bidireccionalmente.



Organización del grupo de alumnos.

Cada grupo tiene un límite máximo de 20 personas para
mantener la personalización de la enseñanza.

4.2. ENSEÑANZA DE LA MEDITACIÓN MINDFULNESS

Actividad que ocupa el 70% del tiempo inicial de cada sesión.
Ver pág. 14.



2. ENSEÑANZA DE LA MEDITACIÓN MINDFULNESS.

Actividad que ocupa el 30% del tiempo inicial de cada sesión.



SEMANAS	EJERCICIOS DE MEDITACIÓN. Actividades en la sesión.	TAREA. Actividades para realizarse 6 veces a la semana.	OBJETIVOS EDUCATIVOS DE LA MEDITACIÓN.
SEMANA 1	- Escaneo corporal. - Sentarse con conciencia de la respiración.	- Escaneo corporal (10 min). - Sentarse con conciencia de la respiración (5 min). - Ejercicio físico en la rutina diaria del alumno (20 min).	Desarrollo de la conciencia de las sensaciones corporales, y el aprendizaje de la relajación consistente en el momento presente y sin emisión de juicios.
SEMANA 2	- Escaneo corporal. - Sentarse con conciencia de la respiración.	- Medit. del momento presente (15 min). - Sentarse con conciencia de la respiración (10 min). - Ejercicio físico en la rutina diaria del alumno (20 min).	Observación del flujo de los pensa- mientos, emociones, sin juicio, contri- buye al autoconocimiento y la auto- regulación, así como a lograr una mayor conciencia, aceptación y calma interna.
SEMANA 3	- Meditación del momento presente. - Sentarse con conciencia de la respiración.	- Medit. con imaginiería (15 min). - Sentarse con conciencia de la respiración (10 min). - Ejercicio físico en la rutina diaria del alumno (20 min).	Se facilita la conexión emocional, autorregulación y el control del estrés. Se fomenta la autoconciencia y la res- olución de problemas, promoviendo el bienestar emocional y el crecimiento personal.
SEMANA 4	- Meditación con imaginiería. - Sentarse con conciencia de la respiración.	- Medit. con imaginiería (15 min). - Sentarse con conciencia de la respiración (10 min). - Ejercicio físico en la rutina diaria del alumno (20 min).	Se estimula la percepción de los propien- tos del cuerpo y sus sensaciones físicas y psicológicas. Se aprende a estar atento y respetar los límites.
SEMANA 5	- Meditación con imaginiería. - Sentarse con conciencia de la respiración.	- Medit. con imaginiería (15 min). - Sentarse con conciencia de la respiración (10 min). - Ejercicio físico en la rutina diaria del alumno (20 min).	Se estimula la percepción de los propien- tos del cuerpo y sus sensaciones físicas y psicológicas. Se aprende a estar atento y respetar los límites.
SEMANA 6	- Meditación con imaginiería. - Sentarse con conciencia de la respiración.	- Medit. con imaginiería (15 min). - Sentarse con conciencia de la respiración (10 min). - Ejercicio físico en la rutina diaria del alumno (20 min).	Desarrollo de la conciencia de las sensaciones corporales, y el aprendizaje de la relajación consistente en el momento presente y sin emisión de juicios.

4.1. ENSEÑANZA DE LA CREACIÓN ARTÍSTICA



- Está orientada a cualquier persona relacionada o no con la creación de arte.
- Ocupa el 30% del tiempo de cada una de las sesiones que se imparten, como se ha citado.
- El programa consta de 6 cursos de Arte: pintura y dibujo o escultura en pequeño formato.

Con mi orientación, el Líder Empresarial y/o el grupo de alumnos deben seleccionar un curso de Arte de su interés, así como la Actividad, Técnica y Modalidad, como se detalla a continuación.

- Se impulsa la práctica cotidiana como una actividad del reforzamiento del aprendizaje que se realiza entre una y otra sesión: 10 minutos diarios de dibujo o garabateo.



4.1. ENSEÑANZA DE LA CREACIÓN ARTÍSTICA

La duración de cada Curso:
6 semanas consecutivas.

La periodicidad del Curso:

Una vez por semana: 6 sesiones.

Duración de las sesiones (a elegir):

- Modalidad 1: 1:30 hrs. (90 min)
- Modalidad 2: 1 hr. (60 min)

Número total de horas del curso (1)

- Modalidad 1: 9 hrs.
- Modalidad 2: 6 hrs.

Definición de horarios para cursar el programa:

De acuerdo a la disponibilidad de los alumnos y mi propia agenda.

1. Se suma una **sesión virtual de 90 min de Inducción** impartida 2 semanas antes del inicio del curso en la que se presenta a los alumnos el programa: sus alcances, dinámica, roles y resultados esperados.

1. ENSEÑANZA DE LA CREACIÓN ARTÍSTICA

Actividad que ocupa el 70% del tiempo de las sesiones.



ACTIVIDADES (A elegir)	TÉCNICA y materiales (A elegir)	CURSOS (A elegir)	DESCRIPCIÓN del Curso	MODALIDADES de acuerdo al no. de horas. (A elegir) (1)	
				MOD.1 Sesiones de 1:30 hrs.	MOD. 2 Sesiones de 1 hr.
PINTURA Y DIBUJO	Técnicas tradicionales: Lápiz, crayones, acuarelas, carboncillo, óleo, acrílicos, pasteles o lápices de colores.	CURSO 1. Pintando el rostro	Rostro masculino y femenino. Construcción y proporción, vista frontal, perfil, tres cuartos, escorzo del rostro.	6	6
		CURSO 2. Pintando el cuerpo	Cuerpo humano masculino y femenino. Construcción y proporción. En reposo y movimiento.	6	6
		CURSO 3. Pintando paisajes	Los puntos de fuga. Composición. Marinas, bosques, desiertos, montañas.	6	6
		CURSO 4. Pintando bodegones	Los puntos de fuga. Composición. Jarrón, frutas, vajilla, botellas de vidrio y ollas de cobre.	6	6
ESCULTURA	Técnicas tradicionales. Plastilina de escultor, plastilina epóxica porcelana fría, masa Das.	CURSO 5. Esculpiendo el rostro	Cabeza y rostros masculino y femenino. Construcción y proporción. Emociones en un rostro.	6	6
		CURSO 6. Esculpiendo el cuerpo	Cuerpo humano masculino y femenino. Construcción y proporción. En reposo y movimiento.	6	6
		TOTAL HRS. POR CURSO (1)		9	6

El Líder Empresarial y/o los estudiantes, con mi guía, deben comprar los materiales que se necesitan en **el Curso de Creación Artística** elegido. Les proporciono la lista de materiales con sus enlaces y costos.

El proveedor confiable que recomiendo usar es [amazon.com](https://www.amazon.com) (o Amazon México), quien ofrece precios razonables y sus entregas son puntuales.



4.2. ENSEÑANZA DE LA MEDITACIÓN MINDFULNESS (1)

- Es introductoria al tema.
- Ocupa el 70% del tiempo inicial de cada una de las sesiones que se imparten.
- Se impulsa la práctica cotidiana.
- Existen actividades del reforzamiento del aprendizaje que se realizan entre una y otra sesión.

ARTE y MINDFULNESS PARA EMPRESAS

Programa Virtual de Creatividad y Bienestar

veronica.mx/artprogram

2. ENSEÑANZA DE LA MEDITACIÓN MINDFULNESS.

Actividad que ocupa el 30% del tiempo inicial de cada sesión.



SEMANAS	EJERCICIOS DE MEDITACIÓN. Actividades en la sesión.	TAREA. Actividades para realizarse 6 veces a la semana.	OBJETIVOS EDUCATIVOS DE LA MEDITACIÓN (1)
SEMANA 1	- Escaneo corporal. - Sentarse con conciencia de la respiración.	- Escaneo corporal (10 min). - Sentarse con conciencia de la respiración (5 min). - Ejercicio físico en la rutina diaria del alumno (20 min).	Desarrollo de la conciencia de las sensaciones corporales, y el aprendizaje de la relajación consciente en el momento presente y sin emisión de juicios.
SEMANA 2	- Escaneo corporal. - Sentarse con conciencia de la respiración.	- Medit. del momento presente (15 min). - Sentarse con conciencia de la respiración (10 min). - Ejercicio físico en la rutina diaria del alumno (20 min).	Observación del flujo de los pensamientos, emociones, sensaciones corporales, sin emitir juicios. Aprendizaje para el autoconocimiento y la autorregulación, así como lograr una mayor calma interna.
SEMANA 3	- Meditación del momento presente. - Sentarse con conciencia de la respiración.	- Medit. con imaginaria (15 min). - Sentarse con conciencia de la respiración 10 min. - Ejercicio físico en la rutina diaria del alumno (20 min).	Se facilita la conexión emocional (empatía autocompasión), autorregulación y el control del estrés (reducción de la reactividad emocional y física ante factores estresantes) y la mejora de las relaciones interpersonales y la productividad laboral.
SEMANA 4	- Meditación con imaginaria. - Sentarse con conciencia de la respiración.	- Medit. Amor Incondicional (Metta) (15 min). - Sentarse con conciencia de la respiración (10 min). - Ejercicio físico en la rutina diaria del alumno (20 min).	Se estimula la generación de sentimientos de amor y bondad hacia uno mismo y hacia los demás. Es un ejercicio de autoempatía y empatía amorosa.
SEMANA 5	- Meditación de la sensopercepción: atención plena en los sentidos. - Sentarse con conciencia de la respiración.	- Las sensopercepciones (15 min). - Sentarse con conciencia de la respiración (10 min). - Ejercicio físico en la rutina diaria del alumno (20 min).	Desarrollo de la atención plena con el uso de los sentidos que enriquecen la experiencia meditativa y la conexión con el presente.
SEMANA 6	- Meditación de la sensopercepción: atención plena en los sentidos. - Sentarse con conciencia de la respiración.	- Las sensopercepciones (15 min). - Sentarse con conciencia de la respiración (10 min). - Ejercicio físico en la rutina diaria del alumno (20 min).	

5. LOS COMPONENTES EDUCATIVOS DEL PROGRAMA



Proporciono los siguientes componentes educativos al Líder Empresarial y a los alumnos.



A. Guía del Líder Empresarial. Este documento explicita el método educativo, las teorías educativas empleadas, la descripción de los objetivos, las competencias que se buscan desarrollar en los trabajadores, y su rol, así como el perfil de egreso del alumno.

5. LOS COMPONENTES EDUCATIVOS DEL PROGRAMA



B. Plan de Sesión. De manera previa a cada sesión semanal, entrego estos documentos (6, en total) a los alumnos, los cuales detallan de manera sucinta los contenidos de la sesión: creación artística y meditación Mindfulness: objetivos, dinámica, tiempos de implantación, conclusiones, tareas (breves). Su intención es prepararlos a la sesión de trabajo venidera, y abrir un canal de comunicación entre los alumnos y yo, como la facilitadora, para exponer sus preguntas, opiniones, intereses, entre otros.

C. Un reporte periódico (6 reportes en total). Al día siguiente después de cada sesión envío al Líder Empresarial un reporte breve que incluye la asistencia, participación, motivación, sugerencias y comentarios de los estudiantes, su progreso, entre otros aspectos.

6. CARACTERÍSTICAS TÉCNICAS



- Una servidora es la facilitadora sincrónica (en tiempo real) del programa, como he citado.
- Utilizo las plataformas: Zoom, Teams o me ajusto a la plataforma en la que trabaja la empresa.
- Empleo 2 webcams: una enfocada al área de trabajo, y otra en mí. En ocasiones, utilizo una tercera cámara web, de acuerdo a las necesidades educativas.
- La velocidad de Internet con la que trabajo es de 100 MB (carga y descarga de datos verificado por [speedtest.net](https://www.speedtest.net)).
- Utilizo computadoras de escritorio iMac y PC.
- Empleo un equipo No-Break para evitar cualquier interrupción eléctrica, en caso de que ésta se produzca.

7. MODALIDAD Y COSTOS



IMPLANTACIÓN VIRTUAL: 20 participantes máximo por grupo.

Modalidad 1 (6 sesiones de 1:30 hrs.). El costo por curso es de **\$20,000.00 MXN, más IVA.** Este es el costo de un curso completo de **9 horas**, más la sesión previa virtual de 90 min de inducción al curso (ver pág. 12).

Modalidad 2 (6 sesiones de 1 hr.). El costo por curso es de **\$17,800.00 MXN, más IVA.** Este es el costo de un curso completo de **6 horas**, más la sesión previa virtual de 90 min de inducción al curso (ver pág. 12).



8. CONTRATO, MÉTODO Y CONDICIONES DE PAGO Y FACTURACIÓN



Contrato. Proporciono un contrato a la empresa para asegurar el cumplimiento de lo que implica el programa.

Método y condiciones de pago. Transferencia bancaria. La empresa debe pagar el curso por completo, por adelantado, 2 semanas antes de la fecha de su inicio.

Facturación. Entrego una factura electrónica con validez oficial por el pago citado.

9. IMPLANTACIÓN PRESENCIAL PARA EMPRESAS EN LA CDMX



IMPLANTACIÓN PRESENCIAL para un grupo de 20 participantes máximo por grupo.

Algunas empresas de la CDMX están interesadas en cursar este programa en una modalidad presencial. De este modo, cotizo un ajuste económico al alza al precio antes citado, el cual atiende a:

- Los 20 estudiantes por grupo, como se ha referido.
- La implantación presencial de la enseñanza.
- La Modalidad (no. de horas presenciales del curso: 6 ó 9 hrs).
- La sesión de 90 minutos de inducción grupal al curso.
- La ubicación de la empresa.

Si es de tu interés, solicítame una cotización.

¡NUEVO!



10. EVALUACIÓN. USO DEL “FIVE FACET MINDFULNESS QUESTIONNAIRE-15” y métodos para la evaluación del cambio a través de la creación artística

El **FIVE FACET MINDFULNESS QUESTIONNAIRE-15** (FFMQ-15, de 15 ítems), desarrollado por la Dra. Ruth A. Baer y colegas, es un instrumento de evaluación utilizado para dar resultados de aprendizaje referentes al tema del Mindfulness en los trabajadores que conforman el grupo de alumnos de este programa (20).

Este instrumento proporciona una evaluación cuantitativa (a través de una escala de Likert), autorreferencial (self-report), la cual se administra pre y post a la intervención para evaluar los cambios en la atención plena de los participantes.

EVALUACIÓN DEL CAMBIO MEDIANTE EL MINDFULNESS: USO DEL “FIVE FACET MINDFULNESS QUESTIONNAIRE-15”



El FFMQ-15 mide las competencias (facetas) de Mindfulness para:

- 1. Observar.** Capacidad de notar o atender las experiencias internas propias.
- 2. Describir.** Habilidad para disponer en lenguaje (hablado o escrito) las experiencias internas propias.
- 3. Actuar con consciencia (awareness).** Realizar actividades de manera deliberada y consciente, prestando atención plena al momento presente, evitando realizarlas de manera mecánica.
- 4. No juzgar la experiencia interna.** Actitud de no criticar los pensamientos y sentimientos propios.
- 5. No reaccionar a la experiencia interna.** Capacidad de permitir que los pensamientos, emociones y sentimientos fluyan evitando comprometerlos con ellos.

EVALUACIÓN DE LA CREACIÓN ARTÍSTICA



Asimismo, en la evaluación grupal se incluyen elementos de los cambios constructivos del alumno mediante la evaluación de la creación artística (método cualitativo), como son:

Autoevaluación. Los estudiantes reflexionan sobre su propio proceso creativo y evalúan su trabajo.

Portafolios. Se incentiva en el estudiante a recopilar su trabajo artístico para mostrar su progreso y desarrollo.

Evaluación por pares. Los estudiantes evalúan el trabajo de sus compañeros, ofreciendo retroalimentación constructiva.

Si es de tu interés realizar una EVALUACIÓN sobre la implantación del programa en tu comunidad empresarial, házmelo saber, y con gusto te presento una propuesta del método y económica. Esto tiene la finalidad de que la empresa pueda incorporar los resultados obtenidos en este programa a su Informe Anual ASG, si así lo requiere.

11. CONTACTO



Contáctame para conocer más sobre el programa. Te enviaría una invitación vía Zoom o Teams para conversar sobre el método de aprendizaje y responder a otras preguntas que puedas tener.

Alternativamente, envíame un correo electrónico a art@veronica.mx o llámame al (52) 55 52 50 05 71 Ext. 801. Ciudad de México (Hora Estándar Central, CST), en horario comercial de 9:00 am a 6:00 pm.

¡Gracias por tu interés! ❤️