

Eines per a la gestió d'emocions i benestar per a docents (CEB)

Curs 2022-2023
Esdeveniment 185
12 hores - 35 places
Mallorca
Presencial



CEP de Calvià
20 d'abril a 11 de juny de 2023



Línia estratègica

PQ 2024 2 Convivència i benestar físic i emocional



Destinataris

Docents en actiu de qualsevol etapa educativa.



Requisits

Ser docent en actiu de qualsevol etapa educativa.



Criteris de selecció

Ordre estricta d'inscripció.



Objectius

Conèixer les emocions bàsiques, la seva naturalesa, funció i regulació intel·ligent adequada.

Facilitar harmonia i congruència entre pensament, sentiments i conducta a nivell intrapersonal, i assertivitat a les relacions interpersonals.

Fomentar adaptabilitat assertiva i benestar integral.

Prevenir i tractar constructivament possibles situacions de dificultat, estrès negatiu, adversitats, conflictes i reptes.



Continguts

Els fonaments científics bàsics de les competències emocionals i practicar les tècniques i dinàmiques per a la consciència emocional i regulació, la gestió de l'estrès, el diàleg assertiu, la cohesió de grup i el tractament constructiu de dificultats. Competències emocionals bàsiques. Realisme constructiu. Adaptabilitat assertiva. Prevenció i afrontament constructiu de conflictes, situacions difícils, dol, adversitat i reptes.



Metodologia

Quatre sessions de tres hores, dividides en dues parts, una teòrica i una pràctica.

Teòrica: explicació de cada tema, aprofundint més en els propòsits i pautes de funcionament dels exercicis pràctics.

Pràctica: taller per a la pràctica de les tècniques.

Es treballarà presencialment i virtualment aprofitant la plataforma Moodle, com a carpeta d'aprenentatge individual i grupal i d'altres eines per dinamitzar, col·laborar i promoure l'aprenentatge grupal.



Transferència

Els participants de la formació hauran de lliurar un portafoli amb la tasca de cada sessió en format digital per poder certificar.

El lliurament d'aquest portafoli es farà mitjançant l'entorn virtual Moodle.

Aquesta tasca s'explicarà a la primera sessió.



Calendari

Abril: 20 i 27

Març 04 i 11



Inscripció

Podeu fer la inscripció de dia 1 de febrer a dia 1 de març de 2023 de la manera següent:

1. Entreu al Portal del personal <https://www.caib.es/pfunciona>. El professorat que no disposi de compte d'usuari, no podrà accedir al Portal del Personal. Al menú principal de l'esquerra trobareu Formació dels DOCENTS. Cliqueu Sol·licitud cursos i seleccioneu CEP DE CALVIÀ.

2. Us sortirà la llista de totes les activitats. Cliqueu a l'apartat INSCRIU-TE de l'activitat i emplenau tots els camps del formulari de la sol·licitud. Actualitzau les dades d'acord amb la vostra situació actual si s'escau, especialment el centre de destinació, el correu electrònic i el telèfon (millor un mòbil) ja que seran les dades de contacte per gestionar la inscripció i la llista d'espera.

3. La llista d'admesos provisional es publicarà dia 2 de març de 2023. Podreu consultar si heu estat admesos cercant aquesta activitat al Portal del personal, al menú de l'esquerra Formació dels DOCENTS, Sol·licitud cursos seleccionant CEP DE CALVIÀ. La llista d'espera, si s'escau, es publicarà també a la mateixa pàgina.

4. Una vegada que hagi sortit la llista, si estau admesos, cal confirmar la vostra assistència de dia 2 a dia 10 de març de 2023 a l'apartat Confirma cursos, dins del menú Formació dels DOCENTS. La no confirmació dins aquest termini implicarà la pèrdua de plaça.

5. La llista d'admesos s'actualitza automàticament en confirmar la inscripció.

6. Si les places no s'han cobert amb els confirmats es telefonarà a les persones que estiguin a la llista d'espera per estricte ordre de preferència, de dia 11 a dia 20 de març de 2023, fins que s'ocupin les places lliures.

7. La llista definitiva de participants es publicarà dia 21 de març de 2023.

IMPORTANT: Una vegada confirmada l'assistència, si una persona no pot assistir a la formació ha de notificar-ho al coordinador, per correu electrònic, abans de l'inici de l'activitat. En cas contrari, les sol·licituds que aquesta persona faci per participar a altres formacions, durant el mateix curs escolar, passaran al final de la llista de sol·licituds.

PROTECCIÓ DE DADES PERSONALS: la tramitació d'una sol·licitud d'inscripció a una activitat formativa implica el següent tractament de dades personals: <http://www.formacioinnovacio.cat/documents/ProtDades.pdf>.



Avaluació i certificació

Per a poder certificar l'activitat formativa serà condició necessària l'assistència obligatòria al 85% de les hores totals, haver realitzat correctament les activitats de transferència i/o experimentació definides i fer correctament i dins termini totes les tasques a distància. Una vegada finalitzat el procés de certificació, l'activitat es tancarà. En aquest moment us enviarem un correu electrònic a l'adreça que heu posat a la vostra sol·licitud. Si heu certificat, podreu veure la formació al vostre portal, apartat Formació dels docents, Activitats internes. Si no la podeu veure, és que no la teniu certificada. Us podeu posar en contacte amb el servei organitzador per a qualsevol aclariment. Disposeu d'un termini de 90 dies naturals des de l'enviament del correu electrònic per presentar una reclamació al servei organitzador, si s'escau.

Una vegada finalitzat el procés de certificació, l'activitat es tancarà. En aquest moment us enviarem un correu electrònic a l'adreça que heu posat a la vostra sol·licitud. Si heu certificat, podreu veure la formació al vostre portal, apartat Formació dels docents, Activitats internes.

Si no la podeu veure, és que no la teniu certificada. Us podeu posar en contacte amb el servei organitzador per a qualsevol aclariment. Disposeu d'un termini de 90 dies naturals des de l'enviament del correu electrònic per presentar una reclamació al servei organitzador, si s'escau.



Coordinació i informació

Teresa Bonache Núñez

Assessora del Cep de Calvia

tbonache@cepcalvia.es



Formador

RAUL GENOVES COMPANYY



Doctor en Filosofia. Professor del Departament de Filosofia i treball Social de la UIB.
Codirector i coordinador dels Títols propis de la UIB Expert Universitari en Autoconeixement,
emocions i diàleg al segle XXI, i del Màster en Competències Emocionals.
Investigador al grup CSCP de l'Institut i Recerca i Innovació Educativa de la UIB.
Membre del Grup de treball d'Educació Emocional de la Universitat de Barcelona.

Àrea: Totes Modalitat: Formació per àmbits

