



“INTELIGENCIA EMOCIONAL Y EMPATÍA”

JUSTIFICACIÓN

Uno de los condicionantes más determinantes del docente es su propio estado de ánimo, o sea, su emoción. En la medida en que la persona se da cuenta de sus sentimientos, de cómo eso influye en su relación con los demás y, finalmente, de cómo gestionar todo eso, en esa medida puede mejorar, transmitir mejor, y así hacer más eficaz su acción con los niños. En resumen, puede ser mejor docente. Para todo ello, hay que tomar consciencia, y una vía muy útil es la consciencia corporal, la expresividad, y la relajación. En este curso trabajamos técnicas corporales para observar e intervenir en nuestro estado de ánimo. Es decir, aprendemos a tomar consciencia emocional.

OBJETIVOS

- Revisión de la finalidad y contenidos de la Inteligencia emocional.
- Profundización en el concepto de Inteligencia Corporal o cinética.
- Experimentar vivencias de gestión emocional a través de técnicas corporales.
- Ampliar la capacidad de observarse a nivel corporal y su repercusión en el estado de ánimo.
- Intercambiar impresiones sobre avances en investigación.

CONTENIDOS

- 1.Consciencia Emocional: De esta forma conocerán sus emociones y las de sus compañeros, comenzarán un camino de Autoconocimiento
- 2.Regulación Emocional: Aprenderán a Gestionarlas y Expresarlas de una forma sana. Potenciarán sus Emociones Positivas. Se usarán diferentes técnicas como EFT – Tapping, Mindfulness o Arteterapia
- 3.Autonomía Emocional: Aprenderán que son responsables de ellos mismos. Se trabajará con la Autoestima, desarrollando la resiliencia o tolerando la frustración.
- 4.Competencia Social: Aprenderán temas básicos como la Empatía, la Asertividad, el trabajo en Equipo o el Respeto
- 5.Competencias para la vida y el Bienestar: Desarrollarán la capacidad de pedir ayuda cuando lo necesiten, generar relaciones sanas, fijación de objetivos y el bienestar emocional.

METODOLOGÍA

Las exposiciones serán dinámicas y participativas y estarán apoyadas con material audiovisual.

LUGAR DE CELEBRACIÓN

CEIP Sierra de Madroños (Madrönera)

PONENTE

El curso será impartido por Dña. Miriam Simón, experta en Inteligencia Emocional, Motivación y Procesos de Cambio. Instructora de Firewalking y Técnicas de Alto Impacto. Empowerment Coach.

TEMPORALIZACIÓN

Los días **14, 21 y 28 de enero de 2019**, en horario de 16:30 a 19:30.

DESTINATARIOS Y CRITERIOS DE SELECCIÓN

Se ofertarán un máximo de 30 plazas para profesores en activo con destino en centros educativos en el ámbito del CPR de Trujillo.

En caso de un exceso de demanda, se utilizará el orden de inscripción como criterio de selección.

INSCRIPCIÓN

En la web del CPR de Trujillo antes del 10 de enero de 2019.

<http://inscripciones.educarex.es/index.php?id=65751>

Se ruega actualizar los datos al realizar la inscripción

LISTA DE ADMITIDOS

Día 11 de enero de 2019 en la página web del CPR de Trujillo.

CERTIFICACIONES

Se expedirá certificado de **9 horas** (1 crédito) a los profesores que asistan con regularidad al 85% del tiempo de duración de la actividad (Orden 31/10 de 2000. DOE 4/11).

Se realizará una evaluación on-line y la Cualificación profesional por parte del ponente.

COORDINADORA

M^a Ángeles Flores María

(Asesora de Formación en Centros y Autoformación)

cprtru.asesoria3@edu.gobex.es

<http://cprtrujillo.juntaextremadura.net>



Unión Europea

JUNTA DE EXTREMADURA

Consejería de Educación y Empleo

Fondo Social Europeo
Una manera de hacer Europa