GESTIÓN EMOCIONAL

PARA DOCENTES

Regístrate aquí

Organizado por

tr@ms fundació

wwww.fundaciotrams.org

@FTrams

en colaboración con

CIEDA

CENTRO DE INNOVACIÓN EDUCATIVA
DANTE ALIGHIERI
POLO DANTE - HÖLTERS

@CIEDACampana

TALLERES PRÁCTICOS PARA LA GESTIÓN EMOCIONAL DENTRO Y FUERA DEL AULA

Ofreciendo recursos necesarios en momentos de pandemia.

Maria Paula Manresa
Hölters Natur

Estrés y ansiedad. Cuidado de la salud psíquica de los docentes.

26 de noviembre de 2020
18h Barcelona
14h Buenos Aires

Bio

Maria Paula es Argentina. Psicóloga clínica. Profesora en Educación Superior. Profesora de gimnasia. Formada en Terapias cognitivas de Tercera Generación, que involucran la utilización del mindfulness en el trabajo con los pacientes. Trabaja como psicóloga en consultorio, acompaña como consultora externa a empresas en el área de prevención en salud mental. Forma parte del Polo Educativo Dante – Hölters- Cieda, siendo vicedirectora general de uno de los colegios. Imparte las materias de Psicología del Desarrollo y Pedagogía crítica de las diferencias en CIEDA.

Raquel es de Barcelona, docente en Escola Sant Gervasi Cooperativa y Responsable de Proyectos Internacionales en Fundació Tr@ms. Formada en mindfulness y técnicas de crecimiento personal. Ha impartido talleres a docentes y alumnos.

Taller

Maria Paula y Raquel trabajarán en un taller teórico-práctico las causas y detonantes de la ansiedad, el estrés y la depresión, dando estrategias para desactivar estos mecanismos, entre ellas la utilización del mindfulness en la vida laboral y personal.

Se ahondará en diversos modos de prevención y de búsqueda de la estabilidad emocional.

Raquel Fernández
Fundació Tr@ms

Cristina Gutiérrez
La Granja

El miedo, la rabia y la tristeza provocadas por la pandemia. Recursos prácticos para gestionar en el aula.

18 de febrero de 2021
18h Barcelona
14h Buenos Aires

Bio

Cristina es educadora emocional y la creadora del método "La Granja: un método creado para acompañar a niños, adolescentes y adultos en su crecimiento personal,

Es formadora, escritora y divulgadora. Comparte aquello que ha experimentado con niños y adultos para modificar actitudes y comportamientos.

Colabora con el Hospital San Joan de Déu i la Masia del FCB. Como Investigadora en innovación educativa es co-autora de varios estudios y colabora con universidades y entidades educativas.

Taller

Cristina nos ayudará a entender las tres emociones negativas provocadas por la Covid-19, su fuerza y capacidad de controlar nuestra actitud y comportamiento.

Además, brindará recursos prácticos para regular estas emociones en nosotros mismos y también en nuestros alumnos.

¿El objetivo? evitar males mayores como el aumento de la conflictividad en el aula, la comunicación negativa, la susceptibilidad o la desconfianza.

Pilar Aguilera

Escuelas Despiertas

Introducción al Mindfulness aplicado a la educación

11 de Marzo de 2021

18h Barcelona

14h Buenos Aires

Bio

Pilar Aguilera es directora del programa Escuelas Despiertas: Mindfulness Aplicado a la Educación, en el Instituto de Ciencias de la Educación (ICE) de la Universidad de Barcelona.

Es miembro de la Orden del Interser de Thich Nhat Hanh y fundadora de la Sangha de Barcelona con Gracia.

Tiene un máster en Liderazgo y Gestión Institucional en Educación por la Universidad de Southampton, ha sido investigadora visitante en el University College de Londres y es licenciada en Filología Hispánica.

Taller

Pilar nos nos acompañará en un taller inicial sobre el mindfulness basado en el programa Escuelas Despiertas.

Nos acercará ejemplos de como los educadores pueden integrar algunos conceptos prácticos y sencillos en sus vidas y sus aulas.

El objetivo es dar herramientas para obtener mayor bienestar emocional.
Así como explorar los beneficios del mindfulness en la escuela.