

Jornadas vivenciales de formación

Descripción y objetivos

Nuestra sociedad experimenta cambios continuos y cada vez es más compleja en todos sus procesos de organización. Ello conlleva a que el docente experimente tensiones continuas con el consiguiente **desgaste emocional**. Su día a día en el aula requiere de un altísimo nivel de energía y conciencia.

Desde el ICE-UB pensamos que para mantener la **sostenibilidad** como docente y persona se necesita un cuidado especial para mantener la motivación y las ganas de mejorar la tarea docente. Esto es indispensable para dar respuesta a las, cada vez más patentes, necesidades de nuestro alumnado en su formación personalizada.

Estas jornadas tienen la doble finalidad de ofrecer a los docentes un **ESPACIO DE DESCANSO** y a la vez **FORMACIÓN** en contenidos que le ayuden a dar respuesta a dichas necesidades.

Nuestra línea de trabajo es ofrecer a los docentes recursos que les empoderen en su tarea educativa. Pensamos que los docentes necesitan disponer periódicamente de un espacio y tiempo que les permita recuperarse del desgaste emocional y replantearse el sentido de su función como docentes.

Contenidos

1. Liderazgo docente
2. Coaching educativo
3. Autoconocimiento a través del eneagrama
4. Gestión del estrés docente: relajación y *mindfulness*

Programa

1. Liderazgo docente. “¿LIDERAS O GESTIONAS?”

OBJETIVOS

1. Saber diferenciar entre liderazgo y gestión del aula
2. Tomar conciencia de la comunicación en el liderazgo
3. Entender la necesidad de la educación emocional para conseguir un liderazgo proactivo y adaptativo a las diferentes situaciones
4. Presentar diferentes posibilidades de liderazgo
5. Reflexionar sobre el propio liderazgo

CONTENIDOS DEL PROGRAMA

1. Conceptualización de liderazgo
2. Modelos de liderazgo
3. Comunicación
4. Liderazgo y educación emocional
5. Vinculación emocional y resiliencia
6. Liderazgo y mejora de aprendizajes

METODOLOGÍA

Introducción conceptual de los diferentes contenidos. Actividades prácticas y vivenciales de liderazgo y posterior reflexión para mejorar el autoconocimiento.

2. Coaching educativo. “EL ARTE DE ACOMPAÑAR A LAS PERSONAS”

OBJETIVOS

1. Conocer los fundamentos del coaching educativo.
2. Entender la necesidad de la educación emocional para conseguir un liderazgo proactivo y adaptativo a las diferentes situaciones.
3. Presentar diferentes posibilidades de liderazgo
4. Reflexionar sobre el propio liderazgo

CONTENIDOS DEL PROGRAMA

1. Qué, cómo, cuándo y quién del coaching educativo
2. Metodología de coaching educativo
 - a. Clarificando la demanda. La Misión
 - b. Objetivos ecológicamente sostenibles
 - c. Plan de trabajo
 - d. Seguimiento
 - e. Evaluación
3. Herramientas del coaching educativo
 - a. Aceptación plena del coachee
 - b. Narrativas y creencias
 - c. La pregunta
 - d. Parafraseo

- e. Rapport
 - f. Empatía
4. Ámbitos de intervención del coaching educativo

METODOLOGÍA

Introducción conceptual de los diferentes contenidos. Actividades prácticas y vivenciales de coaching educativo y posterior reflexión para la comprensión de la metodología.

3. Autoconocimiento a través del eneagrama. “CONOCERME Y CONOCERLOS PARA COMPRENDERLOS Y AYUDARLOS”

OBJETIVOS

1. Conocer el método milenario de autoconocimiento del ENEAGRAMA basado en los nueve tipos de personalidad.
2. Descubrir nuestro perfil de personalidad y tipo básico en el eneagrama.
3. Tener más información para reconocer las propias cualidades personales, identificar los propios límites y desarrollarnos hacia un yo más centrado.
4. Reconocer la personalidad de cada uno de nuestros alumnos para comprenderlos mejor y en consecuencia favorecer el clima en el aula y el rendimiento académico.

CONTENIDOS DEL PROGRAMA

1. El autoconocimiento como primer paso a la docencia.
2. Qué es el eneagrama.
3. Quién soy realmente: Perfil de personalidad y eneatipo.
4. Descripción y características de los tipos de personalidad.
5. Estrategias de enseñanza y aprendizaje para acompañar a los alumnos en su desarrollo.

METODOLOGÍA

Práctica y vivencial. Breve introducción conceptual del contenido con soporte audiovisual. Cuestionario de personalidad. Aplicación a la propia realidad a partir de la autoobservación y el autoconocimiento.

4. Gestión del estrés docente: relajación y *mindfulness*

OBJETIVOS

1. Conocer las nueve habilidades básicas de relajación, meditación y *mindfulness*.
2. Practicar diversas técnicas de relajación y *mindfulness*.
3. Descansar y recuperarse.

4. Integrar algunas pautas de relajación y *mindfulness* en la vida cotidiana y en el aula.

CONTENIDOS DEL PROGRAMA

1. Las nueve habilidades básicas de relajación, meditación y *mindfulness*.
2. Aplicaciones a la tarea docente.

METODOLOGÍA

Práctica y vivencial. Breve introducción conceptual del contenido con soporte audiovisual. Cuestionario de personalidad. Aplicación a la propia realidad a partir de la autoobservación y el autoconocimiento.

Formadores

Sra. Cristina Cama García
Sra. Gemma Pérez Clemente
Dr. Luis López González
Dr. Antoni Giner Tarrida

Destinatarios

Docentes de educación infantil, primaria y secundaria y todas aquellas personas relacionadas y/o interesadas en el mundo de la educación.

Calendario

Del 27 al 30 de Junio de 2016.

Horas

Se acreditarán 50 horas: 40 presenciales y 10 de trabajo personal.

Evaluación

Asistencia y realización de un trabajo personal a especificar durante las jornadas.

Lugar

La Casa de Pineta
Ctra. de Pineta, s/n. Bielsa (Huesca)
www.lacasadepineta.org

Periodo de inscripción

Del 15 de febrero al 16 de junio de 2016

[Formulario de matrícula](#)

Cuota de inscripción

- **Del 15 de febrero al 6 de junio**

Inscripción ordinaria 230 €

Inscripción reducida* 210 €

- **Del 7 al 16 de junio**

Inscripción ordinaria 260 €

Inscripción reducida* 240 €

(*)

- Alumnado del máster Remind (se requerirá acreditación)
- Alumnado y ex alumnado de másters y posgrados del ICE (se requerirá acreditación)
- Personas en situación de desempleo (se requerirá acreditación)
- Profesorado de la UB
- Inscripción para grupos (un mínimo de cinco personas del mismo centro).

Los grupos de más de cinco personas de la misma organización que se inscriban juntas pueden acogerse al precio reducido. Se requiere que, antes de la inscripción, se pongan en contacto por correo electrónico con la Secretaría del Institut de Ciències de l'Educació (icursos@ub.edu) para recibir las instrucciones oportunas. En este correo se deberán hacer constar los nombres y apellidos de las personas del grupo y el nombre del centro educativo al que pertenecen.

- **Estancia (abonar en albergue): 119,75 €**

Existe la posibilidad de alojarse durante el fin de semana (o día) antes. Consultar directamente en La Casa de Pineta (www.lacasadepineta.org y teléfono 636 34 86 36)

Plazas limitadas.

Reconocimiento académico

Dado su carácter de formación universitaria, las jornadas Descansa y Fórmate son reconocidas y acreditables en todo el Estado Español.

Por tanto, se podrán utilizar como acreditación para participar en los diferentes concursos o convocatorias, de acuerdo con los términos que indique cada convocatoria.

Información y/o consultas sobre las Jornadas

Página web: www.descansayformate.com

Correo electrónico: info@descansayformate.com

Teléfono: 691 174 544

Información académica, inscripciones y certificados

Correo electrónico: icecursos@ub.edu

Teléfono: 934 021 024