

Gestión emocional en tiempos de pandemia.

Modalidad online

Introducción

Vivir supone decir continuamente ‘adiós’ a personas, situaciones, objetos, ‘normalidades’, lugares... y decir ‘hola’ a las novedades. Saber soltar, saber pasar página, no es sencillo, porque solemos poner el corazón en las personas, las situaciones, los lugares... en todo aquello que amamos y que nos da seguridad. Pero las pérdidas son inevitables. Las alteraciones de la normalidad ocurren una y otra vez en la vida.

En el presente curso ofrece una ayuda a comprender la necesidad de ‘soltar’, de despedirse de las situaciones de ‘normalidad’, y ofrece claves para comprender y acompañar esta situación emocional creada por la pandemia.

Objetivos

- Formarse de modo teórico-práctico en los diversos aspectos que son necesarios acompañar situaciones de pérdida y duelo.
- Conocer y llevar a la práctica herramientas para el trabajo educativo en el ámbito del duelo y de la alteración de la normalidad por situaciones imprevistas.

Contenidos

0. Introducción: Sobreproteger o educar. El principio de liberación.
1. El duelo. definición, tipos y manifestaciones
 - 1.1. Definición de duelo y tipos de pérdidas
 - 1.2. Manifestaciones del duelo normal y otros tipos de duelo
2. Fases del duelo. Aproximación teórica al modelo Kübler-Ross
 - 2.1. Diferentes modelos teóricos
 - 2.2. Modelo Kübler-Ross
3. Vivir la pérdida
 - 3.1. Un poco de historia

- 3.2. ¿Qué puedo hacer yo?
- 3.3. Rituales de despedida
- 4. Acompañamiento y gestión emocional
 - 4.1. Acompañamiento
 - 4.2. Gestión emocional

¿A quién va dirigido?

A profesores de alumnado de primaria, de la ESO y bachillerato. Por extensión, a toda persona que se dedique al acompañamiento y educación de niños y jóvenes y que quieran contar con herramientas para acompañarlos en tiempos de pandemia.

Metodología de trabajo

El curso consta de cuatro pequeños módulos que hay que trabajar consecutivamente. **Sólo se podrá pasar al siguiente módulo cuando se haya completado el trabajo con el anterior.**

Cada uno de los tres módulos consta de...

- a. Contenidos explicativos
- b. Vídeos con la exposición de los contenidos y con explicación de herramientas prácticas por diversos expertos
- c. Test de autoevaluación

El modo de trabajo consiste en la lectura del texto explicativo, el visionado de los vídeos y la realización del test de autoevaluación.

El ritmo del trabajo queda a discreción de cada participante en el curso. En todo caso, para su adecuada asimilación y aplicación, lo mejor **es distribuirse un módulo por semana.**

Para la evaluación del curso es necesario realizar los test y haber pasado por todos los contenidos (texto y audiovisuales) para lograr el 'apto' en el curso.

Si se abre un foro, se recomienda su participación en el mismo.

Cronograma

El curso dura 4 semanas. La dedicación estimada, en total, es de 10 horas (sin incluir la aplicación de los ejercicios en el aula).

CONVOCATORIAS ABIERTAS:

- 8 de febrero.
- 5 de abril.
- 28 de junio.

Matrícula e inscripción

El precio total de la formación son 50€, que incluye:

El curso cuenta con una actualizada explicación en texto, vídeos, herramientas y experimentos para realizar tanto el profesor/a como el profesor/a con los alumnos/as, así como material complementario.

Los diversos ejercicios y herramienta se presentan en forma de fichas descargables en PDF para poder ser impresas y utilizadas en el aula.

Cada uno de los cuatro módulos consta de...

- d. Contenidos explicativos
- e. Vídeos con la exposición de los contenidos y con explicación de herramientas prácticas por diversos expertos
- f. Test de autoevaluación para el profesor
- g. Fichas de trabajo para que realice el alumnado en clase

Además, se podrá abrir un foro para debatir, hacer sugerencias, solicitar información complementaria o exponer dudas. Será atendido por un tutor.

Más información

- Instituto da familia: secretaria@institutodafamilia.es