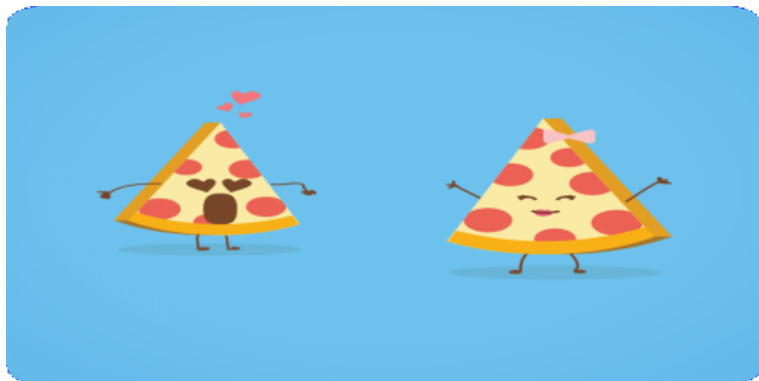







# Regulació Emocional i Presència: ingredients fonamentals al procés educatiu

Curs 2021-2022  
Esdeveniment 150  
16 hores - 30 places  
Mallorca  
Presencial



**CEP de Calvià**  
25 de maig a 3 de juny de 2022

-  **Línia estratègica**  
PQ 2024 2 Convivència i benestar físic i emocional
-  **Destinataris**  
Docents de tots els nivells educatius en actiu.
-  **Criteris de selecció**  
Si el nombre de sol·licituds supera el de places oferides, els criteris de selecció seran, per aquest ordre:  
1. L'ordre de preferència que figura a l'apartat de DESTINATARIS.  
2. Ordre estricte d'inscripció.
-  **Objectius**  
Presentar els trets fonamentals dels programes de les competències emocionals bàsiques.  
Aportar recursos per identificar les necessitats habituals de regulació emocional i gestió de l'estrés a l'activitat educativa.  
Conèixer eines que faciliten autoconsciència, empatia i assertivitat a les relacions intrapersonals i interpersonals.  
Experimentar l'estat de presència.  
Sabre passar del "mode automàtic" al "mode presència".  
Reduir les distraccions i la divagació.  
Aprendre a silenciar la ment.  
Desenvolupar una atenció eficient a l'aula.
-  **Continguts**  
El model essencial de competències emocionals.  
Consciència emocional, regulació i autonomia.  
Habilitats socioemocionals i habilitats per a la vida i el benestar.  
Identificació i gestió de l'estrés.  
Importància de la comprensió pràctica de les competències emocionals per part del professorat.  
L'actual món de distraccions, sobrestimulació i infoxació.  
Què és l'atenció plena i eficient? Els protocols atencionals: pràctica externa i interna.  
El silenci mental.  
L'estat de "presència" com a base de la pizza del docent.  
Exercicis pràctics per a fomentar la presència i atenció plena a l'aula.



## Metodologia

Formació presencial de 16 hores, amb participació activa dels assistents.



## Lloc

IES BENDINAT



## Horari

Dimecres 25 de maig 16:00-20:00 Dilluns 30 de maig 16:00-20:00 Dijous 2 de juny 16:00 -20:00 Divendres 3 de juny 16:00-20:00



## Inscripció

Podeu fer la inscripció de dia 27 d'abril a dia 10 de maig de 2022 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. Clicau Sol·licitud cursos i seleccionau CEP DE CALVIÀ.

2. Us sortirà la llista de totes les activitats. Clicau 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 11 de maig de 2022. 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 11 a dia 17 de maig de 2022 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 18 a dia 23 de maig de 2022, fins que s'ocupin les places lliures.

7. La llista definitiva de participants es publicarà dia 23 de maig de 2022.

**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: <https://www.caib.es/govern/rest/arxiu/4784452>.



## Avaluació i certificació

Per a la certificació de la formació és obligada l'assistència al 85% d'hores de la formació i una participació activa a les dinàmiques proposades per part dels ponents.

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.

Disposau d'un termini de 90 dies des de l'enviament del correu electrònic per presentar una reclamació al servei organitzador, si s'escau.



## Coordinació i informació

Teresa Bonache Nuñez

Assessora del Cep Calvia

Contacte: [bonache@cepcalvia.es](mailto:bonache@cepcalvia.es)



## Formadors

## RAUL GENOVES COMPANYY



Doctorat Europeu en Filosofia. Universitat de les Illes Balears (UIB).  
Titulat Superior en Terapies Naturals. Real Centro Universitario Escorial.  
Máster Práctic en Psicología Transpersonal. Instituto Potencial Humano (IPH).  
Director del títol propi de la UIB Expert universitari en Autoconeixement, emocions i diàleg en el segle XXI.  
Director del títol propi de la UIB Máster en Competències Emocionals.  
Professor col·laborador en activitats de Formació del Professorat de varis Centres de Professorat de les Illes Balears i altres comunitats.

Organitzador i professor dels cursos "Assertivitat, relaxació i sol·lució de conflictes", impartits a la UIB i organitzats dins del marc d'activitats del Irie.

## FERNANDO TOBIAS MORENO



Titulat d'Especialista Universitari en assessorament psicològic d'orientació Rogeriana i Gestàltica per la Universitat Pontificia de Comillas.  
Trainer en Focusing per L'institut Internacional de Focusing.  
Expert en Meditació Zen, Vipassana, Mindfulness, i Vedanta Advaita de la ma de Sesha.  
Professor d'habilitats personals a Comillas ICAE-ICADE.  
Forma part de l'equip d'investigació en Mindfulness del laboratori de psicologia de la Universitat de Comillas.

**Àrea:** Atenció a la diversitat **Modalitat:** Activitat puntual de formació

