

EMOCIONS POSITIVES I BENESTAR

“de la prevenció del risc a la promoció de la salut”

Cal promoure la idea que la millor prevenció dels riscos psicosocials és la recerca pausada, però sense treva, d'una millor qualitat de vida

La formació, per a les persones dedicades a la docència, facilita aquest pas. És convenient conèixer i fer ús de les accions formatives

Per això el Servei de Formació de Personal Docent del Departament d'Educació prepara diferents equips de persones formadores que són proposats als Serveis Educatius per atendre les diferents necessitats del professorat

ACCIONS FORMATIVES RELACIONADES AMB “EMOCIONS POSITIVES I BENESTAR”

DADES DE LA FORMACIÓ:

ACCIONS FORMATIVES	CURSOS 2005 - 2006 AL 2009 - 2010	
	ACTIVITATS*	PERSONES ASSIGNADES
Prevenció de l'estrès	214	3665
Les emocions	239	4469
Benestar del personal docent	86	1600

*Algunes estan dissenyades en el marc de l'Escola d'Estiu i altres per organitzacions sindicals

Trets significatius:

- La duració de les accions formatives és, majoritàriament, de 20 hores
- La formació s'adreça a persones d'un centre o de diversos centres
- La formació proposada pel Departament d'Educació és gratuïta
- Els equips de persones formadores consensuen metodologies d'intervenció

Per a més informació:
xmonferr@xtec.cat

EMOCIONS I DESENVOLUPAMENT PERSONAL DEL PROFESSORAT

Ajuda a reflexionar sobre el propi creixement personal per donar respostes positives al nous reptes que es presenten, personals o professionals, amb un bon estat d'ànim i aconseguir una adequada interrelació entre sentiments, estats de l'organisme, pensaments i accions

PREVENCIÓ I AFRONTAMENT DE L'ESTRÈS

Proporciona al personal docent estratègies i recursos per prendre consciència de les situacions generadores d'estrès i afrontar-les d'una manera assertiva.

BENESTAR I SALUT DOCENT

Facilita al professorat el desplegament i enriquiment dels propis potencials per poder respondre positivament els reptes personals i professionals i afavorir l'augment del benestar i la salut

Disseny: CHUS GALVÁN (www.chusenhd.com)

XAVIER MONFERRER I TRONCHO