

Espai adreçat als equips educatius que treballen directament amb infants i adolescents i les famílies dels Centres Oberts de Constantí, Torredembarra, Vila-seca (inclosa la Plana i La Pineda) El Morell, La Canonja, Roda de Berà i Altafulla, i TASTA comarcal a qui ja s'ha fet arribar la informació per a la preinscripció al mateix a través del link:

https://docs.google.com/forms/d/1BLXTHw78SB5ltbw9AeGqAvEouZv49_T39EaO_gQFkNw/viewform?usp=send_form

Aquesta activitat es planifica des del Pla d'Inclusió Social i la Unitat Tècnica d'Infància i Família del Departament de Benestar Social i Família del Consell Comarcal del Tarragonès.



Departament de Benestar Social
Carrer de les Coques, 3
43003 TARRAGONA
Tel. 977 244 506 - Fax 977 244 513
atencioprimària@tarragones.org
www.tarragones.cat

Amb el suport de:



Benestar Social



**“COMPETÈNCIES
EMOCIONALS
I COMUNICATIVES
EN EL CONTEXT DEL
SERVEI DE
CENTRES OBERTS”**



“COMPETÈNCIES EMOCIONALS I COMUNICATIVES EN EL CONTEXT DEL SERVEI DE CENTRES OBERTS”

Treballar amb els professionals per poder treballar amb les famílies, els infants i els adolescents.

COACH: ALICIA VALLESPÍ

OBJECTIUS

Millorar la cohesió dels equips dels centres oberts.

Conèixer i comprendre les habilitats de regulació personal i relacionals per a treballar amb d'altres persones.

Adquirir coneixements i habilitats necessàries pel seu lloc de treball relacionades amb:

La gestió emocional: auto coneixement, auto regulació emocional, empatia,...

La comunicació: escolta activa, assertivitat, habilitats de conversa, emetre judicis,...

La convivència: treballar en equip resolució de conflictes, adaptació al canvi,...

CONTINGUTS I ACCIONS

Cohesió de l'equip de treball

Treballar en equip

La col·laboració i la participació als equips de treball

Competició versus cooperació

El paper actiu de tots els membres

La implicació en l'equip

L'entrenament de les emocions

Itinerari d'entrenament emocional

Bones pràctiques físiques, mentals i emocionals

Gestió de l'estrès. Situacions de crisi, canvis i urgències

Estat de flow i benestar

Tècniques de concentració i relaxació

Habilitats i competències professionals

Les eines de la intel·ligència emocional

Les emocions, conceptes, funcions...

Intel·ligència emocional i millora professional

L'auto coneixement i l'auto gestió de les emocions

Afrontament de l'estrès

Les competències relacionals i la gestió de les relacions

Empatia i comprensió de l'entorn

Comunicació interpersonal, claus:

Negociació i gestió de conflictes: classes i funció dels conflictes, estils d'afrontament, estratègies de resolució.

Establir vincles saludables

CALENDARI

SESSIONS PRESENCIALS: 15 HORES

DIVENDRES DIA 22 DE GENER DE 2016

Cohesió d'equip i entrenament de les emocions.
De 9 a 2h i de 3:30 a 7:30

7.5 HORES

DIVENDRES DIA 26 DE FEBRER DE 2016

Habilitats i Competències professionals I.
De 9 a 11.30 h

2.5 HORES

DIVENDRES 8 D'ABRIL DE 2016

Habilitats i Competències professionals II
De 9 a 11.30 h

2.5 HORES

DIVENDRES 27 DE MAIG DE 2016

Habilitats i Competències professionals III
De 9 a 11.30 h

2.5 HORES

SESSINOS MOODLE

Del 22 de gener al 27 de maig de 2016

25 HORES