

PROPUESTA TALLER HOMOLOGADO
“MI FIEL EQUIPAJE EMOCIONAL. EL APEGO ADULTO”

LUGAR DE CELEBRACIÓN: El taller se realizará en modalidad presencial en la sede de la Asociación Aragonesa de Psicopedagogía (Pº Constitución nº 12 – 6 Zaragoza.) y por streaming.

TEMPORALIZACIÓN: 13 de noviembre de 2024 de 18:00 a 20:00 horas.

DURACIÓN: 2 horas presenciales/streaming

DIRIGIDO A: Personas jóvenes y adultas de cualquier ámbito profesional con inquietud por aprender sobre sus estilos de respuesta emocional y su relación con el apego. Estudiantes o profesionales de ciencias de la salud o la educación.

PLAZAS: 25 presenciales y resto por streaming

¡IMPORTANTE! Hay 25 plazas presenciales que se irán ocupando por orden de inscripción. Además se contarán con plazas para seguir la retransmisión en streaming. Es requisito indicar la modalidad de asistencia en el momento de formalizar la inscripción en el apartado observaciones.

JUSTIFICACIÓN:

En la adultez tendemos a tener ciertos patrones, muchos de ellos inconscientes, de respuesta emocional, estos patrones o estilos condicionan en gran medida la conducta y los sentimientos propios y de las personas que nos rodean, además de conllevar cierta alteración bioquímica en nuestro organismo. Además hay estudios que relacionan las estrategias de apego con la inteligencia emocional, de modo que las personas que cuentan con una mejor regulación de sus emociones son capaces de construir vínculos de apego más seguro.

OBJETIVOS:

- Descubrir qué estrategias de apego predominan en nuestras relaciones, desestimadoras, preocupadas.
- Conocer cuál es nuestro “equipaje emocional”, esas respuestas recurrentes sobre todo en los momentos más críticos o amenazantes y su impacto.
- Aumentar el bienestar de la persona a través de su propio conocimiento y estilo de vincularse.

CONTENIDOS:

- Cuidar y ser cuidado. Activación y desactivación del sistema de apego.
- Respuestas emocionales más recurrentes en el adulto, toma de conciencia y gestión.
- Qué quiero hacer con este “equipaje”, qué necesito preservar y de qué me quiero liberar.

PONENTES:

Coordinadora:

Cristina Sánchez Roldán: Graduada en Trabajo Social. Master Profesorado. Master en Dirección y Transformación Digital de Entidades. Profesora técnica de Servicios a la Comunidad. Trabajadora social departamento infanto-juvenil en Asociación Aragonesa Pro Salud Mental.

Ponente:

María del Castillo Hervás Martínez: Educadora en competencias socio emocionales. Experta universitaria en Inteligencia emocional con especialización en Educación emocional por la Universidad Internacional de la

Rioja. Estudiante del Grado en Psicología especialidad educativa (Unir). Coach educativa y ejecutiva. Diplomada en Turismo (Escuela de Turismo Alhamar Granada).

METODOLOGÍA

Taller participativo donde se intercalará contenido teórico y contenido práctico.

RECURSOS MATERIALES:

Papel, bolígrafos, power point, etc.

CRITERIOS Y PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN:

- Asistencia y participación al 100% del taller
- Cumplimentación de evaluación por escrito

CONCRECIÓN DE LAS COMPETENCIAS DOCENTES

- Línea Marco 1: Estrategias para la mejora del aprendizaje.
- Línea Marco 2: Estrategias para la convivencia positiva, educación inclusiva y la igualdad.
- Línea Marco 3: Estrategias para la empleabilidad a través de la formación profesional y el aprendizaje a lo largo de la vida.
- Línea Marco 4: Estrategias para mejorar el bienestar educativo.

PRECIOS E INSCRIPCIONES:

PRECIOS: 15€

INSCRIPCIONES: www.congresointeligenciaemocional.com

DIFUSIÓN:

Folleto de actividades, carteles, página web de la AAP y VI CIIEB, circular entre socios, enlaces en otras páginas web, redes sociales, etc.