

Curso online: Aprendizaje y práctica de la atención plena en el contexto del Trabajo Social. Gratuito.

Lugar: Plataforma Zoom.

Plazo de inscripción: hasta el 15 de octubre de 2020.

Teléfono de contacto: 956275601

Email de contacto: administracioncadiz@cgtrabajosocial.es

Precio: 0,00€ Gratuito

Horario: de 17:00 a 19:00, los días 29 de octubre, 12, 19 y 26 de noviembre de 2020.

RESUMEN: *Este curso pretende aproximar el Mindfulness al Trabajo Social. Utilizar la atención plena influye positivamente en la forma de relacionarte con los y las usuarias. Además, Mindfulness es una herramienta muy potente para los profesionales del Trabajo Social, a nivel personal y profesional, como una forma de autocuidado.*

Con la crisis económica provocada por el coronavirus, ha repuntado el número de casos que se asocian al “síndrome de burnout” en el Trabajo Social. Hay una sobrecarga laboral con nuevas demandas donde es necesario, en muchos casos, generar nuevas herramientas a nivel personal para hacer frente a estas nuevas situaciones. Por lo tanto, esta herramienta no solo es importante en las intervenciones con los y las usuarias sino también en el propio autocuidado, en la salud de los profesionales del Trabajo Social.

DOCENTE: Inmaculada Aparicio Gutiérrez. Colegiada número 11-766 por el Colegio Oficial de Diplomados en Trabajo social de Cádiz. Trabajadora Social, Antropóloga Social y Cultural, mediadora y Coach PCC certificada por ICF especialista en Mindfulness. Gerente de Motiva-te Gabinete social y coaching.

EMPRESA: Motiva-te gabinete social y coaching
www.motiva-te.com

DURACIÓN: 10 horas (Imprescindible asistir a todas las sesiones)

FECHA LÍMITE DE INSCRIPCIÓN: 15 octubre 2020.

FECHAS DE EJECUCIÓN DEL CURSO:*

- Seminario 1 - jueves, 29 de octubre de 17:00 a 19:00 horas.
- Seminario 2 - jueves, 5 de noviembre de 17:00 a 19:00 horas.
- Seminario 3 - jueves, 12 de noviembre de 17:00 a 19:00 horas.
- Seminario 4 - jueves, 19 de noviembre de 17:00 a 19:00 horas.

(Importante: las fechas límites de entrega de los cuestionarios son: cuestionario inicial 25 de octubre y cuestionario final 22 noviembre 2020)

LUGAR: Plataforma Zoom

OBJETIVOS DE LA FORMACIÓN:

1. Conocer el concepto de Mindfulness, su historia y familiarizarse con algunas de las prácticas que lo componen.
2. Conocer el uso de Mindfulness en el Trabajo Social.
3. Pararnos a analizar la aceptación radical de la realidad en el Trabajo Social.
4. Sentar las bases de la práctica de la autocompasión y conocer su utilidad en el Trabajo Social

CONTENIDOS:

Seminario 1. Introducción a la práctica del Mindfulness.
Seminario 2: Aceptación radical, Mindfulness y Trabajo Social.
Seminario 3: Mecanismos de acción en Mindfulness. Compasión.
Seminario 4: Práctica de la autocompasión y utilidad en el Trabajo Social.

METODOLOGÍA:

Básica:

El curso consta de cuatro seminarios online. Se establecerá un calendario al comienzo del curso donde se indique la fecha de su inicio y su finalización, asimismo se detallará los plazos de entrega de los cuestionarios (Las fechas límite de entrega de los cuestionarios son: cuestionario inicial 25 de octubre y cuestionario final 22 noviembre 2020)

Será obligatoria la asistencia a los cuatro seminarios y la cumplimentación de un cuestionario estandarizado de Mindfulness antes del comienzo del curso y otro tras su finalización.



Colegio Profesional de
TRABAJO SOCIAL
de Cádiz



MOTIVA-TE
GABINETE SOCIAL Y COACHING

Especifica:

Se recomendarán prácticas a realizar tras las distintas sesiones que comprenden el curso. Igualmente se facilitarán ejercicios complementarios voluntarios para aquellas personas que deseen explorar más, al igual que recomendaciones de lecturas o videos.

(Total 10 horas, 8 horas en seminarios y 2 horas para la cumplimentación de los cuestionarios y la realización de algunas prácticas recomendadas)

EVALUACIÓN: Obligatorio para todo el alumnado matriculado para superar la acción formativa y tener derecho a la emisión del certificado: Al finalizar el curso será evaluado la realización de los cuestionarios obligatorios, la asistencia, la implicación del alumnado en el curso y la realización de las prácticas recomendadas para la calificación global.

PERFIL DEL ALUMNADO: Profesionales del Trabajo Social. Estudiantes del Grado de Trabajo Social.

MEDIOS TÉCNICOS NECESARIOS: Ordenador con acceso a internet y disponibilidad de correo electrónico. Y además para la conexión necesitan audio y micrófono y mantener turno de palabra en cada sesión.

PROCEDIMIENTO PARA INSCRIBIRSE:

1. Enviar la ficha de inscripción al correo electrónico: administracioncadiz@cgtrabajosocial.es

CERTIFICACIÓN:

- El personal docente determina los criterios de idoneidad para emitir la certificación.
- La certificación será realizada y enviada por el CPTS de Cádiz únicamente por vía electrónica una vez finalizado y aprobado el curso y no superando los 3 meses, salvo excepciones previo aviso del Colegio.

AVISO LEGAL, CONDICIONES GENERALES DE CONTRATACIÓN Y POLÍTICA DE PRIVACIDAD

- Para la inscripción al curso se debe aceptar el “aviso legal”, las “condiciones generales de contratación y la “política de privacidad” (haz clic para acceder a toda la información) marcando la casilla correspondiente en el formulario de inscripción al que se accede pulsando “inscribirse”.



Colegio Profesional de
TRABAJO SOCIAL
de Cádiz



- Estas normas deberán ser aceptadas al realizar la inscripción en el curso.
- No serán admitidas las solicitudes con la documentación exigida incompleta.
- Si la documentación no se envía personalmente es necesario comprobar el envío de la misma.
- Se considerará como fecha de inscripción la de recepción de toda la documentación necesaria para la matriculación en el Colegio.
- En caso de que el curso se de baja por falta de matriculaciones se realizará la devolución del 100% del importe de la inscripción.
- Las anulaciones realizadas hasta 5 días naturales antes del inicio del curso tendrán derecho a la devolución del 80% del pago realizado. Posteriormente no existirá derecho a devolución alguna. No se devolverá el importe de la matrícula una vez enviadas, por parte de la secretaría, las claves para acceder al curso en caso de formación online o cuando este comenzado el curso en caso de formación presencial o semipresencial.