

CURS

ELS 4 CONEIXEMENTS CLAU PER MILLORAR LES RELACIONS

A CASA, L'ESCOLA I L'INSTITUT



Consciència Educativa

Gestió Emocional d'Equips

Autoconeixement i Transformació Personal

www.annaserradolcet.com



OBJECTIUS

- Conèixer més àmpliament les **qualitats** d'un/a mateix/a i de cada fill/alumne per saber-ho **comprendre i acompanyar**.
- Potenciar les característiques úniques de cadascú com a pilar bàsic per generar una sòlida **autoestima** i **èxit** en la vida.
- Veure les **febleses** com a parts necessàries per a l'aprenentatge i creixement saludable.
- Generar **eines** per a una **convivència** positiva i constructiva.
- Comprendre que necessita cada persona per a sentir-se **respectada, valorada i reconeguda**.

CONTINGUTS

Els Temperaments: Claus per Comprendre les Relacions Humanes.

Qualitats i Reptes

Temperament FOC: Potenciant la Fortalesa i la Noblesa

- Característiques principals
- Qualitats i Potencialitats
- Emocions a equilibrar:
 - Expressions d'una **ràbia i agressivitat** desequilibrades
- Eines pedagògiques





Temperament AIGUA: Potenciant l'Objectivitat i la Perseverança

- Característiques principals.
- Qualitats i Potencialitats
- Emocions a equilibrar:
 - Expressions d'una **mandra i passivitat** desequilibrades
- Eines pedagògiques

Temperament AIRE: Potenciant la Iniciativa i la Creativitat

- Característiques principals.
- Qualitats i Potencialitats
- Emocions a equilibrar:
 - Expressions d'una **dispersió i nerviosisme** desequilibrats
- Eines pedagògiques

Temperament TERRA: Potenciant la Confiança i l'Empatia

- Característiques principals.
- Qualitats i Potencialitats
- Emocions a equilibrar:
 - Expressions d'una **por i introversió** desequilibrades
- Eines pedagògiques





METODOLOGIA

- El curs es basa en l'aportació de **coneixements** que fomentin la **reflexió**, la **presa de consciència**, l'autoconeixement i l'adquisició d'**eines** interiors i educatives.
- Es proposen **vivències** i **exercicis pràctics**, individuals i en grup, per integrar els coneixements.
- Es treballaran **casos pràctics** que plantegin els assistents a la formació.
- Es donaran **per escrit les idees clau** de cada sessió de formació.
- Formació Presencial o Online

DESTINATARIS

- Professionals de l'Educació i la Salut que treballen amb infants i adolescents i Famílies

TEMPORALITZACIÓ

- Formació de 12/16 hores

