



CURS PRESENCIAL

Neurociència de l'adaptació i l'actitud positiva

3, 10, 17 i 24 maig de 2023

Presentació

Afortunadament l'organisme té capacitat d'adaptació. Amb el cervell succeeix una cosa semblant, perquè pot "ser flexible" per a adaptar-se a les exigències de l'ambient i de congèneres. No obstant això, no tothom té aquesta capacitat d'adaptació, i/o de manteniment d'una actitud positiva, sobretot davant d'adversitats o d'incerteses. El repte és ser conscient dels mecanismes que estan en joc, i desenvolupar capacitats per a afrontar aquestes vicissituds, sobretot quan la tasca és atendre situacions emergents i de naturalesa canviant de persones amb necessitats

Objectius

- Saber diferenciar els estats emocionals adaptats i des adaptats de la ciutadania.
- Conèixer l'impacte i conseqüències de les emocions socials (vergonya, culpa i orgull)
- Descobrir com funciona la consciència i els nivells d'atenció.
- Investigar i aclarir les creences potenciadores i limitants dins de la intervenció i el seu efecte.
- Concretar les funcions i el sentit del rol que s'exerceix.
- Saber portar a la ciutadania als Captadors Emocionals Positius (CEP) per a millorar la intervenció.
- Explorar com funciona el "jo" en la persona, i com utilitzar-lo.
- Aprofundir en les llums i les ombres de l'acte-estima.
- Emprar el re enquadrament i la persuasió en la intervenció.
- Aprendre a liderar la intervenció.



programa

Emocions adaptades i des adaptades.

Emocions socials (vergonya, culpa i orgull) i les seves funcions.

Consciència i els nivells d'atenció.

Creences potenciadors i limitants

Funcions i sentit del rol.

Captadors Emocionals Positius (CEP) i Captadors Emocionals Negatius (CEN)

El "jo" en la persona i com funciona.

L'auto-estima i les seves peculiaritats.

Competències socials: re enquadrament i la persuasió.

Elements del lideratge en la intervenció

Metodologia

El plantejament metodològic és teoricopràctic (35-65%), i gira al voltant dels 3 nivells bàsics de la realitat personal (cognitiva, emocional i física). S'aborden parcel·les d'autoconeixement i anàlisi d'experiències personals. Aquests elements confereixen estadis de reflexió que conviden a l'aprenentatge transformacional en relació a com s'atenen la ciutadania i com millorar aquesta atenció, tenint en compte la importància de no caure en l'esgotament emocional.

La formació dóna molt pes a la comunicació verbal, i accentua, la importància de la comunicació no-verbal, especialment rellevant per a guanyar coherència i funcionalitat en els missatges, atenció, etc. En definitiva: saber adaptar-se, mitjançant supòsits molt pràctics entre els mateixos participants.

En acabar cada sessió, els/les participants elaboraran el seu propi Pla d'Acció i Millora (PAM) per a portar-lo a la pràctica, i després reprendre'l en la següent sessió amb l'afany d'assimilar els continguts de la formació, i resoldre dubtes.



Docent

Joaquín Muñoz. Llicenciat en Sociologia i Màster en Intel·ligència Emocional per la Universitat de Barcelona; diplomat en Treball Social i Màster en Acció Participativa per la UPO (Sevilla); amb més de 20 anys treballant amb persones. És especialista en intel·ligència emocional i en com atendre les persones, practicant i formador en mindfulness, amb alt coneixement sobre dinàmiques grupals; expert a l'hora de treballar i desenvolupar competències i habilitats en els participants mitjançant accions vivencials. Conferenciant, escriptor i melòman practicant.

Lloc de realització

UPF-BSM (Barcelona School of Management).

Universitat Pompeu Fabra.

Balmes, 134. Barcelona

Durada

16 hores

Horari

De 9.30 a 14.00 hores (amb 30 minuts de pausa)

Destinatari

Personal d'atenció a la ciutadania de l'administració local catalana.

Certificat

Es lliurarà un certificat d'assistència a les persones que acreditin la participació al 80 per cent de les hores lectives de **tres sessions**, com a mínim, i d'aprofitament si realitzen adequadament els exercicis proposats pel docent, acreditant l'assoliment dels coneixements bàsics del curs.

Inscripcions

El termini d'inscripció finalitza el dia **26 d'abril de 2023**. La inscripció és gratuïta i el nombre de places és limitat. Per a la selecció de les inscripcions es tindrà en compte la cobertura territorial (s'afavorirà la participació del màxim nombre d'ajuntaments possible) i l'ordre de recepció de les sol·licituds. La formalització de la inscripció es farà per mitjà del formulari que trobareu al web de la Federació: www.fmc.cat.

Organitza:

Federació de Municipis de Catalunya

