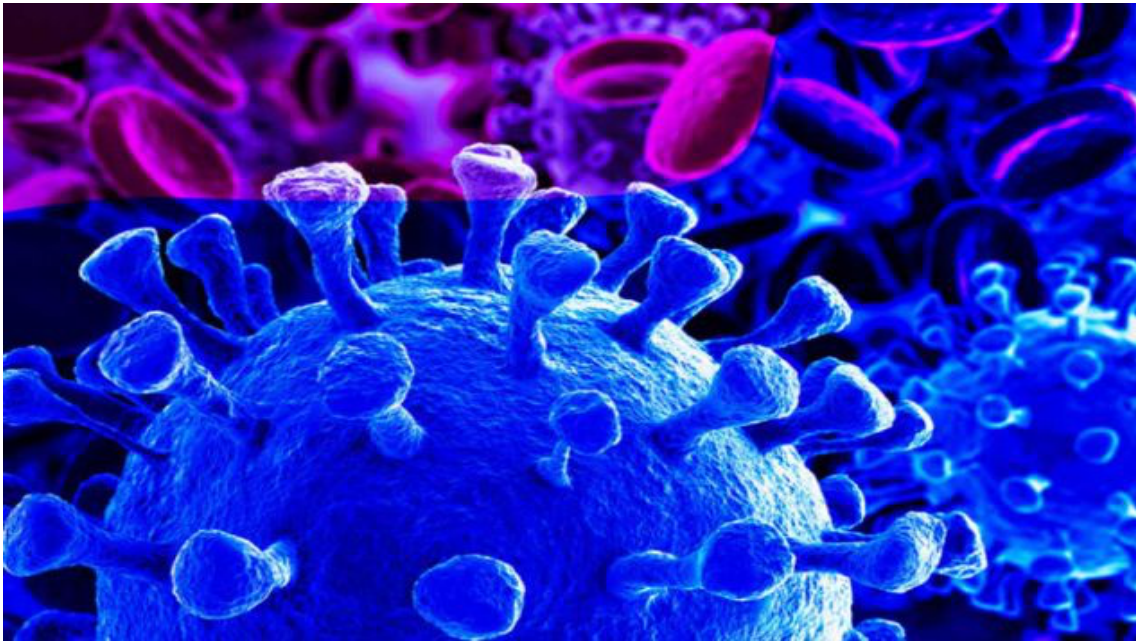


---

## LA RESILIENCIA EN TIEMPOS DE CRISIS



**IVAPEC**  
**INSTITUTO VALENCIANO DE PEDAGOGÍA**  
**CREATIVA**

## JUSTIFICACIÓN

**LA ADVERSIDAD FORMA PARTE DE NUESTRAS VIDAS, POR ELLO ES FUNDAMENTAL CONTAR CON RECURSOS QUE NOS CAPACITEN PARA AFRONTARLA SIN FOCALIZAR NUESTRA ATENCIÓN EN LOS PROBLEMAS.**

**DURANTE ESTE MES NUESTRAS VIDAS HAN CAMBIADO, NUESTROS NIÑOS SE HAN VISTO AFECTADOS VIVIENDO UNA SITUACIÓN VITAL COMPLICADA MIENTRAS QUE SUS PADRES QUIZÁ HAN SUFRIDO UN ERTE O UN CIERRE DE SU EMPRESA. DEL MISMO MODO, MUCHOS DOCENTES SE HAN VISTO OBLIGADOS A CAMBIAR SU FORMA DE TRABAJAR Y REINVENTAR LA DOCENCIA A DISTANCIA.**

**LAS RESPUESTAS DE LOS DOCENTES EN EL CENTRO ESCOLAR DEPENDERÁN EN GRAN MEDIDA DE LA ACTUACIÓN QUE SE DESARROLLE EN ESTE MOMENTO DE VULNERABILIDAD.**

**CIERTAS ACTITUDES COMO EVITAR LA NEGATIVIDAD, LA INDECISIÓN O FOMENTAR EL OPTIMISMO SON CLAVES. SIN EMBARGO, ANTE LA EXISTENCIA DE ESTOS RECURSOS SURGE LA SIGUIENTE CUESTIÓN; ¿CÓMO HACERLO?**

**SE PROPONE EL PROYECTO DE FORMACIÓN “LA RESILIENCIA EN TIEMPOS DE CRISIS”, QUE INCLUYE DIVERSAS ACTIVIDADES QUE POSIBILITAN LA MEJORA DE LA GESTIÓN EMOCIONAL DESDE UN ENFOQUE QUE PERMITE HACER PROPIO EL INTERÉS DE LAS PERSONAS POR CADA FAMILIA DE LOS TRABAJADORES /AS QUE LA COMPONEN. ES UNA OPORTUNIDAD ACERCA DE CÓMO VENCER LAS CRISIS, LA CAPACIDAD DE RESILIENCIA Y LA ADQUISICIÓN DE HERRAMIENTAS PARA AFRONTAR NUEVOS RETOS.**

## **OBJETIVOS**

- **DOTAR DE RECURSOS AL PROFESORADO PARA GESTIONAR ESTA NUEVA SITUACIÓN**
- **GESTIONAR EL LIDERAZGO EN MOMENTOS DE CRISIS**
- **FAVORECER UNA MAYOR COMPETENCIA LABORAL DE LOS PROFESIONALES**
- **PREVENIR EL ABSENTISMO LABORAL COMO RESULTADO DEL ACOMPAÑAMIENTO EMOCIONAL**
- **GENERAR ACCIONES CONCRETAS DE CUIDADO DEL PROFESORADO**

## **METODOLOGÍA**

**LA METODOLOGÍA DE ESTE PROYECTO SE BASARÁ EN EL USO DE UN WEBINAR, HERRAMIENTA INTUITIVA, PRÁCTICA Y ÚTIL.**

**EXISTEN TRES NIVELES: CADA NIVEL INCLUYE DOS SESIONES ON – LINE Y TAREAS PARA REALIZAR DE MANERA INDIVIDUAL.**

**LAS SESIONES ONLINE QUEDARÁN GRABADAS PARA SER CONSULTADAS DE NUEVO SIEMPRE QUE SE DESEE.**

## PROGRAMA

**\*EL COMIENZO DE UNA NUEVA ETAPA PROFESIONAL: REDISEÑANDO ESTRATEGIAS.**

**\*REINVENTANDO LA DIDÁCTICA; ¿CÓMO HACERLO?**

**\*PERSPECTIVAS Y PARADIGMAS: GESTIÓN EMOCIONAL.**

**\*CONTENIDOS CLAVE:**

**1. LA PERSONALIDAD**

**2. ESTILO DE AFRONTAMIENTO DE LOS PROBLEMAS, RESPUESTA A LA PRESIÓN: ANSIEDAD, ESTRÉS, EQUILIBRIO**

**3. CONCEPTO DE RESILIENCIA**

**4. LA PERCEPCIÓN DE LA REALIDAD**

**5. COAYUDANTES: LAS RELACIONES INTERPERSONALES, EL AUTOCUIDADO SUEÑO, ALIMENTACIÓN, ACTIVIDAD FÍSICA, LA CAPACIDAD DE REFLEXIÓN.**

**6. EXPECTATIVAS PRESENTES Y FUTURAS**

**7. ORIENTACIONES PARA MEJORAR EN LA FAMILIA LA RESILIENCIA FRENTE AL ESTRÉS PROVOCADO POR LA PANDEMIA COVID 19**

**\*CONCLUSIONES**

## TIMING

**DURACIÓN DEL CURSO: 3 SEMANAS**

**-CADA SEMANA SE REALIZARÁ LA SESIÓN SESIÓN ONLINE QUE CORRESPONDA + TAREAS SUGERIDAS PARA LLEVAR A CABO DE MANERA INDIVIDUAL**



**PONENTES:**

**MAR SÁNCHEZ MARCHORI: DRA. EN PEDAGOGÍA; TÉCNICO EN  
MÁRKETING; FORMADORA DE EQUIPOS EDUCATIVOS Y FAMILIAS**

**MAR GARCÍA SÁNCHEZ: ORIENTADORA ESCOLAR, PSICOPEDAGOGA  
Y FORMADORA DE EQUIPOS EDUCATIVOS Y FAMILIAS**