

<b>06B INTELIGENCIA EMOCIONAL PARA LA PREVENCIÓN DE RIESGOS PSICOSOCIALES COVID-19 (TARDE)</b>	
<b>Tipo</b>	<b>FEDERATIVO</b>
<b>Docente:</b>	<b>PABLO VILLANUEVA</b> Coach, facilitador de aprendizaje y Consultor de Desarrollo Organizacional. Eclosión Coaching
<b>Destinatarios preferentes:</b>	Todo tipo de profesionales
<b>Duración:</b>	8 horas
<b>Fecha/s:</b>	17 y 24 de septiembre.
<b>Horarios:</b>	De 16:00 a 20:00 hs
<b>Plazas:</b>	20
<b>Lugar:</b>	<b>AULA VIRTUAL: PLATAFORMA ZOOM</b>
<b>Coordinación:</b>	<b>Inma Martín.</b> PLENA INCLUSIÓN CYL. Teléfonos: 983320116 / 667315940. Email: <a href="mailto:formacion@plenainclusioncyl.org">formacion@plenainclusioncyl.org</a>
<b>Link a las sesiones de ZOOM</b>	<b>17 de septiembre de 2020</b> <b>De 16:00 a 20:00 hs. Por favor, sed puntuales.</b> Sesión 1 curso 06B.- INTELIGENCIA EMOCIONAL PARA LA PREVENCIÓN DE RIESGOS PSICOSOCIALES POST COVID 19 <b>Unirse a la reunión Zoom:</b> <a href="https://zoom.us/j/95712839951">https://zoom.us/j/95712839951</a>
	<b>24 de septiembre de 2020</b> <b>De 16:00 a 20:00 hs. Por favor, sed puntuales.</b> Sesión 2 curso 06B.- INTELIGENCIA EMOCIONAL PARA LA PREVENCIÓN DE RIESGOS PSICOSOCIALES POST COVID 19 <b>Unirse a la reunión Zoom:</b> <a href="https://zoom.us/j/93425048194">https://zoom.us/j/93425048194</a>
<b>IMPORTANTE:</b>	Asegúrate de conectarte desde un dispositivo con cámara y micrófono, y con buena conexión wifi.

## FUNDAMENTACIÓN

Diferentes estudios médicos en todo el mundo están resaltando la necesidad de apoyar a perfiles socio-sanitarios en la amortiguación de posibles síntomas de estrés postraumático, en diferentes grados, como fruto de los esfuerzos físicos y psicológicos realizados durante la pandemia.

Investigaciones llevadas a cabo por Zunin y Meyers anticipan una situación (que ya está ocurriendo) de fuerte desánimo y agotamiento como resultado de todo lo vivido. Si no se atenúa y gestiona este "valle emocional" puede afectar a la salud de la plantilla y a la calidad de los servicios prestados por las entidades. También se pueden dar impactos negativos en el clima laboral y en la motivación personal.

## OBJETIVOS.

- Dotar a los participantes de herramientas que prevengan o atenúen la posibilidad de aparición de riesgos psicosociales.
- Aprender enfoques que, desde la Inteligencia Emocional, nos sirvan para afrontar situaciones sobrevenidas.
- Integrar la Inteligencia Emocional como un Equipo de Protección Individual y Colectivo en situaciones complejas.

## CONTENIDOS.

### MÓDULO I: PRINCIPALES RIESGOS PSICOSOCIALES AL AFRONTAR LA ACTUALIDAD

- Estrés clásicos y nuevos estresores con los que convivir.
- Irritabilidad y conductas derivadas de la irascibilidad.
- Burnout y desgaste profesional.
- Otros posibles riesgos emergentes.

### MÓDULO II: INTELIGENCIA EMOCIONAL COMO ESTRATEGIA DE PROTECCIÓN PERSONAL Y COLECTIVA

- Algunas evidencias y estudios científicos sobre el carácter preventivo y reparador de la Inteligencia Emocional
- Gestión de la escalada emocional y manejo del contagio emocional
- Optimismo inteligente y psicología positiva
- Empatía para la humanización de los entornos laborales.
- Descanso interior y estrategias de afrontamiento.

## METODOLOGÍA

- Aula virtual, profesor y alumnos conectados en tiempo real, con apoyo de ejercicios que se enviarán a los alumnos por e-mail.
- Se ruega puntualidad en la asistencia para poder optimizar el aprovechamiento del curso desde su inicio.
- No se puede asistir a la segunda sesión sin haber asistido a la primera.
- Asegurarse de iniciar la sesión desde un dispositivo con buena conexión wifi, cámara y micrófono.

### Organiza:



### Colabora:

