

MLL/mlpc/alq

NOMBRE CURSO	PREVENCIÓN DE RIESGOS PSICOSOCIALES: FORTALECIENDO LA CONFIANZA, RELAJANDO EL MIEDO EN EL ÁMBITO LABORAL (2019FI006_01)
CARGA LECTIVA	6 HORAS
PLAZAS OFERTADAS	25
PERSONAL DESTINATARIO	Personal empleado público local de la Diputación de Cádiz
FECHA DE INSCRIPCIÓN	Del 26 de marzo hasta el 15 de mayo.
FECHAS CELEBRACIÓN	30 de mayo y 6 de junio (horario de tarde , de 17:00 a 20 horas)
MODALIDAD	PRESENCIAL
LUGAR DE IMPARTICIÓN	Diputación de Cádiz. Sala de Comisiones del Palacio Provincial (pendiente de confirmar)
OBJETIVO DESCRIPCIÓN	<p>El objetivo del taller es incrementar la confianza en el ámbito laboral al objeto de mejorar la creatividad y la salud psicosocial en el trabajo.</p> <p>El miedo y la confianza son dos procesos opuestos e interconectados. El miedo es una emoción con una función protectora que implica cierre y contracción para proteger situaciones de vulnerabilidad. La confianza es una actitud de apertura y de expansión, que se desarrolla cuando confiamos en lo que sentimos, en lo que somos y en nuestras capacidades y talentos.</p> <p>Relacionarnos desde el miedo o la confianza incide tanto en la propia percepción de la realidad de nosotros mismos de forma que incide en nuestra salud mental, cómo en las relaciones que establecemos en los equipos de trabajo y con la propia organización que influye en la "salud relacional".</p> <p>Con este taller se pretende iniciar un proceso de exploración de estas emociones al objeto de mejorar nuestra relación con nosotros mismos y con las demás personas en el ámbito laboral.</p>
CONTENIDOS	<ul style="list-style-type: none"> • Comprensión desde la neurociencia sobre la función del miedo. • Práctica corporal y vivencial (bioenergética) : <ul style="list-style-type: none"> ○ Trabajo práctico sobre los miedos y relajación de los mismos. ○ Fortalecimiento de la confianza en el ámbito laboral.
DOCENTE	Jose Luis Moreno Campos. Psicólogo sanitario. Formación en Psicoterapia de Análisis Bioenergético por el International Institute for Bioenergetic Analysis (IIBA) en 1989. Supervisor y formador Local del IIBA. Ejercicio profesional desde 1992.

Código Seguro De Verificación:	cmGaqz012Ysb2u32SDK6kw==	Fecha	18/03/2019
Normativa	Este documento incorpora firma electrónica reconocida de acuerdo a la Ley 59/2003, de 19 de diciembre, de firma electrónica.		
Firmado Por	Mercedes Luqué López		
	María Luisa Piñero Castro		
Url De Verificación	https://www3.dipucadiz.es/verifirma/code/cmGaqz012Ysb2u32SDK6kw==	Página	1/1

