



# Gestió de conflictes i emocions intenses

ACOMPANYAR LES EMOCIONS DELS INFANTS I ELS ADOLESCENTS I A LES SEVES FAMÍLIES

## CURS ANUAL per a PROFESSIONALS

**Curs** reconegut pel Departament d'Ensenyament de la Generalitat de Catalunya

### INTRODUCCIÓ

Actualment estem vivint en una estructura familiar i social de canvis estructurals, no sempre senzills de gestionar a nivell emocional. Tant les famílies, com els infants i els adolescents, ens demanen sovint que els acompanyem en el seu fer diari, en moments de crisi, de pressions emocionals (laborals, de separacions, de pèrdues, d'angoixes...) Disposar d'elements de coneixement, reflexió i d'eines per tal de poder gestionar millor aquest món emocional, és l'objectiu central d'aquest curs.



Per això, el curs està adreçat a professionals de diferents àmbits laborals (educatiu, social, sanitari o terapèutic), que treballin amb infància, adolescència i/o famílies. El treball d'interdisciplinar en aquests cursos, és d'una gran riquesa per poder treballar en xarxa i tenir una mirada que ens apropa i ajuda.

La dinàmica del curs, tindrà una part teòrica, aportada pels formadors experts en aquests temes, i experimentats en ells. I al mateix temps, a partir de les seves aportacions pràctiques, i l'experiència i vivència del grup, com a procés d'aprenentatge actiu i constructiu.

Durant tot el procés, hi haurà una tutorització, per tal de donar coherència a la totalitat del curs. El grup serà reduït (no superior a 20 persones).

Es podrà obtenir una certificació d'hores, si s'assisteix a un 80% del curs.

Per tal d'inscriure's caldrà fer el pagament de la matrícula i domiciliar el pagament mensual, omplint el full d'inscripció i enviar-lo per correu electrònic.

# PROGRAMA

**Dirigit a:** Professionals que treballin amb infància, adolescència, i/o famílies, en l'àmbit educatiu (de qualsevol nivell educatiu), terapèutic, sanitari o social.

**Calendari:** un dissabte al mes amb horari de 10 a 14 i de 16 a 20 hores i 3 sessions de constel·lacions com a representants.

## Objectius:

- Aprofundir en el coneixement de l'evolució del món emocional, des del naixement fins a l'adolescència.
- Prendre consciència dels elements psicològics que impulsen i influeixen en les nostres emocions intenses i en la generació de conflictes.
- Aprendre diferents referents i teories psicològiques que ens permetin entendre, interpretar i acompanyar aquestes situacions emocionals intenses.
- Conèixer i practicar diferents eines pedagògiques per tal de poder ajudar a gestionar els conflictes en i amb els infants, els joves i les seves famílies, així com les nostres pròpies.
- Ampliar el coneixement de nosaltres mateixes, per tal de ser un referent i poder estar en la màxima consciència personal en les situacions emocionals difícils que passen els nostres alumnes, famílies, pacients, clients,.. en el nostre àmbit professional.
- Tenir eines per a la comprensió dels símptomes i signes que fan els infants, en formes intenses emocionals, per poder traduir i actuar amb més eficàcia.
- Posar consciència i vivenciar la complexitat que comporten les respostes emocionals, i la seva vinculació amb la supervivència i la creació dels caràcters.
- Aprendre més sobre les emocions bàsiques, secundàries i sistèmiques, per poder gestionar-les i acompanyar a les famílies i els infants en etapes delicades.
- Veure diferents formes pedagògiques i educatives per crear espais i ambients rics per afavorir el creixement respectuós dels infants.
- Aprofundir en diferents llenguatges, per poder expressar les pròpies emocions, a través de la seva pràctica.
- Aprendre aspectes claus per a la observació i la documentació, com a eines essencials per



- l'acompanyament respectuós.

## Temàtiques:

- Evolució emocional des de d'infància a l'adolescència
- Peces del motor emocional.
- Tipus d'emocions: primàries, secundàries i sistèmiques
- Necessitats i desitjos d'infants i adolescents
- El sistema familiar i les seves implicacions emocionals
- Vincles i relacions dins i fora de la família
- Creació del caràcter. Màscara per sobreviure
- Eines sistèmiques per comprendre i acompanyar als infants i als adolescents
- Ràbia i agressivitat. La gestió dels conflictes.
- La por. De la fusió a l'autonomia.
- Les pèrdues. Afecció i desafecció.
- L'alegria de ser. Autoestima i reptes personals.
- L'amor i la seva grandesa.
- Actituds a desenvolupar per l'acompanyament emocional
- Creences i expectatives familiars i les seves herències.
- Gestió de la dinàmica dels grups, a partir d'eines sistèmiques.
- L'aprenentatge: joc i entorns rics que ho afavoreixen.
- Llenguatges per l'expressió emocional:
  - Llenguatge Corporal.
  - Llenguatge verbal i Llenguatge metafòric a través dels contes.
  - Arts plàstiques i Llenguatge Musical.
  - Observació dels processos de vinculació afectiva.
  - La documentació. Font de recerca i coneixement emocional dels infants

## Continguts de l'activitat

### Mòdul 1. SIMBIOSIS FAMILIAR. MIRADA SISTÈMICA.

**Sílvia Palou** OCTUBRE

- **La família com a sistema.** La complexitat com a marc de treball.
- **El lloc que ocupa cadascú a la família.** Pertinença, equilibri, jerarquia.
- **Tipologia de famílies:** implicacions emocionals de les tipologies
- **Els vincles i les relacions familiars.** Lleialtats, fidelitats, secrets, repeticions, mites,..
- **Les generacions.** Les vinculacions i convivència amb la pròpia generació i les altres .
- **El símptoma com a una oportunitat.** Mirar a les solucions més que als problemes.
- Els **moviments sistèmics**, amb objectes i **imatges**.
- El **lloc** que ocupa el professional. Mirada perifèrica i contextualització.
- Exemples** pràctics i dinàmiques.

## **Mòdul 2: CONFLICTES I ACOMPANYAMENT..**

**Carles Parellada** NOVENBRE

- **Dinàmiques de grup:** el meu lloc al grup, paral·lelismes amb el familiar
- **El conflicte** com a generador de canvis profunds: la demanda inconscient
- Les **entrevistes** o trobades individuals i grupals. Estratègies i eines.
- Els **rituals**. Crear contextos que connectin amb l'amor.
- La **intenció**. Acompanyament estratègic, educatiu i terapèutic
- **L'apropament i l'acolliment**. Afectes i límits.
- **El comiat que ens empodera**. Actituds i responsabilitats.
- **Actituds** que acompanyen: ordres de l'ajuda
- Exemples** pràctics i dinàmiques.

## **Mòdul 3: EMOCIONS PRIMÀRIES, SECUNDÀRIES I ADOPTADES.**

**Sílvia Palou** DESEMBRE

- Ingredients emocionals:** pulsionals, heretats i sistèmics
- Control homeostàtic;** Ampliar la mirada sobre el "voler" i el "poder" gestionar el món emocional
- Tipus d'emocions:** Conèixer els tipus d'emocions i les seves dinàmiques
- Ecologia emocional:** Compartir eines per a millorar la comunicació amb les famílies i amb l'equip.
- Equilibri entre el jo i els altres:** mirades perifèriques, cultura de la complexitat, vivències temporals.
- Vivències emocionals infantils:** ràbia, por, pèrdua, alegria, amor.
- Exemples** pràctics i dinàmiques.

## **Mòdul4:IDENTITAT I CARACER.**

**Sílvia Palou** GENER

- Caràcter i Essència:** etapes de la simbiosis a la identitat
- Necessitats bàsiques:** seguretat, autonomia i amor
- Impulsos primaris:** tendresa i agressivitat. Reflexos arcaics
- Estructuració del caràcter:** caràcters emocionals, corporals i mentals
- Expressió emocional:** com treuen el dolor els infants? Com entendre'ls?
- **El propi cos.** Eina bàsica de comunicació i expressió. Els bloqueigs i màscares
- Exemples** pràctics i dinàmiques.

## **Mòdul 5: LLENGUATGE VERBAL:**

**Teresa Feliu i Alícia Molina** FEBRER

- La paraula i els relats** com a expressió emocional. Valor vinculant de la Llengua materna
- **Desenvolupament neurosenorio motor** des de la concepció fins a la primera infància.
- Importància de la bona **estimulació sensorial** per poder mostrar les emocions.
- **Lateralitat** auditiva i d'altres paràmetres importants a observar.
- **Teories** de: R. Steiner, B. Padovan, A.A. Tomatis, Reflexes Primaris.
- Recursos i eines de gestió emocional a través del **conte: relats i símbols**. Propostes

## **Mòdul 6: LLENGUATGE CORPORAL.**

**Gemma Bosch** MARÇ

- El cos maternal, primer fil emocional. **Respecte** i actitud de **presència**. Propostes
- L'**escolta** del propi cos com a paràmetre de gestió emocional a la feina
- Treballs de **respiració i de consciència corporal**.
- El **cos parla**. Mirall de les històries emocionals vitals. Propostes

## **Mòdul 7: OBSERVACIÓ I DOCUMENTACIÓ.**

**Maria Antonia Riera** ABRIL

- Observar** per a comprendre i acompanyar.
- Observació i acompanyament al **vinclle materno-infantil**.
- Eines d'observació**. Exemples d'observació a partir del al mètode de Esther Bick (Anglaterra)
- Documentar** el procés expressiu, per a crear un relat i generar noves propostes. Exemples

## **Mòdul 8: LLENGUATGE ARTÍSTIC.**

**Mercè Pena i Mercè Parès** MAIG

- Generar **imatges i diàlegs** a través de la mirada simbòlica. Propostes
- El llenguatge plàstic i artístic com a vehicle d'expressió i transformació personal. Propostes.
- La **música** com a connector directe al cor. Propostes

## **Mòdul 9:TANCAMENT DE LA FORMACIO: Mirada sistèmica**

**Sílvia Palou** JUNY

- Recull **conclusions** a través d'**eines sistèmiques**
- Seguiment i avaluació del procís personal i Professional** fet per a cada participant en la formació.
- Avaluació del curs** per part dels participants.

## Metodologia:

- Les sessions seguiran una combinació entre teoria i pràctica, per tal de poder compartir i vivenciar aquells continguts que es desenvolupin en cada sessió.
- En tots els mòduls hi hauran propostes dinàmiques per tal de poder sentir en el propi cos, les eines i referències teòriques apreses.

## Hores de durada i dates

- Curs anual, de 70h, 56h presencials i 14 de pràctiques i feina del alumnat.
- Un dissabte al mes de 10 a 14h i de 16 a 20h., les presencials
- D'octubre a juny.

## Formadors i formadores

**Sílvia Palou:** Mestre i psicòloga, formada en Educació i teràpia emocional, Pedagogia Sistèmica i Constel·lacions Familiars. Co-directora del Post Grau de la Universitat de Girona i Vicepresidenta de l'Associació de MES (Moviment educatiu sistèmic )

**Carles Parellada,** llicenciat en Magisteri, Màster en psicomotricitat, pedagogia sistèmica i teràpia familiar. President de l'Associació d'Educació sistèmica de Catalunya (MES).

**Maria Antònia Riera,** doctora en Pedagogia. Responsable dels Estudis de Grau d'Educació Infantil i és director del Màster oficial de la UIB .

**Teresa Feliu,** llicenciada en Filosofia. Mestre d'Educació Primària. Postgrau de patologia del llenguatge. Formació en audio-psico-fonologia (Mètode Tomatis) a Barcelona i París.

**Mercè Parés,** llicenciada en Magisteri. Especialista en música i formadora. Sotsdelegada dels Serveis Territorial del Baix Llobregat. Experta en assessorament a equips formatius.

**Mercè Pena,** mestra i màster en pedagogia sistèmica. Formadora dels màster de P. S de les UDG i URV. Membre de la Junta de MES (Associació educativa sistèmica)

**Gemma Bosch:** Llicenciada en I.N.E.F i Terapeuta Corporal Integrativa (T.C.I). Professora de secundària i batxillerat.

**Alicia Molina:** Alterna l'activitat de narradora oral amb sessions de contes per a nens i per a adults, que inicia el 1997. Professora de català a nens, a adults i actualment ho fa a batxillerat i Curs Pont.

Hi haurà una tutora per fer un seguiment a totes les sessions.

**Acreditació:** 72h reconegudes pel departament d'ensenyament de la Generalitat de Catalunya (en procés). **Certificat:** caldrà assistir a un 80% del curs.