

CUIDADO A QUIENES EDUCAN

BIENESTAR EMOCIONAL, GESTION DEL DUELO Y
PREVENCIÓN DEL BURNOUT

Código ID CURSO: 586921

PARA QUIÉN

Dirigido a docentes y equipos educativos que deseen fortalecer su bienestar emocional, prevenir el burnout y acompañar al alumnado en situaciones difíciles

"Quien cuida de sí mismo está en mejores condiciones de cuidar, inspirar y transformar la vida de sus alumnos"

Centrado en 5 áreas clave
del bienestar docente

Bienestar emocional

Mindfulness educativo

Prevención del burnout

Gestión del estrés

Gestión del duelo

Los participantes analizan casos reales, practican estrategias de autocuidado y desarrollan recursos para promover el bienestar emocional en la comunidad educativa

**ENFOQUE
METODOLÓGICO**
Aprendizaje vivencial

PROGRAMA ACADÉMICO - 5 TALLERES

30 horas

1 Bienestar emocional y autocuidado
Autocuidado, educación emocional, estrategias de intervención y creación de redes de apoyo docente

2 Prevención del burnout
Factores de riesgo, síntomas, detección temprana y estrategias para prevenir el desgaste profesional

3 Pedagogía del duelo
Acompañamiento emocional, tipos de duelo, apoyo a las familias e intervención educativa

4 Gestión del estrés
Biodiversidad, orientación, educación ambiental y diseño de actividades interdisciplinarias

5 Gestión del estrés
Hábitos saludables, regulación emocional, descanso, resiliencia y sostenibilidad profesional



Evolearn360 Erasmus



Evolearn360.com



+34623590498



erasmus@evolearn360.com



erasmus.evolearn360



Erasmus+