

PARA QUIÉN

Dirigido a docentes que deseen prevenir el burnout, fortalecer su bienestar emocional y crear aulas emocionalmente saludables

"Cuidar el bienestar del docente es el primer paso para transformar el aprendizaje de sus alumnos"

Centrado en 6 áreas clave
del bienestar docente

Burnout y bienestar
emocional

Gestión emocional

Era digital y salud mental

Habilidades cognitivas

Comunicación y liderazgo

Plan de intervención

Los participantes analizan evidencias científicas, resuelven casos reales y diseñan estrategias neurodidácticas aplicables a su práctica docente

ENFOQUE METODOLÓGICO

Entrenamiento vivencial

PROGRAMA ACADÉMICO - 6 TALLERES

30 horas

1 Comprender el burnout docente
Burnout, síntomas, causas, factores de riesgo y evaluación del contexto educativo personal

2 Gestión emocional y equilibrio personal
Emociones, pensamiento, estrés, resiliencia y estrategias para recuperar el equilibrio emocional

3 Bienestar en la era digital
Impacto de la tecnología, sobrecarga mental, expectativas y hábitos para reducir el estrés

4 Habilidades cognitivas y motivación
Atención, motivación, hábitos, comunicación y estrategias para afrontar la desmotivación escolar

5 Docentes como referentes emocionales
Comunicación, gestión de conflictos, desarrollo del talento y prevención del burnout en el alumnado

6 Plan de bienestar para el aula
Diseño, presentación y evaluación de un programa de bienestar emocional aplicable al centro educativo



Evolearn360 Erasmus



Evolearn360.com



+34623590498



erasmus@evolearn360.com



erasmus.evolearn360



Erasmus+