

## Entrenamiento en Bienestar Social para los Profesionales de Servicios Sociales

Formació continua



Inscribirme



Modalitat  
Presencial



Del 03/05/2023  
al 11/05/2023



15 hores hores



PDF  
Curs



Informació de  
Matrícula



0€



Disculpeu, aquest contingut està disponible només en castellà. Pendent traducció al valencià

### PRESENTACIÓN

El entrenamiento para el bienestar basado en prácticas contemplativas (EBC) tiene como objetivo entrenar las habilidades psicológicas que se ha visto de forma científica que tienen relación con el bienestar psicológico. Con ello, pretendemos reforzar el bienestar psicológico y enriquecer la práctica profesional de los y las profesionales de servicios sociales y, por otro lado, ofrecer instrumentos y estrategias validados científicamente para cuidar la salud laboral y reducir el estrés de este colectivo en este contexto de crisis.

### DATOS GENERALES

Duración: 15 horas

**Modalidad:** presencial

**Fechas:** del 3, 9 y 11 de mayo de 2023

**Horario:** pendiente

**Lugar:** Escola de Doctorat i Consell Social de la Universitat Jaume I

**Teléfono de contacto:** 964 38 72 09/12

*Nombre màxim de participants: 25*

## DESTINATARIOS

- Profesionales del ámbito de los Servicios Sociales de Atención Primaria. *\*Proceso de selección por parte de Federación Valenciana de Municipios y Provincias*

## CON LA COLABORACIÓN DE:



## PROGRAMA

- Fundamentos teóricos del Bienestar Psicológico en el ámbito laboral y personal.
- Ciencias y prácticas contemplativas.
- El camino de la Atención Plena.
- Alargamiento de las emociones positivas. Saboreo y gratitud.
- Regulación de las emociones negativas. Estrategias abajo-arriba y arriba-abajo.
- Compasión, generosidad y altruismo: la cúspide de la pirámide.
- La multiplicidad del self.
- El resto de tu vida: hacia un plan personalizado de desarrollo de bienestar.

## METODOLOGIA Y EVALUACIÓN

El curso tiene 15h presenciales y 22,5 de trabajo autónomo. El trabajo autónomo de esas 22,5h comprenderá la realización de las actividades y ejercicios propuestos por los docentes.

Las personas admitidas se comprometen a asistir como mínimo al 85% de las horas lectivas necesarias para la obtención del certificado. La asistencia del 85% no implica necesariamente la obtención del certificado. Los participantes tendrán que seguir y realizar las actividades, ejercicios y/o pruebas propuestas por los docentes.

## PROFESORADO

**Ramón Rosaleny Castell**

Dr. Trabajo Social

Ausias Cebolla Martí

Dr. Psicología

**INFORMACIÓN DE LA MATRÍCULA**

Financiado por Federación Valenciana de Municipios y Provincias.

**Más información**

Fundación Universitat Jaume I-Empresa

Dpto. de Formación

Teléfonos: 964 387 222 / 09/ 12

Fax. 964 387 010

Emails: formacion@fue.uji.es – smembri@fue.uji.es - andrea@fue.uji.es

## Patrons FUE-UJI

empreses i entitats



Posa't en contacte amb nosaltres  
t'ajudem a trobar allò que necessites



Carmen Guía

Telèfon: 964 38 72 16  
[formacion@fue.uji.es](mailto:formacion@fue.uji.es)

+34 964 38 72 22



Silvia Membrilla

Telèfon: 964 38 72 09

WhatsApp: 648126119  
[formacion@fue.uji.es](mailto:formacion@fue.uji.es)



Andrea Navarro

Telèfon: 964 38 72 12

WhatsApp: 648126119  
[formacion@fue.uji.es](mailto:formacion@fue.uji.es)



Reyes Riera

Telèfon: 964 38 72 10  
[formacion@fue.uji.es](mailto:formacion@fue.uji.es)



Fundación Universitat Jaume I - Empresa, Campus Riu Sec.

Edif. Escola de Doctorat i Consell Social, s/n  
 12071 Castelló de la Plana, España



### Accessos

[Home](#)  
[Informació institucional](#)  
[R & D & I](#)  
[Formació](#)  
[Jornades](#)  
[Pràctiques](#)  
[Beques per a titulats](#)  
[EuroFUE-UJI](#)

### Més visitats

[Cursos FUE-UJI](#)  
[Ofertes de Pràctiques](#)  
[Ofertes de Beques per a](#)  
[Titulats](#)  
[Projectes EuroFUE-UJI](#)  
[Pròxims Congressos i](#)  
[Jornades](#)

### Altres webs de la FUE-UJI

[elfue.com](#)  
[EuroFUE-UJI](#)  
[InnovaUJI](#)

### Avis Legal

[Portal de transparència](#)

Fundación Universitat Jaume I - Empresa de la Comunitat Valenciana M.P. CIF: G-12366993