



FORMAÇÃO EAPN PORTUGAL

AÇÃO DE FORMAÇÃO

»» Parentalidade Consciente: Perspetivas e contributos na interação com famílias

Numa realidade em que a prática profissional muitas vezes se depara com situações e vivências familiares desafiantes, revela-se essencial definir qual a intenção no trabalho diariamente desenvolvido com as famílias, e que perspetiva melhor serve este propósito de atuação social. Num primeiro momento, este curso traz-nos um contributo da Programação Neurolinguística para melhor se compreender os processos mentais de pensamento e resposta a estímulos, explorando ferramentas de transformação dos mesmos, ajustando, assim, a comunicação com vista a determinado resultado, alinhado com a intenção. Num segundo momento, a Parentalidade Consciente convida a uma reflexão pessoal sobre valores, necessidades e limites, numa contraposição com as expetativas e exigências externas/sociais, em que a prática das nove atitudes de Mindfulness se apresenta como uma competência-chave para lidar, de forma construtiva, com desafios e/ou situações adversas, estimulando a resiliência dos/as profissionais, ao mesmo tempo que se propõe oferecer práticas de florescimento das famílias nas suas relações.

CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS

O cérebro humano: trilogia da mente | O poder das palavras e comunicação não violenta | O impacto das emoções | Introdução às nove atitudes de mindfulness | Parentalidade consciente: influências e intenções | Valores basilares na parentalidade consciente | Modelo Laser: identificar as necessidades humanas | Resiliência na prática profissional.

OBJETIVO GERAL

Dotar os/as formandos/as de conhecimentos e perspetivas que lhes permitam uma atuação profissional consciente, beneficiando do contributo da programação neurolinguística, parentalidade consciente e mindfulness.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Compreender os processos mentais e fisiológicos na resposta a estímulos, através da trilogia da mente | Perceber o poder das palavras nas interações humanas e o benefício da comunicação não violenta | Conhecer o impacto das emoções no corpo humano | Reconhecer a importância das nove atitudes de mindfulness no dia-a-dia | Descobrir a parentalidade consciente e os seus valores | Refletir sobre as influências educativas e as intenções que norteiam as ações diárias | Identificar as quatro necessidades humanas através do Modelo Laser | Desenvolver estratégias para fortalecer a capacidade de resiliência na prática profissional.

METODOLOGIAS DE FORMAÇÃO E AVALIAÇÃO

Metodologias expositiva, demonstrativa e interrogativa, promovendo a interação e participação dos/as formandos/as em exercícios práticos e reflexivos. Não é visada nenhuma avaliação formal, pretendendo-se a atualização e enriquecimento pessoal, que, pela sua transversalidade, tem aplicabilidade no contexto profissional a que se propõe.

DIAS 26 e 27 de março de 2020

HORÁRIO: 9h30 – 13h00 | 14h00 – 17h30

DURAÇÃO 14h

LOCAL Centro Distrital de Aveiro do ISS, I.P.

INSCRIÇÃO Associados da EAPN Portugal: **35€** // Não associados: **55€**

PÚBLICO-ALVO Profissionais que desenvolvem intervenção com famílias

ÁREA DE FORMAÇÃO 090 – Desenvolvimento Pessoal

MODALIDADE DE FORMAÇÃO Formação contínua, de atualização

FORMA DE ORGANIZAÇÃO Formação presencial

CRITÉRIOS DE SELEÇÃO Prioridade a associados da EAPN Portugal // Número de ordem de receção da inscrição

CERTIFICADO DE FORMAÇÃO Presença obrigatória em pelo menos 80% do total da duração da ação e aproveitamento no final da formação

FORMADORA Joana Madureira.

Possui Licenciatura em Psicologia, MBA em Gestão de Empresas e Mestrado em Gestão; Possui Pós-Graduação em Parentalidade e Educação Positivas, Pós-Graduação em Psicologia Escolar e Educacional, entre outras. O seu percurso profissional iniciou-se no âmbito das empresas e gestão de recursos humanos. Atualmente norteia a sua atuação como Psicóloga da Educação, Facilitadora Certificada de Parentalidade Consciente, Formadora e Facilitadora de Mindfulness, Instrutora de Yoga de crianças e Tutora em contexto das Necessidades Educativas Especiais. Trabalha com particular enfoque na literacia emocional de crianças, jovens e famílias. É mentora da marca registada Schola - Educar para a felicidade.

INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES Ficha de Inscrição em anexo // A Ficha de Inscrição pode ser fotocopiada

As inscrições são limitadas a 25 participantes e devem ser realizadas até ao próximo dia 23 de março de 2020 para:

EAPN Portugal/ Núcleo Distrital de Aveiro

Estrada Nova do Canal, n.º 111, R/C Dto. | 3800 – 236 Aveiro

Tel: 234 426 702 | E-mail: aveiro@eapn.pt

