

## IMPARTIDO POR:

**Leticia Díez Fraile**  
**Formadora, TS y Coach**

Directora en Coaching10

Vicepresidenta España - AICP

Diplomada en TS por la EUTS de la UHU

Colegiada nº 2548 (COTSG)



## ANTECEDENTES DEL CURSO

Este curso ha sido realizado a través del MINISTERIO DE SANIDAD, SERVICIOS SOCIALES E IGUALDAD a los PROFESIONALES DE LOS SERVICIOS SOCIALES COMUNITARIOS DE:

- En 2012 en Galicia.
- En 2013 de nuevo en Galicia y en Baleares con los siguientes resultados de satisfacción de media en aspectos generales (según informe realizado posterior a la acción formativa y entregado al Ministerio de SSSSI) - Ver cuadro.

ASPECTOS GENERALES	Media sobre 5	% Satisfacción
Organización del curso	4,39	87,78%
Profesorado	4,78	95,56%
Contenidos ofrecidos	4,67	93,33%
Metodología empleada	4,61	92,22%
TOTAL	4,61	92,22 %

## INSCRIPCIONES

- Colegiados: 100€
- No colegiados: 140€
- Contacta con el Colegio Oficial para tramitar tu inscripción
- Indica en el Colegio si necesitas alojamiento



**Colegio Oficial de Trabajadores Sociales y Asistentes Sociales de Huelva**  
Diego Velázquez S/N, 21004 Huelva  
Teléfono/Fax: 959253511 - Móvil 627284297  
[trabajosocialhuelva.es](http://trabajosocialhuelva.es)

## GESTIÓN DE LAS EMOCIONES EN LOS PROFESIONALES DEL TRABAJO SOCIAL



¿TE LLEVAS LOS PROBLEMAS A CASA?

¿TE SIENTES QUEMADO/A?

¿IMPOTENTE DE NO PODER AYUDAR MÁS A TUS USUARIOS?

¿TE HAS QUEDADO SIN RECURSOS QUE OFRECER PARA LEVANTAR SU AUTOESTIMA Y PROACTIVIDAD?

## Y DE TI ¿QUIÉN SE OCUPA?

28, 29 y 30 de marzo de 2014

SEDE DEL COLEGIO OFICIAL DE TRABAJADORES SOCIALES Y ASISTENTES SOCIALES DE HUELVA  
Diego Velázquez, s/n - 21004 Huelva



Colegio Profesional de Trabajo Social de Huelva

## FINALIDAD:

Este programa surge de la necesidad manifestada en el sector de profesionales del Bienestar (trabajadores sociales, psicólogos, educadores sociales...) de integrar herramientas para gestionar sus emociones en el día a día para poder hacer frente, superar y “encajar” las duras situaciones a las que se enfrentan en su entorno laboral continuamente. La realidad socioeconómica en la que estamos inmersos dificulta la resiliencia habitual de estos profesionales que demandan “algo para protegerse”, “para desconectar al llegar a casa” y no verse “contagiados de la desesperanza e impotencia de sus clientes / usuarios” ante sus realidades ya que entonces su labor como agentes de cambio e impulsores de optimismo se torna realmente difícil. En algunos casos, la desmotivación y desgana de estos profesionales es tanta que afecta seriamente a su salud física (contracturas, ansiedad, dolores de cabeza, de espalda, úlceras...) y emocional (baja autoestima, burnout, estrés...).

## OBJETIVOS

- Abordar desde una perspectiva profesional las emociones “negativas”.
- Conocer y reflexionar sobre las herramientas y estrategias que ayudan a una gestión positiva de las emociones
- Tomar conciencia de las señales que nos transmite el cuerpo y su relación con la gestión de las emociones
- Aprender a diseñar objetivos y a mantener el enfoque en ellos



## ESTRUCTURA DEL PROGRAMA:

Es un **taller teórico – práctico de 20h** (16h presenciales + 4h de seguimiento) donde se desarrollan y practican los contenidos a través de una metodología basada en el **COACHING, MINDFULNESS, PNL y FOCUSING** (entre otras).

### PROGRAMA DISEÑADO POR:

Leticia Díez Fraile (TS y coach)

Carlos J. Moya Ortiz (Psicólogo, filósofo y coach)

## DIRIGIDO PRINCIPALMENTE A:

Profesionales del Trabajo Social pertenecientes al Colegio Oficial de Trabajadores Sociales y Asistentes Sociales de Huelva. Profesionales del Trabajo Social pertenecientes a otros Colegios Oficiales. Profesionales del Trabajo Social no colegiados. Otros profesionales del área de bienestar social y atención sociosanitaria.

### QUE QUIERAN:

- Aprender a gestionar sus emociones
- Encontrar el equilibrio físico y emocional
- Aumentar su bienestar
- Ayudar a otros a encontrar el lado positivo y aumentar su bienestar
- Apoyar y acompañar a personas que necesitan una actitud positiva para salir adelante
- Herramientas para aumentar su felicidad y la de su entorno