

Divendres dia 25

8'30 h Lliurament de la documentació

9'00 h Presentació del congrés: Degà de la Facultat d'Educació UIC i Degans o representants de les entitats col·laboradores.

(Durada màxima de les ponències 30')

9'15 h Ponència 1:

Els elements estressors en el col·lectiu docent i propostes terapèutiques: aportacions de les dues edicions anteriors a les terceres jornades sobre l'estrès en els professionals del món educatiu. Ana Martorell Sabaté. Membre de la Secció d'Educativa del COPC. Membre del GRELDO. Professora de la UB.

9'45 h Ponència 2:

Les teràpies naturals, alternatives o complementàries i les demostracions científiques en el món de l'estrès. Dr. Joan Riart Vendrell. Membre de GRELDO. Ex-Professor dels estudis de psicopedagogia, psicologia i magisteri de Blanquerna, URL, i del grup de recerca GRAO.

10'15 h Ponència 3:

La formació preventiva en els estudiants dels Estudis d'Educació/Magisteri. Dra. Núria Arís Redó. Sotsdegana de la Facultat d'Educació. Coordinadora del Màster Oficial de Recerca en CCSS de la UIC. Membre del GRELDO.

10'45 h Pausa cafè. Espai d'intercanvi sobre les aportacions presentades.

11'15 h Ponència 4:

Causades de l'estrès vocal en els docents. Andreu Sauca i Balart. Logopeda col·legiat. Fonoterapeuta. Coordinador del Màster en Rehab. de la Veu de l'EPL. Professor del Grau de Logopèdia. Facultat de Medicina, UAB.

11'45 h Ponència 5:

Estratègies habituals i no habituals per disminuir l'estrès i l'ansietat en els docents. Xavier Monferrer Troncho. Àrea de Programes de Formació i Gestió del Coneixement. Subdirecció General d'Innovació, Formació i Orientació. Departament d'Educació. Generalitat de Catalunya.

12'15 h Ponència 6:

L'auto - Relaxació física. Dra. Mònica Pintanel Professora del Màster en Psicologia Analítica de la UAB i Institut C.G. Jung de Barcelona.

12'45 h Ponència 7:

Estudi sobre l'estrès docent en el mestres de Primària. Esteve Pujol i Pons, Psicòleg, mestre i escriptor. Premi d'assaig pedagògic de l'any 2009. Professor de la UIC.

13'15 h Pausa dinar. Espai d'intercanvi sobre les aportacions presentades.

15'00 h Ponències tècniques. Panell d'experts, 1: Formació preventiva en teràpies biosomàtiques. Temps de cada ponent: 15' (durada del Panell 1h30')

Professionals experts en:

- El Tai Txi - Estrès versus Harmonia Interna. Guillem Bernadó Gil de Bernabé. Professor de Tai Txi Txuan de la línia Huang i Co-director de Yuan Shen, Escola de Tai Txi Txuan i Arts Internes.

- El loga lyengar, un sistema integral per abordar l'estrès docent. Blanca Franco i Mauri. Mestra d'Educació Infantil i Primària. Professora certificada de loga lyengar® pel RIMYI. Master d'Educació Emocional i Benestar de la UB

- On, per què i com ha d'actuar la prevenció de l'estrès. Visió naturista i alternativa. Simeón Colominas Aragonés Naturòpata pel "Heilpraktiker Institute" (Alemanya) i Quiroterapeuta per la pionera "Escuela Española de Quiromasaje". Té consulta naturista i és quiromassatgista en diversos clubs esportius.

- Eines per gestionar el tecnostress en els docents. Susana Tarapiella Carreño: Mestra, Logopeda i Pedagoga. Professora de la Universitat Internacional de Catalunya.

- Preguntes i Diàleg dels experts amb els assistents.

16'30 h fins 17'45h Tallers pràctics simultanis. 1a ronda: (durada dels tallers en aules simultànies 1h15')

- Exercitacions mitjançant el suport d'aparells electrònics personals. Oriol Mercadé i Canals. Psicòleg. Màster en Psicologia de l'Esport i Postgrau en Gestió d'Entitats Esportives. Tècnic certificat en Biofeedback i Neurofeedback.
- Pràctica de tècniques de sofolegia per al docent. Elena Periz Secanilla. Mestra. Màster en Sofolegia Caycediana.
- Prevenció i tractament de l'estrès des de les activitats holístiques. Salvador García Ruiz. Mestre de Reiki. Professor de Tai-txi i Txi-Kung. Terapeuta de TUI-NA (massatge xinès) i de Reflexologia Podal. Finalitzant estudis de Medicina Tradicional Xinesa. Instructor de Matt Pilates.

17'45 h fins 19h Tallers pràctics simultanis. 2a ronda: (Durada dels tallers en aules simultànies 1h15')

- Aplicació pràctica del loga lyengar per a docents. Cristina Salvia Farré. Professora certificada de loga lyengar a la UB. Psicòloga i psicoterapeuta.
- Exemples de Tècniques antiestrès amb Reiki. Inma Baselga Gimeno. Graduat Social, master PNL i master Coaching: Mestra de Reiki des de fa 25 anys; Docent Dpt. Generalitat, Formació Professional. Cursos de PNL i Coaching educatiu per a docents.
- Les microexpressions dels alumnes. Dominar i entendre la classe a través de la comunicació no verbal permet reduir l'estrès. Sergi Font i Domènech. Professor d'educació de la veu a la UIC, veu, cos i teatre a la UAO i el postgrau de veu de la UPF. Formació continuada en el CDL i empreses.

19 h Fi de la sessió del divendres dia 25 de maig.

Dissabte dia 26 maig

9'00 h Ponència 7.

Anàlisi de dades de l'estrès de tasca dels docents i reflexions per a la seva prevenció. Dr. Carles Virgili Tejedor. Professor d'estadística, avaluació psicològica i mètodes d'investigació quantitativa en els estudis de Psicologia, Doctorat i Màster de la FPCEE Blanquerna de la URL. Membre dels grups PSITIC i GRELDO.

9'30 h Ponència 8.

Apunts sobre la resiliència. La persona com a teló de fons. Dr. Marian Baqués i Trenchs. Professor dels estudis de la FPCEE Blanquerna de la URL. Membre del GRELDO.

10 h Ponència 9.

Formació en control de l'estrès mitjançant l'escriptura emocional. Dra. Imma Cases, Doctora en pedagogia, psicòloga i mestra. Màster en Psicologia Clínica. Certificat internacional EMDR. Catedràtica d'institut. Professora de Blanquerna a la Universitat Ramon Llull.

10'30 h Ponències tècniques. Panell d'experts 2. Experiències de formació preventiva a les aules dels Centres educatius.

Temps de cada ponent: 20'. (durada del Panell 1h15')

- Mindfulness i docència: claus teòriques i pràctiques per a la prevenció i gestió de l'estrès del professorat. Fernando Tobías. Psicoterapeuta. Formador. Expert en Mindfulness. Trainer Certificat del "The Focusing Institute of New York (EEUU)".

- Proposta des del loga en relació a l'actitud del docent en l'entorn classe. Com harmonitzar l'espai de l'aula i gestionar l'estrès. Eulàlia Muñoz Bárcena. Catedràtica de Llengua Anglesa i professora de ioga.

- La narrativa com a instrument alliberador de l'estrès docent. Dr. Joaquim Serrabona. Professor dels estudis de la FPCEE Blanquerna de la URL.

- Preguntes i Diàleg dels experts amb els assistents

11'45 h Pausa cafè. Espai d'intercanvi sobre les aportacions presentades.

12'15 h Ponència 10.

Focusing i estrès docent: Aportacions de l'enfocament experiencial a la formació del professorat. Dr. Luís López González. Doctor en Psicologia. Formador. Expert en relaxació, mindfulness i espiritualitat. Trainer Certificat pel "The Focusing Institute of New York".

12'45 h Ponència 11

De l'estrès a la resiliència: dos camins per adaptar-se a la institució educativa. Jaume Forn i Rambla. Psicopedagog EAP B-27 Vallès Oriental. Montmeló. ACEPEAP (Associació de professionals dels EAP) Membre del Consell de Redacció de la revista Àmbits de Psicopedagogia.

13'15 h Ponència 12.

Estrès i esgotament professional en l'àmbit docent. Una mirada terapèutica per a la salut i la qualitat de vida. Eva Font García. Pedagoga i Psicopedagoga. Formació específica en Psicoanàlisi. Membre de la Xarxa d'Experts i del Grup de Treball de Terapèutica, Salut i Qualitat de Vida del Col·legi de Pedagogs de Catalunya.

13'45 h Conclusions i diàleg sobre la formació en la prevenció de l'estrès docent.

14'15 h Lliurament de certificats.

14'30h Final de les III jornades.