

Curso Autocuidado al interior de Equipos Educativos ante contingencias críticas.

2020

16 horas

Introducción

Las crisis sanitarias, las crisis sociales y las catástrofes naturales, representan condiciones contextuales de alto impacto en la vida de las personas y en la articulación y desarrollo de las comunidades educativas. Exigen la adaptación de distintos agentes educativos, para movilizar procesos de cambio que permitan dar respuesta oportuna a una amplia diversidad de desafíos, condiciones y necesidades.

La actual pandemia por COVID-19, representa una de las crisis de mayor magnitud en el escenario mundial y nacional de las últimas décadas. Si bien sus efectos son diversos, dependiendo de cada realidad local, al día de hoy es posible reconocer algunos factores de impacto compartidos por distintas comunidades educativas, tales como el cuidado de la salud y el bienestar, el manejo del estrés, la motivación y la incertidumbre, así como la restricción de espacios de interacción social y la implementación de distintas modalidades de teletrabajo.

Reconociendo que los directivos, docentes y asistentes de la educación cumplen roles fundamentales para liderar el afrontamiento y los procesos de cambio en sus respectivas comunidades educativas, surge la necesidad de fortalecer sus ámbitos de dominio personal para facilitar el despliegue de estrategias locales que permitan dar continuidad a sus proyectos educativos a través del tiempo.

El presente curso está enfocado a fortalecer competencias personales de autocuidado, y a aumentar el repertorio de herramientas y prácticas para afrontar las condiciones y los procesos de cambio producto de la crisis sanitaria. Aborda distintos componentes temáticos, y pone énfasis en aspectos prácticos para facilitar la transferencia a una amplia gama de contextos locales, con la finalidad de promover la adaptación y el aprendizaje integral de las comunidades educativas en contextos de alta incertidumbre.

Curso Autocuidado al interior de equipos educativos ante contingencias críticas

Objetivo General

Aumentar el dominio personal y fomentar el uso de prácticas de autocuidado para promover el bienestar y facilitar la adaptación en tiempos de crisis.

Destinatarios

Profesionales del ámbito educativo que desarrollan su actividad en situación de estrés.

Directivos, docentes y asistentes de la educación.

Curso Autocuidado al interior de equipos educativos ante contingencias críticas

Descripción de los Módulos

MÓDULO 1: Contextos de crisis y sus efectos en las comunidades educativas.

Objetivos Específicos:

- Identificar los efectos, directos e indirectos, de la crisis en las comunidades educativas.
- Comprender el rol del liderazgo en el afrontamiento de las crisis.
- Reconocer el autocuidado y la adaptación desde una perspectiva multidimensional integral.

Contenidos:

- Impacto socioemocional de crisis y catástrofes externas.
- Articulación de comunidades educativas en tiempos de crisis.
- El rol del liderazgo en el afrontamiento de las crisis.
- Autocuidado y adaptación de personas en contextos de alta incertidumbre.

Duración: 5 Hrs

Webinar 1: “Articulación de comunidades educativas en tiempos de crisis”.

Duración: 1 Hrs

Curso Autocuidado al interior de equipos educativos ante contingencias críticas

Descripción de los Módulos

MÓDULO 2: Prácticas de autocuidado para el afrontamiento.

Objetivos Específicos:

- Identificar prácticas concretas de autocuidado para facilitar la adaptación y promover el bienestar biopsicosocial.
- Reconocer prácticas grupales para facilitar la adaptación de distintos agentes educativos frente a la crisis.

Contenidos:

- Ejercicios de respiración y auto masajes.
- Comprensión, modulación y expresión emocional.
- Comunicación y acción.
- Trabajo colaborativo y contextualización de Proyectos Educativos Institucionales.

Duración: 4 Hrs

Webinar 2: “Ejercicios de respiración y auto masaje”.

Duración: 1 Hrs

Curso Autocuidado al interior de equipos educativos ante contingencias críticas

MÓDULO 3: Teletrabajo y estrategias para el cuidado de los equipos.

Objetivos Específicos:

- Comprender los componentes involucrados en distintas modalidades de teletrabajo.
- Reconocer aspectos prácticos para facilitar el teletrabajo.
- Identificar prácticas grupales para facilitar la sinergia y la colaboración.

Contenidos:

- Teletrabajo en contexto: modalidades y componentes.
- Aspectos prácticos para facilitar la adaptación en la implementación de medidas de teletrabajo.
- Prácticas para la autorregulación de equipos de trabajo.
- Gestión del tiempo y trabajo autónomo.

Duración: 4 Hrs

Webinar 3: “Prácticas para la autorregulación de equipos de trabajo”.

Duración: 1 Hrs

Curso Autocuidado al interior de equipos educativos ante contingencias críticas

MÓDULO FINAL: EVALUACIÓN

Objetivo: Valorar las estrategias de autocuidado implementadas durante el curso, distinguiendo aspectos prácticos que faciliten el afrontamiento de periodos de crisis.

Contenidos:

1. Test global de selección múltiple.