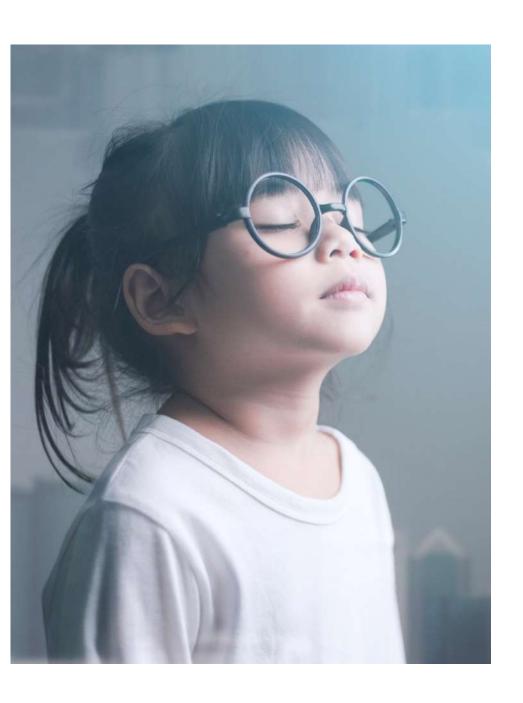


EDUCANDO EN UNA CULTURA DEL CUIDADO

NOS CUIDAMOS - TE CUIDAMOS - «ESCUELAS QUE CUIDAN»



¿PARA QUÉ ESTE PROGRAMA?

Para crear un entorno que fomente una cultura del cuidado, en donde el cuidado emocional de alumnos, docentes, equipos directivos, personal no docente y padres, sea un reto y una realidad.

De manera que hagamos de las escuelas, hoy más que nunca, «Escuelas que cuidan».

Desde una visión de la educación como relación, para aprender a gestionar las cargas emocionales que nos obligan a poner en juego nuestros recursos, gestionar la propia ansiedad y las emociones asociadas, aprendiendo a aumentar nuestro bienestar y el de todo el entorno educativo.



¿CÓMO SE ESTRUCTURA?

El programa completo consta de 4 etapas dirigidas a los diferentes colectivos del centro: docentes, alumnos, personal no docente y familias.

Cada centro puede elegir si llevar a cabo todas las etapas del programa o bien solo algunas de forma separada.

Cada etapa se estructura en 5 sesiones de 2 horas cada una, de acuerdo al siguiente esquema:

- Etapa 1: Cuidado emocional docente.
- Etapa 2: Plan de cuidado emocional para los alumnos.
- Etapa 3: Cuidado emocional en el ámbito no docente y extraescolar.
- Etapa 4: Cuidado emocional para padres.



CONTENIDOS: ETAPAS 1 Y 2

- ETAPA 1. CUIDADO EMOCIONAL DOCENTE: la gestión emocional del educador, el estrés propio del docente, la gestión del tiempo, docentes reactivos o proactivos, plan de mejora para mi cuidado emocional.
- •ETAPA 2. PLAN DE CUIDADO EMOCIONAL PARA LOS ALUMNOS: elaboración de un plan de cuidado para los alumnos desde los recursos ya trabajados en el centro e incorporando otros nuevos. Esta etapa va ligada idealmente a la realización de la Etapa 1 por los docentes.



CONTENIDOS: ETAPAS 3 Y 4

- •ETAPA 3. CUIDADO EMOCIONAL EN EL ÁMBITO NO DOCENTE Y EXTRAESCOLAR: las competencias básicas del cuidado emocional, los ingredientes del autocuidado, la ansiedad hecha carne: gestionando el estrés y elaborando un plan de cuidado emocional.
- ETAPA 4. CUIDADO EMOCIONAL PARA PADRES: el cuidado emocional en las diferentes etapas evolutivas de nuestros hijos. El apego y la diferenciación. Acompañando en sus decisiones. El estrés del cuidador: gestión emocional para madres y padres.

EL EQUIPO

CREARTE cuenta un amplio equipo de facilitadores y coaches, multidisciplinar y multicultural, certificados en diferentes disciplinas y metodologías como Coaching, Mindfulness, Yoga, Cultivo de la Compasión, Programación Neurolingüística, Inteligencia Emocional, Emotional Freedom Techniques (EFT), Psicodrama, Eneagrama, Cuerpo y Movimiento, Firewalking, Glasswalking, etc.

Lo que nos permite adaptarnos a las necesidades de nuestros Clientes con un enfoque integral del bienestar cuerpo-mente.

Un grupo de personas con una calidad humana excepcional y una gran experiencia profesional, que acompañan a nuestros Clientes favoreciendo una experiencia en primera persona, desde el primer momento, con calidez y cercanía.



BERNARDO GARCÍA CARRERA

Profesor y formador de profesión y de vocación, escritor y coach. Certificado como Coach Profesional (PCC) tanto por ICF como por ASESCO.

Con más de 20 años de experiencia como educador, ha dirigido centros educativos, es tutor de alumnos de ESO y Bachiller, y profesor de lengua y filosofía. Ha trabajado con grupos de adolescentes y familias en procesos de orientación y desarrollo.

Ha dirigido y formado equipos de profesores, tutores y orientadores escolares. Y ha colaborado en diferentes ONGs con jóvenes y adultos en riesgo de exclusión social.

Se ha formado en terapia familiar sistémica, gestión de centros educativos, modelo EFQM de calidad educativa, prevención de conflictos, diseño de escuelas de padres, modelos de innovación educativa y trabajo cooperativo.

Estudió filología y filosofía en la Universidad de Salamanca, y sabe que el coaching es un medio privilegiado para desarrollarnos como personas conscientes y responsables de nuestras vidas.

Coautor del libro «Coaching práctico en educación publicado en Dextra Editorial».



SELLO ESCUELAS QUE CUIDAN

- Al finalizar cada etapa del programa, nuestros alumnos obtienen su Certificación avalada por Crearte Coaching y Transformación con el sello «ESCUELAS QUE CUIDAN».
- Además, al finalizar el programa completo, el centro recibe una Certificación avalada por Crearte Coaching y Transformación y el sello «ESCUELAS QUE CUIDAN», entrando a formar parte de la Red de Escuelas «Nos cuidamos, Te cuidamos».





CONTACTO

Bernardo García Carrera - Nora Zarraluqui

bernardo.garcia@creartecoaching.com nora@creartecoaching.com +34 722 727 302 +34 910 815 241 www.creartecoaching.com

> C/ Miguel Yuste, 17 Madrid – 28037 España

