

TEMA JOVE: FORMACIÓ

MF 6.5 Préstame tu cerebro para que sepa lo que siento: Apego y educación emocional.

DURACIÓN: 8 h.

DÍAS: 11-12-18-19/01/2023

HORARIO: de 9:00 h a 11:00 h **LUGAR:** Plataforma online del IVAJ

PARTICIPANTES: Profesionales de juventud

Plan
Formación:
22/23

ITINERARIO VI
Formación
especializada

INTRODUCCIÓN:

Se habla mucho de educación emocional e invertimos mucho tiempo en que jóvenes y adolescentes conozcan sus emociones. Sabemos que es decisivo poner en palabras lo que nos ocurre para poder gestionarlo, porque cuando no existen las palabras, acaba hablando el cuerpo, muchas veces mediante conductas autodestructivas. Sin embargo, a pesar del esfuerzo invertido en educar la identificación de emociones, muchas veces no somos capaces de comprender por qué los adolescentes no están dispuestos a relacionarse con su mundo interior. "La Teoría del Apego" nos ofrece un marco para comprender y acompañar, partiendo del autoconocimiento, de tal forma que podamos ser un refugio seguro para los adolescentes.

OBJETIVOS:

- Conocer la Teoría del Apego y sus importantes implicaciones desde una visión teórico-práctica.
- Tomar conciencia de las propias estrategias de regulación emocional y de cómo nos relacionamos con nuestras emociones y con los demás. Conocer las nuestras "música de tiburón".
- Desarrollar estrategias de acompañamiento a jóvenes y adolescentes desde la Teoría del Apego.
- Aportar recursos para el acompañamiento emocional de adolescentes que se encuentran en una situación de riesgo.

CONTENIDOS:

- La Teoría del Apego y sus autores fundamentales: Bowlby, Mary Ainsworth y Mary Main.
- El apego y las formas en que nos relacionamos con los demás.
- El apego y las emociones: "Saber lo que se supone que no debes saber y sentir lo que se supone que no debes sentir" o cómo podemos "prestar nuestro cerebro".
- El círculo de Seguridad Parental y la música de tiburón: ¿Por qué no puedo ayudar emocionalmente a alguien si antes no me conozco?
- Estrategias de acompañamiento emocional.

EQUIPO DE FORMACIÓN:

Xavier Sanz Sendra.

Psicólogo. Máster en Psicología General Sanitaria. (2020-2022) Universidad de la Rioja. Posgrado en Psicoterapia Psicoanalítica con niños y adolescentes. AECPPNA. Experto en terapia sistémica por la Escuela Vasco-Navarra de Terapia Familiar y la Universidad de Deusto Docente en Universidad Católica de Valencia.