

Positivitzar, amb l'Acompanyament de Cavalls

1a Edició

Codi: 244427

Tipologia: Curs d'especialització

Crèdits: 1.00

Idioma: Català

Data d'inici: 08/11/2024

Data darrera sessió presencial: 09/11/2024

Data de finalització: 09/11/2024

Horari: Un cap de setmana. El divendres de 15 a 18 h i el dissabte de 10 a 13 h i de 15 a 18 h.

Lloc de realització: Can Rigau (Sant Julià de Llor, Gironès)

Places: 20

Preus i descomptes

Preu: 250 €

5% de descompte per alumnes i exalumnes de la Universitat de Girona.

237,50€

5% de descompte per alumnes i exalumnes de màsters, postgraus i diplomes d'especialització de la Fundació UdGIF (Excepte si forma part de la mateixa estructura modular).

237,50€

5% de descompte per persones amb discapacitat reconeguda.

237,50€

5% de descompte per persones en situació d'atur en el moment de la matrícula.

237,50€

5% de descompte per membres de famílies nombroses o monoparentals.

237,50€

10% de descompte per empreses que paguin la matrícula de 2 o 3 treballadors dins de la mateixa activitat en el mateix curs acadèmic.

225€

15% de descompte per empreses que paguin la matrícula de 4 o més treballadors dins de la mateixa activitat en el mateix curs acadèmic.

212,50€

10% de descompte per personal de la UdG (PDI i PAS).

225€

Raons per fer el curs

Oferir la vivència i l'aprenentatge dels processos de canvi (perceptius i vivencials) de les situacions positives. Ens centrarem en el fet que cada persona experimenti la capacitat i les eines per fer canvis de la ment i l'actitud. Només conceptualitzant-ho i vivint-ho en primera persona podrem acompanyar professionalment altres persones a fer aquests processos. És un curs molt ric i específic en situacions personals molt habituals.

Presentació

Les percepcions, les emocions, els pensaments i les vivències.

Com vivim les situacions del dia a dia, des de quina perspectiva percebem les coses i què ens generen emocionalment i de pensament? En quin rol es col·loquen aquestes vivències? Com ens afecten?

Davant la negativitat, el pessimisme o la decepció en les situacions del dia a dia, personals o professionals, com podem positivitzar la situació i canviar-la?

Els continguts del curs es basaran en tot el que s'ha viscut i treballat des d'una part pràctica:

- Percepció, emoció i pensament.
- Acceptació i adaptabilitat.
- Rutines i autoestima.
- Positivitzar: relativitzar, conseqüències positives, *mindfulness*, etc.

En el curs, el pla de formació es basarà en l'estructura següent:

- Anàlisi de l'afrontament de les tasques i situacions.
- Situació percebuda, pensada i viscuda.
- Autoregulació: canviem la situació o la vivència?
- Estratègies per positivitzar les situacions.

Objectius

Analitzar la percepció i visió de la realitat.

Motivar els processos de transformació i l'inici de l'actitud positiva.

Oferir recursos i habilitats per als canvis de perspectiva i vivència positius.

Sortides professionals

Professionals que acompanyen persones des de diferents àmbits: educació i treball social i ambiental, psicologia, magisteri, personal sanitari, etc. Tot i això, aquest curs està obert a qualsevol persona que de manera personal vulgui tenir la vivència i els aprenentatges d'aquest àmbit.

A qui s'adreça

- A estudiants o professionals d'acompanyament a persones, de l'àmbit terapèutic, educatiu, social o familiar.
- També, a qualsevol persona que vulgui realitzar personalment aquesta formació per acompanyar persones properes (fills, parelles, progenitors, etc.).

Requisits d'admissió

- Caldrà adjuntar una carta de motivació en què s'expliqui per què es vol realitzar aquest curs.
- No és necessari cap tipus de coneixement ni maneig de cavalls.

Pla d'estudis

Positivitzar, amb l'acompanyament de cavalls

- La realitat. Percepció, emoció, pensament?
 - Positivitzar la realitat.
-

Titulació

Curs d'Especialització en Positivitzar, amb l'Acompanyament de Cavalls per la Fundació UdG: Innovació i Formació

Metodologia

Per mitjà de dinàmiques amb els cavalls, podrem llegir les situacions de moltes maneres. Com que són situacions molt reals, espontànies i poc personals (fora de la nostra rutina familiar, laboral, etc.), fàcilment podrem veure i descobrir la capacitat mental que tenim per canviar les nostres perspectives de les coses, adaptar-nos i solucionar les situacions des d'una vivència positiva i d'aprenentatge.

Les dinàmiques són sempre amb els cavalls i amb reflexions i converses posteriors.

Sistema avaluació

Es valora l'assistència al 100 % de les sessions, la participació i l'actitud en el curs.

Finançament

Finançament bancari

Els estudiants matriculats poden finançar el pagament de la matrícula en quotes.

La Fundació ha establert convenis amb condicions preferents pels seus alumnes amb les següents entitats:

- [Sabadell Consumer](#)
- [CaixaBank](#)
- [Banc Santander](#)

Quadre docent

Direcció

Ariadna Mallarach

Educadora social, antropòloga social i cultural, equinoterapeuta i directora del Centre d'Equinoteràpia la Marginera de la Bosa.

Coordinació

Ester Rubirola

Llicenciada en Dret per la Universitat de Girona, *practitioner* en programació neurolingüística (PNL) a l'Institut Gestalt, i certificada en *coaching* amb cavalls a l'Escola d'Especialitats Equilibri. Directora de Can Rigau.

Professorat

Ariadna Mallarach

Educadora social, antropòloga social i cultural, equinoterapeuta i directora del Centre d'Equinoteràpia la Marginera de la Bosa.

Ester Rubirola

Llicenciada en Dret per la Universitat de Girona, *practitioner* en programació neurolingüística (PNL) a l'Institut Gestalt, i certificada en *coaching* amb cavalls a l'Escola d'Especialitats Equilibri. Directora de Can Rigau.

*La direcció es reservarà el dret a fer canvis en l'equip docent en cas que algun dels professors no pugui impartir la seva matèria, garantint el mateix nivell de qualitat i categoria professional.

Entitats promotores

Fundació Universitat de Girona: Innovació i Formació



Positivitzar, amb l'Acompanyament de Cavalls

Inici curs: 08/11/2024

Data darrera sessió presencial: 09/11/2024

Fi curs: 09/11/2024

Data tancament acta avaluació: 11/11/2024

Calendari

Data	Lloc	Inici matí	Fi matí	Inici tarda	Fi tarda
8/11/2024				15:00	18:00
9/11/2024		10:00	13:00	15:00	18:00