



CREATIVIDAD. UN INSTRUMENTO PARA LA GESTIÓN DEL ESTRÉS

Código del Curso: **2014cc41**

Fecha de celebración: Del 28 al 30 de julio

Directora: Profa. Dra. Doña Raquel Pérez Ordás. Departamento de Deporte e Informática. Universidad Pablo de Olavide.

Duración: 20 horas. Libre configuración: 2 créditos Eurocréditos: 1,5 ECTS

Tarifa: 70 €

Resumen del contenido del curso: Según estudios recientes el estrés está, en muchos casos, condicionado por la sensación de no poder controlar lo que está ocurriendo en nuestras vidas. El desarrollo de la creatividad permite crear un mundo más amplio de opciones que aporta una tranquilidad que reduce el nivel de estrés. Se trata de una formación práctica y vivencial. Utilizando técnicas de arteterapia y coaching.

Dirigido a: Estudiantes y personal universitario que encuentran en contacto con personas que vive con un alto nivel de estrés. Sobre todo, recomendado para estudiantes de Magisterio, Pedagogía, Psicología, y todas las áreas y profesiones que tendrán en el futuro un contacto directo en la formación de personas y a toda persona con deseos de mejorar en su propia gestión del estrés.

Programa:

Lunes 28	09'00-09'30	Recepción y entrega de documentación.
	10'00-10'30	Inauguración del curso.
	10'30-12'00	Conferencia: "El estrés en los tiempos actuales" . Doña Pilar Yáñez Soler. Profesional independiente. Docente de formación no reglada y capacitadora. Licenciada en Ciencias Empresariales por la Universidad de Málaga. Coach personal certificado por la Escuela de Coaching Personal Coach Creativo. Arteterapeuta humanista formada en El Caminante Centro de Arteterapia de Andalucía.
	12'00-12'30	Descanso.
	12'30-14'00	Taller: "Introducción al coaching personal" . Doña Pilar Yáñez Soler. Profesional independiente. Docente de formación no reglada y capacitadora.

- Licenciada en Ciencias Empresariales por la Universidad de Málaga. Coach personal certificado por la Escuela de Coaching Personal Coach Creativo. Arteterapeuta humanista formada en El Caminante Centro de Arteterapia de Andalucía.
- 16'00-20'00 Taller: **“Creatividad y arteterapia”**.
Profa. Dra. Doña Raquel Pérez Ordás. Departamento de Deporte. Universidad Pablo de Olavide. Especialista en expresión corporal. Arteterapeuta humanista formada en El Caminante Centro de Arteterapia de Andalucía.
- Martes 29** 10'00- 14'00 Taller: **“El coaching como generador de cambios”**.
Doña Pilar Yáñez Soler. Profesional independiente. Docente de formación no reglada y capacitadora. Licenciada en Ciencias Empresariales por la Universidad de Málaga. Coach personal certificado por la Escuela de Coaching Personal Coach Creativo. Arteterapeuta humanista formada en El Caminante Centro de Arteterapia de Andalucía.
- 16'00-20'00 Taller: **“Crear un mundo de nuevas posibilidades”**.
Profa. Dra. Doña Raquel Pérez Ordás. Departamento de Deporte. Universidad Pablo de Olavide. Especialista en expresión corporal. Arteterapeuta humanista formada en El Caminante Centro de Arteterapia de Andalucía.
- Miércoles 30** 10'00- 14'00 Taller: **“Evaluar aprendizaje y provocar acción”**.
Doña Pilar Yáñez Soler. Profesional independiente. Docente de formación no reglada y capacitadora. Licenciada en Ciencias Empresariales por la Universidad de Málaga. Coach personal certificado por la Escuela de Coaching Personal Coach Creativo. Arteterapeuta humanista formada en El Caminante Centro de Arteterapia de Andalucía.
- 14'00-14'30 Clausura del curso y entrega de diplomas.
Doña Pilar Yáñez Soler.
Profa. Dra. Doña Raquel Pérez Ordás.

Patrocinan:

