

Dades de l'acció formativa / Datos de la acción formativa					
Denominació (Títol de l'acció formativa) / Denominación (Título de la acción formativa)					
EXPERIENTIAL WORKSHOP ON MANAGING EMOTIONS					
Modalitat formativa / Modalidad formativa					
<input checked="" type="checkbox"/>	Curs		Seminari		Grup de treball
	Taller		Jornada		Conferència
Modalitat d'impartició / Modalidad de impartición					
<input checked="" type="checkbox"/>	Presencial		En línia		Mixta
Llengua d'impartició / Lengua de impartición					
	Català		Espanyol	<input checked="" type="checkbox"/>	Anglès
Duració (hores) / Duración (horas)			Edicions (nombre) / Ediciones (número)		
	10			1	

Calendari de realització / Calendario de realización			
Sessió / Sesión	Dates / Fechas	Horari / Horario	Lloc / Lugar
1	15/06/21	16:00 a 21:00	Aula 1.1
2	16/06/21		SFPIE

Destinataris: perfil professional / Destinatarios: perfil profesional
- Teachers from the UV

Professorat responsable de l'acció formativa / Profesorado responsable de la acción formativa	
Nom/ Nombre	Mari Carmen Abengózar Torres
Breu CV / CV breve	University professor of the department of evolutionary psychology and education of the faculty of psychology, with teaching for more than 12 years in the ARA group of the subjects Life Cycle Psychology I and II, as well as Affective Relationships and Affective and Sexual Education. Specialized in the methodology of behavioral modeling, she contributes to her teaching some models both to deepen the understanding of how human development works, and to develop skills in change management.

Objectius formatius i continguts / Objetivos formativos y contenidos

- Developing resources to identify emotions.
- Understanding how emotions work.
- Developing skills to be able to change emotions.
- Being able to apply these skills to different areas in the participants' lives.

Competències que es desenvoluparan / Competencias que se desarrollarán

- Being able to distinguish emotions among different people based on the specific way each person has to construct them.
- Being able to describe the sequence of emotions: activation, maintenance, deactivation.
- Being able to change the physiological features connected to the emotion.
- Being able to change the representation of the emotion.
- Being able to change the sequence of emotions to enhance a more useful behaviour.

Criteris i procediment d'avaluació de l'activitat / Criterios y procedimientos de evaluación de la actividad

Attendance 85%

Workshop with active participation in classroom, debates, and activities. Sharing our own experiences and different points of view are expected. The more, the merrier.