

Síntesis final de un primer proceso formativo, a través de metodologías expresivas:

Sus 9 talleres tuvieron dos objetivos prioritarios:

- *Aprender cómo gestionar mejor el estrés,*
- *Profundizar en todo ello de forma artística con el alumno, potenciando su motivación, explorando diferentes recursos para expresar y controlar sus emociones, haciéndoles conscientes de su poder para superar muchos bloqueos y fomentando valores como son: positivismo y creatividad, compañerismo y autoconocimiento*



Metro de Madrid

generaciónARTes

CENTRO DE ARTES ESCÉNICAS Y TERAPIAS CREATIVAS



PRINCIPALES CARACTERÍSTICAS:

Al tratarse de un proceso formativo que llega a un gran colectivo de alumnos, en un formato único establecido, (aula virtual, a través de su plataforma Moodle), destacamos lo siguiente:

En relación a preguntas cuantitativas:

- Las formaciones fueron acompañadas de altos % de satisfacción, en lo referido a bienestar y creatividad, contribuyendo a conseguir un excelente resultado en su objetivo final: un mejor manejo y control de estrés.
- El alumnado dejó constancia de que se sintió, siempre y en todo momento, seguro, cómodo y motivado
- Docencia consiguió los más altos porcentajes de satisfacción. Gracias a ellos, hemos disfrutado este proceso formativo (9 talleres) como un gran trabajo positivo y artístico, intenso y divertido.
- Se reivindicó, como mejorable, el conseguir la presencialidad:
 - ❖ El alumno solicitó dicha presencialidad en un 56%, frente al 14% que sigue prefiriendo el formato establecido. El otro 30% NS/NC
 - ¿Cuáles fueron sus principales razones para todo ello? En las preguntas cualitativas nos hicieron reflejar que se implicarían más, no sufrirían interrupciones, participarían de forma más activa y contarían con un espacio emocional y afectivo.
 - ❖ Otro punto destacable es que si fuera presencial, se podrían poner en marcha más actividades donde se promueva el pensamiento colaborativo y creativo, ya que, se ha comprobado cuantitativamente, que este tipo de actividades son más efectivas a la hora de conseguir un mejor resultado a nivel profesional, y no tanto en un plano personal.



PRINCIPALES CARACTERÍSTICAS:

En relación a preguntas cualitativas, destacamos lo siguiente:

- Pese a que sólo un 14% de alumnos había realizado alguna sesión de teatro o técnica teatral con anterioridad, todos sus participantes, en líneas generales, estuvieron expectantes de inicio y encantados durante y al finalizar con su primer taller. A su vez, sus cuestionarios de inicio dejaron constancia de la necesidad de formaciones así, entre sus empleados.
- Generó una pluralidad de opiniones sobre los aspectos positivos de cada uno de estos talleres, ofreciendo infinitas posibilidades de crecimiento personal entre sus alumnos, a la hora de dar un giro, para una mejor gestión de estrés
- Dejó latente el gran trabajo realizado, referido a lo emocional, ya que sus participantes reflexionaron e hicieron cuantos comentarios quisieron, en sus cuestionarios finales, haciéndonos reflejar infinidad de bondades y beneficios. (Diapositiva 8 y 9)
- A medida en que más alumnos hicieron estos entrenamientos, más fueron conscientes de su necesaria continuidad de trabajo: *Tal y como aprenden cualquier temática en el sector, se ve prioritario utilizar el arte escénico como herramienta de “aprendizaje continuo”, ahora y en un futuro.*

Esta afirmación se corrobora cuando vemos que el 63% de los alumnos confirma su necesidad de continuar con un segundo módulo formativo, frente a un tan sólo 9%, que no quiere dar continuidad.

El otro 28% NS/NC o muestra algún condicionante para su realización, entre los que destacan:

- ❖ Dar un enfoque más competencial,
- ❖ Implantarlo una segunda vez con su equipo,
- ❖ Tener un exceso de trabajo y le resulta imposible poder asistir de nuevo,
- ❖ Ser presencial ...

RESULTADOS OBTENIDOS





¿POR QUÉ SON ÚTILES ESTOS ENTRENAMIENTOS?

APRENDIZAJE

Con un enfoque emocional y lógico, hace fácil poner en marcha nuevas formas de gestión de estrés y ansiedad. A su vez, eleva la moral del alumno, gracias a su:

COMPAÑERISMO

Se desarrolla en un ambiente respetuoso y de desconexión, para garantizar los mejores resultados en un control de emociones, cuando se comunica.

POSITIVISMO

Incluye altas dosis de bienestar individual y colectivo, en pro de un mejor clima laboral. Dispone de una programación de ejercicios muy amena y divertida

AUTOCONOCIMIENTO

Son formaciones *bottom-up*: el alumno es el principal protagonista del proceso formativo. De hecho, cada dinámica desarrollada, se va adecuando al grupo

CREATIVIDAD

Potencia el pensamiento divergente entre sus asistentes, para desarrollar nuevas ideas, desde una óptica diferente

MOTIVACIÓN

Su muy motivante metodología y su excelente calidad en docencia, ha conseguido la mejor acogida, desarrollo y fin formativo

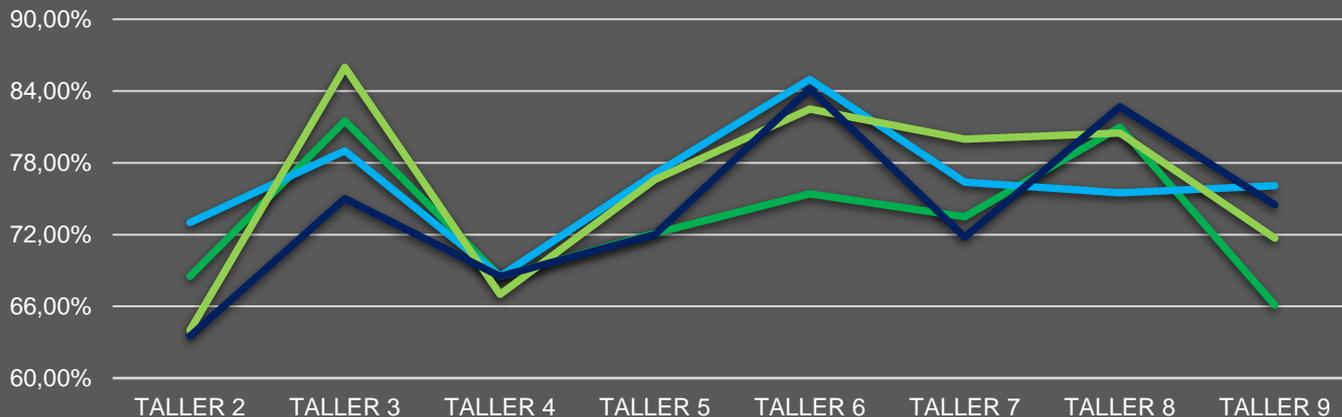


SOBRE EL NIVEL DE SATISFACCIÓN DEL ALUMNO,

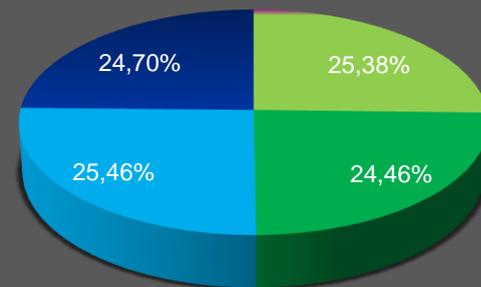
Observamos que al ser formaciones, procedentes de la pedagogía teatral, tienen un valor diferencial en cuanto a que muestran una fuerza arrolladora a nivel grupal (bienestar colectivo), haciendo conseguir un mejor resultado en el control de emociones cuando se está comunicando. A su vez, le sigue muy de cerca la creatividad y luego el bienestar individual, contribuyendo todo ello a un muy positivo trabajo emocional:

EN RELACIÓN A SU FORMACIÓN, (Referido a 4 ítems:)

— BIENESTAR INDIVIDUAL — BIENESTAR COLECTIVO
— GESTIÓN DE ESTRÉS — CREATIVIDAD



% DE SATISFACCIÓN QUE CONSIGUE CADA ÍTEM, CALCULADO SOBRE UN 100%:



- 1. Gestión de estrés
- 2. Bienestar individual
- 3. Bienestar colectivo
- 4. Creatividad



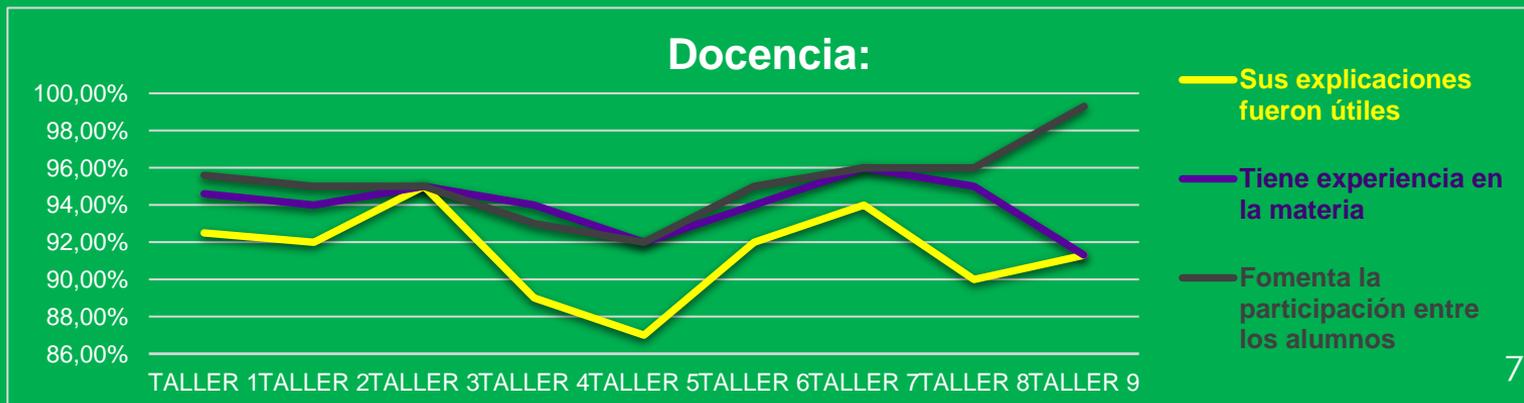
SOBRE EL NIVEL DE SATISFACCIÓN DEL ALUMNO EN RELACIÓN A:

Todas sus formaciones se distinguieron por su alto componente motivacional, pese al desconocimiento inicial de los alumnos a una metodología tan diferente a cualquier otra, como es la teatral.

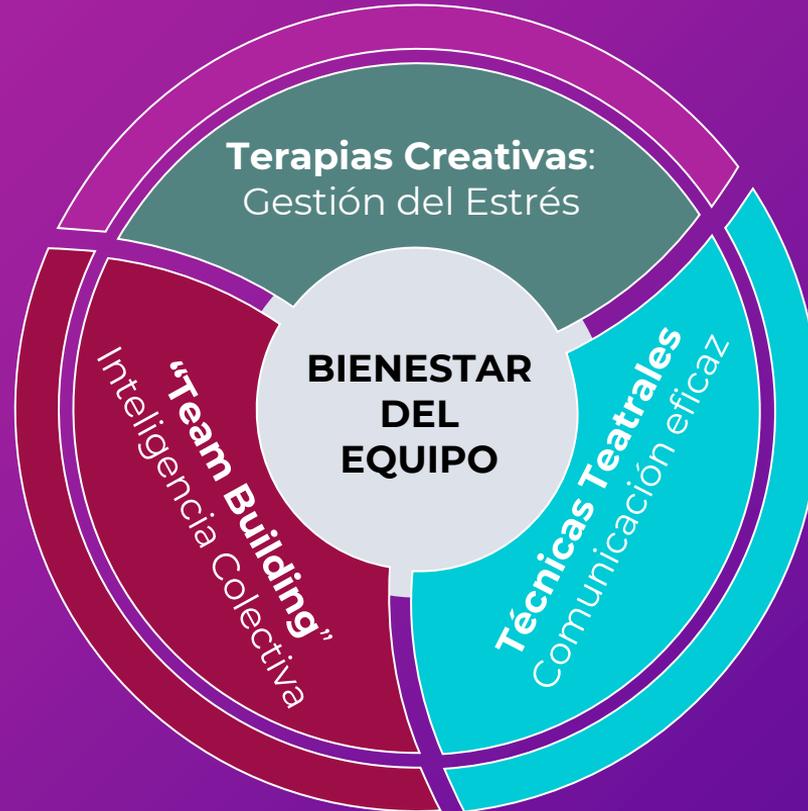
Comprobamos, también, que la satisfacción del alumno es estupenda por la buena puntuación en metodología y nota global que dio a su formación:



Docencia ha sido excelentemente valorada en todos sus talleres, como pueden ver: ello es el mayor sello de calidad en todo este primer proceso formativo:

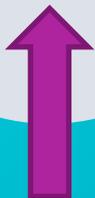


Y ¿QUÉ VIMOS EN LAS PREGUNTAS ABIERTAS?

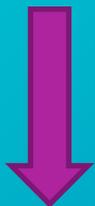


Y ¿QUÉ VIMOS EN LAS PREGUNTAS ABIERTAS?

BIENESTAR PERSONAL



¿DÓNDE ESTÁ NUESTRO ASCENSOR EMOCIONAL?



Cada uno tiene sus circunstancias que le hacen tener su ascensor. Es la esencia de cada uno de nosotros que nos hace ser únicos



CABEZA

Mi parte lógica, mental
“lo que pienso”

CORAZÓN

Mi parte emocional, mis sentimientos
“lo que siento”

CUERPO

Mi parte pasional, donde está el cuerpo, mi pensamiento
“lo que hago”



¿PARA QUÉ DAR CONTINUIDAD FORMATIVA A TODO SU COLECTIVO EMPRESARIAL?

Para un enriquecedor desarrollo de capacidades y habilidades

Para una constante mejora del clima laboral, impulsando valores desde el bienestar

Para su continua innovación empresarial, fomentando el pensamiento creativo

Ampliando el radio de acción, incrementaremos la adaptabilidad ante procesos de cambio y transformación interna



FIN DEL PROCESO FORMATIVO

Como última reflexión, una referencia a unos de los libros que está en la bibliografía, como material de apoyo y consulta:

En concreto es una cita del libro de Daniel Goleman “INTELIGENCIA EMOCIONAL”:

“La región emocional es el sustrato en el que creció y se desarrolló nuestro nuevo cerebro pensante y sigue estando estrechamente vinculada con él por miles de circuitos neuronales. Esto es precisamente lo que confiere a los centros de la emoción un poder extraordinario para influir en el funcionamiento global del cerebro (incluyendo, por cierto, a los centros de pensamiento)”