



TÉCNICAS DE CONTROL DEL ESTRÉS (20161901)

| | (*) |
|---|-------------|
| A su juicio, se han alcanzado los objetivos programados | 4,5 |
| Los temas se han tratado con la profundidad que permitía la duración del curso | 4,5 |
| La duración del curso se ha adecuado a los objetivos y contenidos | 4,75 |
| La metodología se ha adecuado a los objetivos y contenidos | 4,75 |
| La metodología ha permitido la participación activa de los/as asistentes | 5 |
| Esta acción formativa me ha facilitado compartir experiencias profesionales con otros/as compañeros/as | 4,5 |
| La acción formativa ha sido realista y práctica | 5 |
| Los materiales didácticos entregados han sido de calidad | 5 |
| Los recursos utilizados han sido adecuados para facilitar el proceso formativo | 4,75 |
| La acción formativa recibida es útil para mi puesto de trabajo | 4,5 |
| La acción formativa recibida es útil para mi formación personal | 5 |
| La Acción Formativa recibida merece una valoración óptima | 5 |
| La persona Coordinadora ha estado disponible durante la realización del curso | 4,75 |
| Ha llevado correctamente el control de asistencia | 4 |
| Ha solucionado debidamente los imprevistos del curso | 4,75 |
| A su juicio, la persona Coordinadora merece una valoración óptima | 4,75 |
| (*) Todas las valoraciones recibidas responde a una escala tipo Likert de 1 a 5 , donde 1 es la valoración mínima y 5 la máxima | |

| Los ponentes merecen a su juicio una valoración global de | | 4,88 |
|--|--|-------------|
| Ponente 1: | El/la ponente domina la materia | 4,75 |
| | Tiene capacidad para transmitir con claridad sus ideas | 5 |
| | Las enseñanzas se adecuan a los objetivos del curso | 5 |
| | Es ameno/a en sus intervenciones | 4,75 |
| | Motiva y despierta el interés en los asistentes | 4,75 |
| | El / la ponente merece una valoración óptima | 5 |
| Ponente 2: | El/la ponente domina la materia | 4,75 |
| | Tiene capacidad para transmitir con claridad sus ideas | 4,5 |
| | Las enseñanzas se adecuan a los objetivos del curso | 4,5 |
| | Es ameno/a en sus intervenciones | 4,5 |
| | Motiva y despierta el interés en los asistentes | 4,75 |
| | El / la ponente merece una valoración óptima | 4,75 |

EL PROMEDIO TOTAL DEL CURSO ES: 4,73 (*)

VALORACIONES LIBRES:

Sobre la Acción Formativa:

- La acción formativa ha sido muy interesante, aunque ha sido una pena que no se hayan presentado más alumnos y que no se haya permitido el acceso a personas interesadas el segundo día del curso, y así haber cubierto el aforo del mismo.
- Una gran pena que sólo sean cuatro alumnos y gran suerte a la vez.
- Ha sido un curso muy interesante y ha servido para el cargo que ocupo.
- Este curso me ha ayudado bastante a conocerme y a cómo relajarme.

Respecto a la persona coordinadora:

- El coordinador ha estado siempre disponible y ha intervenido activamente en el curso, me llevo un grato recuerdo de él, ha ayudado bastante.
- muy bien, activo y presente en todo momento. Ha intervenido como uno más.
- Me parece bien el coordinador, la pena es que yo podía haber sido coordinadora, ya que me dijeron que tenía prioridad quien llevara muchos años sin coordinar.

Respecto a los/as Ponentes:

Ponente 1:

- Fantástica y de lujo todo el material que ha traído para hacer las clases estupendas.
- Ha sido una ponente que ha sabido transmitirnos los conocimientos del curso y nos ha ayudado bastante a llevarlos a la práctica. Ha facilitado mucho la interacción con los alumnos y nos ha sorprendido con técnicas novedosas que han resultado muy efectivas. Domina y tiene mucho conocimiento sobre toda la materia. Ha sido muy grato compartir el curso con ella.
- Muy bien, muy buena preparación, capacidad resolutive, y ha sabido preparar cada uno de los temas. ¡Un diez!

(*) Todas las valoraciones recibidas responde a una escala tipo Likert de 1 a 5 , donde 1 es la valoración mínima y 5 la máxima



Ponente 2:

- La valoro bien, pero ha sido muy poco tiempo.
- Muy bien, muy buena preparación, capacidad resolutoria, y ha sabido preparar cada uno de los temas. ¡Un diez!
- Ha sido una ponente que ha sabido transmitirnos los conocimientos del curso y nos ha ayudado bastante a llevarlos a la práctica. Ha facilitado mucho la interacción con los alumnos y nos ha sorprendido con técnicas novedosas que han resultado muy efectivas. Domina y tiene mucho conocimiento sobre toda la materia. Ha sido muy grato compartir el curso con ella.

Otras Acciones Formativas propuestas:

- Archivo, temas relacionados con el Archivo. (Presencial con algún día por la mañana)
- Más técnicas de Relajación. (Presencial con algún día por la mañana).
- Técnicas de control de estrés (alto y presencial) para trabajadores de Mairena del Aljarafe y alrededores.
- Coaching (Medio y presencial) para trabajadores de Mairena del Aljarafe y alrededores.

Porcentajes de PRETESTS acertados: 70 %
Porcentajes de POSTESTS acertados: 70 %
Variación PRETESTS / POSTESTS acertados: 0 %

Alumnado asistente al curso o jornada: 4
Total alumnos asistentes certificados: 2
Total alumnas asistentes certificadas: 2