

Cuestionario de evaluación de los alumnos

20182402 - MINDFULNESS: CULTIVANDO LA ATENCION CONSCIENTE

1. A su juicio, se han alcanzado los objetivos programados.	4.45
2. Los temas se han tratado con la profundidad que permitía la duración del curso.	4.55
3. La duración del curso se ha adecuado a los objetivos y contenidos.	4.36
4. La metodología se ha adecuado a los objetivos y contenidos.	4.27
5. La metodología ha permitido la participación activa de los/as asistentes.	4.55
6. Esta acción formativa me ha facilitado compartir experiencias profesionales con otros/as compañeros/as.	4.55
7. La Acción Formativa ha sido realista y práctica.	4.5
8. Los materiales didácticos entregados han sido de calidad.	4.36
9. Los recursos utilizados han sido adecuados para facilitar el proceso formativo.	4.55
10. La Acción Formativa ha sido útil para mi puesto de trabajo.	4.27
11. La Acción Formativa ha sido útil para mi formación personal	4.55
12. A su juicio, la Acción Formativa merece una valoración global de:	4.55
13. La persona Coordinadora ha estado disponible durante la realización del curso.	4.91
14. Ha llevado correctamente el control de asistencia.	5
15. Ha solucionado debidamente los imprevistos del curso.	5

16. Añada cualquier observación que considere significativa respecto a la formación recibida:

- UNA SEGUNDA PARTE
- POR FAVOR UNA SEGUNDA EDICIÓN PARA LA PRÓXIMA !!!!!
- AUNQUE EL TIEMPO DEL CURSO HA SIDO ADECUADO, VENDRÍA BIEN HACER UNA SEGUNDA PARA PROFUNDIZAR AÚN MÁS.
- LA ACCIÓN FORMATIVA HA SIDO ENRIQUECEDORA A NIVEL GENERAL. COMO ASPECTO DE MEJORA PIENSO QUE DEBERÍA HABERSE ENFOCADO CON MÁS TECNICAS Y PRÁCTICAS DE MEDITACIÓN.
- CONSIDERO QUE HA HABIDO MUCHA TEORÍA Y TRANSPARENCIA Y POCA PRACTICA DE MINDFULLNES. SE HAN TRATADO MUCHOS TEMAS AL MISMO TIEMPO: LA GESTIÓN EMOCIONAL, LAS HABILIDADES DE RESOLUCION DE CONFLICTO, ETC , LO QUE A VECES RESULTABA CONFUSO. LO MAS INTERESANTE HA SIDO ESTA PARTE PRACTICA, EN LA QUE LA PONENTE DEMOSTRABA VERDADERAMENTE SER UNA AUTENTICA PROFESIONAL.

17. Propuestas de Acciones Formativas para el próximo año:

- ME ENCANTARÍA EL AÑO QUE VIENE VOLVER A REALIZAR UNA SEGUNDA PARTE DE ESTE CURSO.
- COSTELACIONES FAMILIARES
- SEGUNDA EDICIÓN !!! LA PONENTE ES IMPRESIONANTE SOBRE TODO EN SUS HABILIDADES COMUNICATIVAS PARA ENTENDER BIEN EL MINDFULNESS!!, LA REDUCCIÓN DEL ESTRES BASADA EN ESTA METODOLOGÍA DEBERÍA SER OBLIGATORIA PARA TODAS Y TODOS LOS TRABAJADORES DE ESTA SANTA DIPUTACIÓN YA QUE AUMENTARÍA EL RENDIMIENTO, SE DISMINUYE LA ANSIEDAD Y SOBRE TODO SE ENRIQUECERÍA LAS RELACIONES SOCIALES, QUE FALTA NOS HACE !!
- LA FORMACIÓN DEBERÍA REALIZARSE DE FORMA ALTERNA EN JORNADAS DE MAÑANA Y TARDE PORQUE RESULTA AGOTADOR PARA LOS QUE TRABAJAMOS EN JORNADAS FIJAS DE MAÑANA.
- MINDFULNESS, CULTIVANDO LA ATENCIÓN CONSCIENTE II FRANCÉS A NIVEL MEDIO-ALTO Y CONVERSACIÓN. YOGA PARA LA SALUD PROFESIONAL. AUTOCOACHIN, PARA LA MEJORA PROFESIONAL.
- MINDFULLNES PARA NIÑOS.

Ponente 1

18. El/la ponente domina la materia.	4.73
19. Tiene capacidad para transmitir con claridad sus ideas.	4.73
20. Las enseñanzas se adecuan a los objetivos del curso.	4.73
21. Es ameno/a en sus intervenciones.	4.73
22. Motiva y despierta el interés en los/as asistentes.	4.7
23. El/la ponente merece una valoración global de:	4.82

Otros datos de la edición

Número de parejas de cuestionarios pre/post = 10
Nota media PRETEST = 6.8 (68 % de aciertos)
Nota media POSTEST = 8.5 (85 % de aciertos)
Variación PRETEST / POSTEST = 17 %

Número de alumnos/as certificados/as = 11
Número de alumnas certificadas = 9
Número de alumnos certificados = 2