



“EL mundo y yo”

Habilidades Emocionales y Sociales Para Adolescentes

Este taller de Educación Emocional y Social es un programa que enseña a los adolescentes cómo **relacionarse** de manera eficaz con sus compañeros, padres, profesores y otros adultos, y cómo aumentar la **seguridad en ellos mismos**.

El aprendizaje de estas habilidades, denominadas genéricamente “**habilidades sociales**”, les ayudan a reducir o eliminar comportamientos desadaptados y favorecer valores y actitudes, que constituyan un **comportamiento basado en el respeto a los derechos y libertades propios y de los otros**, pretendiendo lograr la adquisición y consolidación de unos hábitos de convivencia democrática y de respeto mutuo.

Mediante juegos y role-play se generan **experiencias de éxito** que favorecen en los adolescentes la valoración del diálogo y la cooperación como herramientas básicas para **resolver sus conflictos en la relación con los demás**. Los contenidos principales que se trabajan son:

- Aprendo a comunicarme.
- Manejo la Ansiedad.
- Mantenimiento de Relaciones Sociales.
- Evitar Problemas y Hacer frente a Provocaciones.
- Seguridad en uno mismo.
- Asertividad.

RESERVA TU PLAZA EN info@cit-tda-sanchinarro.es o llámanos al **620344834**.

- ✚ **Duración de los Talleres:** Quincenal / Mensual
- ✚ **Comienzo de los Talleres:** 4 y 18 de Julio / 1 y 15 de agosto /5 de septiembre.
- ✚ **Horario:** lunes-miércoles o martes-jueves de 10.00-12.00/12.00-14.00 ó 16.00-18.00/18.00-20.00
- ✚ **Precio del Taller:** Quincenal 120€ /Mensual 240€ / Sesiones individuales: 40 €/ hora.
- ✚ **Plazas limitadas / Posibilidad de varios grupos y horarios.**