

Desde el **AMPA de El Cantizal** lanzamos este curso intensivo **ABIERTO A TODOS LOS JOVENES**.

Creemos que la Inteligencia emocional, autoestima, seguridad personal son igual de importantes que la educación.

CURSO: **I**NTELIGENCIA **E**MOCIONAL

Autoestima – Habilidades Sociales

Ayudar a desarrollar el máximo potencial de los jóvenes para su éxito profesional y personal.

El objetivo de este curso/taller es desarrollar:

- ❑ *¿Qué es la autoestima?*
- ❑ *Auto respeto - Auto aceptación – Autoconocimiento.*
- ❑ *Pautas y herramientas para mejorar la autoestima.*
- ❑ *Descubro mis talentos y fortalezas.*
- ❑ *Asumo mis limitaciones.*
- ❑ *Si me respeto y creo en mí, respeto y creo en el otro.*
- ❑ *La convivencia. Las normas sociales establecidas.*
- ❑ *La tolerancia. La diferencia.*
- ❑ *Resolución de conflictos.*
- ❑ *Reivindicación no agresión.*
- ❑ *Los valores que me identifican.*
- ❑ *Gestion de emociones.*
- ❑ *Trabajar habilidades sociales a través de la creatividad, teatro, expresión corporal.*
- ❑ *Abordar temas de actualidad como la imagen corporal, las agresiones, las relaciones, los robos, el bullying*
- ❑ *Técnicas de relajación, respiración, concentración.*



Edad: Alumnos de ESO y Bachillerato (Jóvenes entre 12 y 17 años. Otra edad consultar)

Horario: Los interesados consultar horario dado que se forman varios grupos.

Opción 1. Viernes 5/12/19 de Mayo de 16.00 a 19.00. Otras opciones consultar.

Honorarios: Curso completo 9 horas, 80€ socios del AMPA de El Cantizal. 90€ no socios y externos.

Las plazas: Se adjudicarán por riguroso orden de inscripción.

Más información sobre los profesionales, sesiones, principios éticos, artículos etc. en las páginas webs:

www.todoape.es

www.terapia-familiar.es

Para cualquier consulta o realizar inscripciones:

Enviar mail a info@todoape.es o whastapp a 657358275.