

Mi reflejo y yo



ESPACIO GRUPAL PARA DESARROLLO EMOCIONAL Y DE LA IDENTIDAD EN JOVENES DE 10 A 13 AÑOS

Este espacio grupal, para chicos y chicas entre 10 y 13 años de edad, profundiza en el conocimiento de las emociones y desarrollo personal. Está ideado para construir un lugar donde poder hablar sobre que son y cómo funcionan las emociones con la mirada sobre uno mismo y los demás.

¿A QUIÉN SE DIRIGE?

Chicos y chicas entre 10 y 13 años.

Más Información:

Servicio Arlobi-Adoptia | tlf.: 94.474.52.55

OBJETIVOS

- Aprender y trabajar sobre la gestión de las emociones propias y en relación a los demás.
- Desarrollar habilidades en las relaciones con iguales.
- Aprender estrategias autoregulación emocional.

CONTENIDOS

- Identificación y gestión de las emociones.
- Autocimiento.
- Autoregulación emocional

METODOLOGÍA

- **Temporalidad:** 3 sesiones + devolución
- **Precio:** 85 € (taller completo)
- **Fechas:** 25 de mayo, 1 y 8 de junio de 2023.
- **Horario:** 18:00-19:30h.
- **Nº de participantes:** 6 máximo

Más Información:

Servicio Arlobi-Adoptia | tlf.: 94.474.52.55