



**GRUPS
D'EDUCACIÓ
EMOCIONAL
I
D'HABILITATS
SOCIALS**



EN QUÈ CONSISTEIX?



La teràpia grupal dota als nens i nenes d'eines per a prevenir problemes interpersonals, millorar

el clima escolar i el desenvolupament social de l'alumne. També per intervenir quan tingui problemes com aïllament social, rebuig, timidesa, relacions conflictives, baixa autoestima, hostilitat, conductes agressives...

Les activitats del curs estan pensades perquè apliqui al seu entorn (personal, social, familiar...)

les tècniques apreses al centre i per afavorir el seu desenvolupament social i augmentar el seu benestar.

A QUI VA DIRIGIT?



A nens i nenes de 1r fins a 6è de primària, hi hauria 2 grups un de 1r a 3r i l'altre de 4t a 6è. El mínim d'assistents a cada grup seria de 5 infants.

QUINA DURADA TÉ?



Sessions de 45 minuts a la setmana durant tot el curs escolar.

OBJECTIU PRINCIPAL:



Dotar als nens i nenes d'intel·ligència emocional i interpersonal.

OBJECTIUS:



1. Introduir les habilitats bàsiques: somriure, saludar, presentar-se, ser amable...
2. Ensenyar com fer amics i com mantenir amistats (bon tracte i mal tracte).
3. Millorar la comunicació verbal i no verbal. Aprendre com iniciar, mantenir i acabar converses; tipus de comunicació; conversar amb adults i amb grup d'iguals.
4. Expressar emocions, sentiments, desitjos, gustos i preferències: poder expressar els propis sentiments (positius i negatius) i escoltar el dels altres; aprendre a presentar una queixa i a rebre-la; aprendre a negociar i a estar en acord o desacord amb l'altre.
5. Augmentar el llenguatge positiu respecte els altres.

OBJECTIUS:



6. Respondre adequadament a les crítiques.

7. Aprendre a respectar i que ens respectin.

8. Aprendre a controlar la conducta (autocontrol) davant d'ofensives o insults.

9. Solucionar problemes interpersonals: exercitar l'escolta activa, actuar com a mediadors i fomentant la comunicació assertiva. Identificar el problema, buscar solucions

(pacífiques i justes), anticipar conseqüències, escollir una solució i provar-la.

10. Fomentar l'empatia (comprensió i acceptació) i l'assertivitat (sinceritat, valentia i respecte), aspectes clau en habilitats socials.

11. Millorar la planificació i organització emocional.

PREU I HORARI:



40€/mes per infant

Migdia o tarda dilluns, dimecres o divendres.

CENTRE QUE IMPARTEIX L'EXTRAESCOLAR:



Espai Ubuntu

Centre de benestar: Logopèdia, psicologia,
ioga, massatges i tallers

infoespaiubuntu@gmail.com

C/Miramarges 7 baixos B, Vic (08500)

613062095

@espai_ubuntu