

### Taller de Autocontrol Emocional y Habilidades Sociales (Primaria y ESO)

#### OBJETIVOS:

- Fomentar su motivación y trabajar su autoestima.
- Reconocer y exteriorizar las emociones que nazcan en su interior.
- Controlar y aprender a gestionar reacciones externas ante conflictos, dificultades, logros, fracasos, etc.
- Fomentar la empatía, el respeto y el trabajo en equipo.
- Habilidades de autogestión emocional.
- Aprender habilidades asertivas.

El objetivo del taller es dotar a los/as participantes de herramientas que puedan poner en práctica en su día a día y, de tal manera, fomentar la relación con sus iguales, profesorado y familiares. Se pretende mejorar el comportamiento, la autoestima y el bienestar emocional, así como su gestión. Los contenidos de las sesiones se adaptarán a las necesidades del grupo, intentando abordar aquellas dificultades específicas que presentan al igual que aquellas que puedan surgir durante el desarrollo del taller.

Incluye, una **sesión para padres** sobre **manejo emocional y pautas en el entorno familiar**, se realizará el último día de taller. Así como en caso necesario se darán pautas familiares.

Se ofertan dos talleres: **Primaria y Secundaria**.

El taller consta de **11 sesiones de 1 hora semanal**. **Importe de cada taller Socios: 143 €. No socios: 165 €.**

#### Segundo Trimestre (Enero a Marzo):

Miércoles	
18 h – 19 h	Taller Habilidades Sociales 1 Primaria
19 h – 20 h	Taller Habilidades Sociales 2 Secundaria
Ene: 12, 19, 26	
Feb: 2, 9, 16, 23	
Marzo: 2, 9, 23, 30	

#### Tercer Trimestre (Abril a Junio):

Miércoles	
18 h – 19 h	Taller Habilidades Sociales 1 Primaria
19 h – 20 h	Taller Habilidades Sociales 2 Secundaria
Abril: 6, 13, 27	
Mayo: 4, 11, 18, 25	
Junio: 1, 8, 15, 22	

#### A TENER EN CUENTA:

**Los Talleres de Habilidades Sociales** se realizarán cuando haya número suficiente de inscritos para su realización (Mínimo 3).

**Consultas e Inscripciones a través del correo:** [area.psicosocial@apnadah.org](mailto:area.psicosocial@apnadah.org). **Teléfono:** 682 685 568 - Mar

**Indicando:** N.º socio, nombre y apellidos del socio, nombre y apellidos del niño, curso que está realizando, edad del participante y teléfono de contacto.

**Lugar de realización en la sede de APNADAH:** C/ Azagador de las monjas, 1D, bajo 2. 46018 Valencia.