

AVENTURAS Y EMOCIONES

Educación emocional

Porque aprender a leer y contar es importante...
¡pero también lo es aprender a sentir!

En esta actividad extraescolar, los más pequeños descubrirán, a través de juegos, canciones y cuentos, cómo reconocer sus emociones, expresarlas de forma positiva y convivir mejor con los demás.

Un espacio divertido y seguro donde crecer felices, ganar confianza y aprender a compartir lo que sienten.

¡Todo un entrenamiento para la vida!



COACHING PROJECT
MALLORCA



Para quién:

Alumnos de
de Educación
Infantil



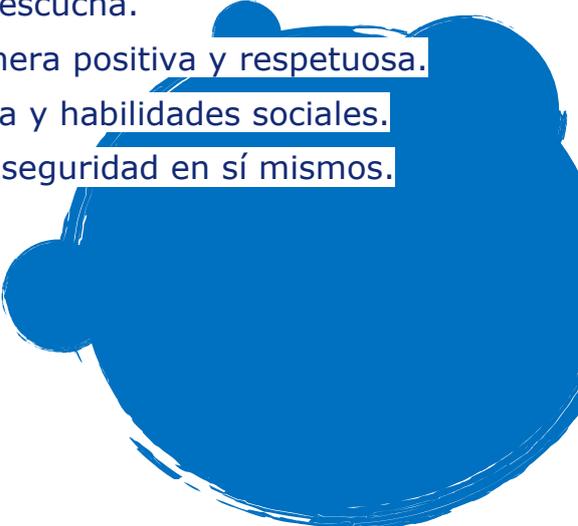
Horario:

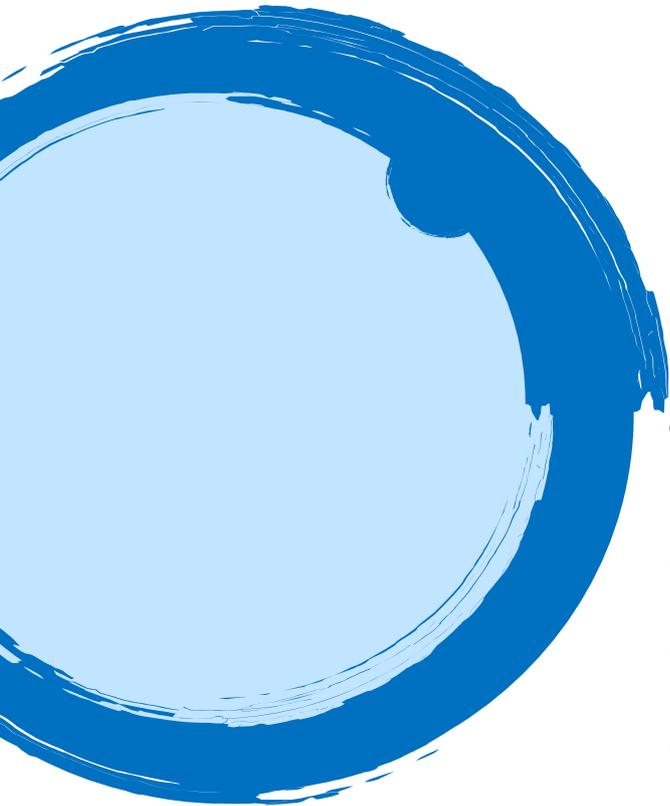
Lunes a las 14h.
De octubre a
mayo.



Tarifa: 51€/mes

Programa curso:

- ✓ Reconocer y poner nombre a sus emociones.
 - ✓ Regulación emocional: manejar la frustración y el enfado, potenciar la paciencia, tolerar el fracaso, regular los impulsos, afrontar el miedo.
 - ✓ Actividades de relajación.
 - ✓ Entrenamiento en escucha.
 - ✓ Expresarse de manera positiva y respetuosa.
 - ✓ Desarrollar empatía y habilidades sociales.
 - ✓ Ganar confianza y seguridad en sí mismos.
- 



¿Qué incluye el curso?

- ✓ Grupos reducidos para realizar un seguimiento individualizado.
- ✓ Grupos formados por niños de edades similares.
- ✓ Seguimiento semanal con las familias mediante circulares con los contenidos trabajados y retos a conseguir.
- ✓ Incluye dos sesiones individuales con padres.
- ✓ Material para fabricar todas las herramientas emocionales.

Equipo formador:

Lina Beltrán, licenciada en Psicología y Counselling. Postgrado en Coaching. Practitioner en PNL. Master en Psicopatología y Salud. Master en Trastornos de la conducta alimentaria. Cofundadora de Coaching Project Mallorca.

Laura Pérez, grado en psicología y trabajo social. Experta en psicología sistémica o de la familia.

