

GRUP D'HABILITATS PRO-SOCIALS I DE GESTIÓ EMOCIONAL ONLINE

ESPAI DE SUPORT, ACOMPANYAMENT I INTERVENCIÓ PROFESSIONAL PER MILLORAR LES HABILITATS DE REGULACIÓ EMOCIONAL I DE COMUNICACIÓ I INTERACCIÓ DEL NEN/A I DEL JOVE.

ESPECIALMENT ATENTS A LES NECESSITATS ESPECÍFIQUES QUE ES GENERIN DE LES CONSEQÜÈNCIES PSICOLÒGIQUES DERIVADES DEL PROCÉS DE CONFINAMENT-DESCONFINAMENT.

Truca'ns i Informa't



667666578

ayaespai@gmail.com

Objectius Generals de la Intervenció

- Abordar les conseqüències psicològiques derivades del procés de confinament-desconfinament i/o les situacions tràgiques que hagi pogut viure.
- Prendre consciència i abordar les diferents respostes emocionals i conductuals relacionades al procés de confinament-desconfinament:
 - Identificar i comprendre les emocions i respostes conductuals, pròpies i alienes, relacionades amb la realitat viscuda i prendre consciència de quines són més disregulades i/o poc adaptatives i, perquè.
 - Regular l'expressió emocional i la resposta conductual d'una forma més adaptada i saludable.
- Adquirir recursos, estratègies i habilitats de comunicació i interacció per millorar la competència interpersonal en situacions socials i afavorir l'ajustament emocional.
- Adquirir estratègies i recursos saludables en la resolució de conflictes personals i interpersonals.
- Potenciar les conductes pro-socials: escolta activa, empatia, assertivitat, companyerisme, altruisme, negociació, cooperació,...

Grups Reduits

Nens i Nenes 6-8 anys	Dilluns 17-18 hores
Nens i Nenes 8-10 anys	Dimarts 17-18 hores
Nois i Noies 10-12 anys	Dimecres 17-18 hores
Nois i Noies 12-14 anys	Dijous 17-18 hores

Truca'ns i Informa't



AYA

667666578

ayaespai@gmail.com