

CURSO DE EDUCACIÓN EMOCIONAL EN SECUNDARIA



Los alumnos de Secundaria tienen, en general, un gran vacío en su formación: graves carencias de tipo social, poca empatía, dificultades comunicativas, actitudes egocéntricas, falta de vocabulario para expresar sentimientos... Estas carencias no sólo repercuten en las relaciones con sus compañeros o con los profesores, sino que se convierten, en muchos casos, en un lastre para su vida académica y profesional.

Para ayudarles a superar esas carencias, favorecer su capacidad de regular las propias emociones, potenciar sus habilidades comunicativas, desarrollar la tolerancia a la frustración, potenciar su capacidad de esfuerzo y motivación ante el trabajo, se presenta este Programa de actividades de Educación Emocional que les proporcionará estrategias para el desarrollo de competencias básicas para el equilibrio personal.

OBJETIVOS:

- Desarrollar habilidades sociales fundamentales para un adecuado contacto con los demás.
- Profundizar en emociones básicas como son la empatía y la escucha activa.
- Abordar dificultades de comunicación que crean conflictos y distanciamiento.
- Facilitar la expresión emocional y el autoconocimiento.
- Aprender a tolerar la frustración

- Potenciar la capacidad de esfuerzo y automotivación.
- Fomentar la cooperación y el trabajo en grupo frete a la competencia

PROGRAMA DE CONTENIDOS

Programa de Educación Emocional para Educación Secundaria Postobligatoria
Desarrollo emocional en la adolescencia
Capítulo I. Actividades introductorias
Capítulo II. Conciencia Emocional
Capítulo III. Regulación Emocional
Capítulo IV. Autoestima
Capítulo V. Habilidades socioemocionales
Capítulo VI. Habilidades de vida
Capítulo VII. Secuenciación de actividades
Capítulo VIII. Conclusiones

DIRIGIDO A:

Maestros, profesores y docentes que quieran introducir técnicas de relajación en el aula.

Padres y madres que les interese el tema y quieran aprender para aplicarlo en casa.

Personal sanitario y social que trabaje con niños con necesidades especiales.

COSTE Y MATRICULACIÓN:

El curso en la modalidad a distancia consta de 100 horas, con el asesoramiento permanente de un tutor.

Para realizar la matrícula se cumplimentará el formulario que aparece en la web: www.atencionpsicosocial.org

El pago se corresponde a 120 € que deben abonarse en un solo pago al comienzo del curso. Se realizará en la siguiente entidad bancaria a nombre de la Asociación Española de Atención Psicosocial:

BANCO SANTANDER CENTRAL HISPANO: C.C 0049 6109 62 2116284648

www.atenciónpsicosocial.org
aedap@atencionpsicosocial.org
formacion@atencionpsicosocial.org

Para cualquier duda o consulta: Tel. 637 076 325 (en horario de mañanas)