

INTELIGENCIA

a través de la música, juegos, pintura, rol playing

La aportación básica del trabajo emocional con niños y adolescentes, es precisamente que los cambios se realizan desde dentro hacia fuera, creando un nuevo significado gracias a buscar internamente soluciones. Al hacerse cargo de sus emociones, podrá regularlas de forma serena y responsable, sustituyendo los ataques de rabia, o la impulsividad por un control de sus sentimientos. A su vez, explorarlos es una buena manera de entender la de las demás, desarrollando la capacidad de empatía, aprendiendo a relacionarse con sus iguales, estableciendo vínculos afectivos sanos. Este estado emocional de equilibrio hace que los niños consigan mantener la atención y concentración en lo que están realizando, sin ninguna agitación mental que absorba todo su tiempo, de esta manera, comienzan a rendir más y mejor en el colegio, consiguiendo buenos resultados académicos.

Objetivos

- *Reconocer las emociones
- *Conocer el impacto de las emociones y aprender a gestionarlas
- *Dotar de herramientas necesarias que faciliten el manejo de situaciones emocionales difíciles, como el control de impulsividad o la baja tolerancia a la frustración
- *Fomentar la comunicación asertiva, la empatía y la seguridad en uno mismo
- *Desarrollar habilidades socioemocionales

EMOCIONAL

Metodología

Basada en actividades lúdicas relacionadas con el arte, la música y el movimiento expresivo para la **Detección, Reconocimiento e Integración de emociones**.

Ayudando a estimular la autoconciencia emocional.

Definiendo ¿Qué son las emociones? ¿para qué nos sirven en nuestra vida diaria?

Reconociendo e integrando emociones mediante dinámicas grupales para el conocimiento del cuerpo y su lenguaje no verbal

Canalizando emociones a través de: expresiones corporal, la música y proyecciones audiovisuales, pintura, rol playing

Reflexionando en un espacio “EL círculo de la confianza” donde cada uno podrá expresar lo que quiera y necesite.

Facilitando estrategias para una regulación e integración emocional.

Podrán aprender estrategias saludables como el distanciamiento, apoyo social, planificación de resolución de conflictos, distracción conductual, coherencia de emociones y pensamientos para una adecuada respuesta emocional.

Desarrollando habilidades sociales. La escucha activa, comunicación asertiva y el trabajo en equipo

Emocional

Emociones

Sesiones de 1h 15 min. Este ciclo está fundamentado en la importancia de **aprender disfrutando**, a desarrollar competencias emocionales a través del coaching emocional. Cada sesión estará dedicada a una emoción y se trabajará desde dinámicas de aprendizaje basadas en *leguajes artísticos, desarrollando la creatividad y la espontaneidad.*

bloque 1: La rabia. “ Tengo fuego dentro de mí”

Bloque 2: El miedo. “ Mi zona de confort. No me muevo, no avanzo. ”

bloque 3: La alegría “”En estado puro”

Bloque 4: La tristeza “Sonrisas y lágrimas”

Bloque 5: Las relaciones personales. “ Tú y yo”

Bloque 6: El trabajo en equipo “ Sumando fuerzas”

Bloque7: Autoestima y confianza “ De sapos a principes”

Bloque 8: Emociones positivas “ La danza de la vida”

Horarios: Viernes de 17.30 a 18.45

Lugar: Aula de Musica. Plaza Peñuelas 11. Madrid

A partir del **19 septiembre**

1ª SESIÓN CON PADRES (para elaborar un plan de acción sobre necesidades reales de sus hijos)

Requisitos: ropa cómoda, pantalones largos

Precio **60 €**

Edades: 4 a 12 años.

Incluye:

- **Material para el desarrollo de las actividades**

TRAINING GESTIÓN DE EMOCIONES TRAINING INGLÉS A TRAVÉS DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

A través de técnicas de Inteligencia emocional y el feedback profesional, se le devolverá al niño de forma individual aspectos para trabajar en cada sesión como la gestión de emociones, la asertividad, la empatía, etc.

¿En qué consiste?

1 h de Ejercicios de estimulación y aprendizaje sobre capacidades socioemocionales, con dinámicas personalizadas e individuales para activar la comprensión y manejo de sus emociones.

45€ sesión

Se realizará un **INFORME -SEGUIMIENTO**. Cada trimestre el equipo de Cye Psicología devolverá a los padres un informe sobre la evolución observada. Pudiendo los familiares, si lo desean, solicitar una reunión para resolver cualquier tipo de dudas.

Cye psicología está formado por un equipo de profesionales expertos, con una amplia trayectoria en la **psicología infantojuvenil**. Desarrolla programas de intervención y evaluaciones neuropsicológicas. Diseña entrenamientos de Inteligencia emocional para niños y adolescentes basados en la metodología de coaching emocional. Pionera en la realización de training personalizados de gestión emocional con caballos para niños y adultos. Para más Información www.cye-psicologia.com

Verónica Martínez.

Coach personal y formadora. Socia fundadora de CyE Psicología. Equipo Multidisciplinar de psicología infanto-juvenil.

Directora Área de Formación en Coaching e I.E. Coach personal. Licenciada en H^a

Doctoranda en la Universidad de Sevilla. Docente en la Universidad de Sevilla

Formada en Coaching e Inteligencia Emocional por la Universidad Autónoma de Madrid.

Formada en Terapia Gestáltica. Instituto de Interacción (Universidad de Comillas).

Imparte talleres y cursos de Comunicación, Desarrollo personal, Inteligencia Emocional, y Dirección y Liderazgo



mail: secretaria@aulademusicas.com
aulademusicas.com
Tel. 915173971