Para adolescentes INTELIGENCIA EMOCIONAL

a través del inglés, la música y la expresion corporal

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

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
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

Inteligencia Emocional

Emociones

Ciclo 10

Sesiones de 1h 30 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*. También se desarrollará la expresión de emociones en *inglés* de manera que activen su capacidad linguistica.

Sesión 1: La rabia. " Tengo fuego dentro de mí"
Sesión 2: El miedo. " Mi zona de confort. No me muevo, no avanzo. "
Sesión 3: La alegría ""En estado puro"
sesión 4: La tristeza "Sonrisas y lágrimas"

Horarios: Viernes de 17..30 a 19.00
Lugar: Aula de Musica. Plaza Peñuelas 11. Madrid
A partir del **14 de Febrero**
Requisitos: ropa cómoda, pantalones largos
Precio **70 €**
Edades: 12 a 16 años.

Incluye:

- **Dos facilitadoras especializadas en Inteligencia Emocional y aprendizaje de idiomas**
- **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 elequipo de Cye Psicología devolverá a los padresun informe sobre la evolución observada. Pudiendo los familiares , si lo desean, solicitar unareunión para resolver cualquier tipo de dudas.

Personalizados

Aula de Músicas

1anguage/Coach

Psicología y Aprendizaje Multilingüe

Psicología

C y E

Crecimiento y Evolución

Equipo de psicología infanto-juvenil/adultos

Cye Psicologia

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

Verónica Martinez.
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 Hª
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

Mariola Pérez
Psicologa, Coach, Terapeuta, Language Coach, Formulación y Gestión de Proyectos Terapéuticos y Educativos
Coaching y procesos terapéuticos a nivel personal, ejecutivo, familiar e infantil
Language Coaching para el refuerzo de un segundo idioma
Terapias en español, inglés y francés y traducción instantanea presencial de terapias del francés al español y al inglés y viceversa (Ulysse, Bruselas)
Proyecto de adaptación al bilingüismo
Apoyo técnico en Organismos Internacionales en la identificación, formulación y gestión de proyectos terapéuticos y educativos (AECID-Agencia Española de Cooperación Internacional para el Desarrollo)
Elaboración de manual de intervención terapéutica e impartición de talleres
Participación en proyectos educativos para promover el desarrollo psicológico y social de sujetos con capacidades diferentes (Supporting People Scotland, Edimburgo)

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