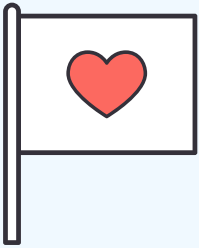


EDUCACIÓ EMOCIONAL

EXTRAESCOLAR

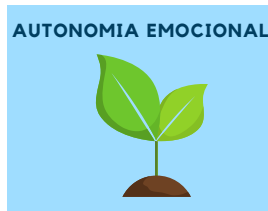
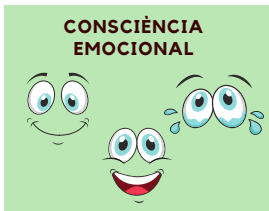
CENTRE DE PSICOLOGIA
INFANTO/JUVENIL I FAMILIAR



L'educació emocional és el procés educatiu que té com a objectiu el desenvolupament emocional i social de la persona. Educant perquè la persona adquireixi habilitats i competències per identificar i regular les emocions pròpies i dels altres, per dominar les habilitats socials bàsiques i adoptar comportaments apropiats i responsables per fer front satisfactòriament dels reptes diaris de la vida.

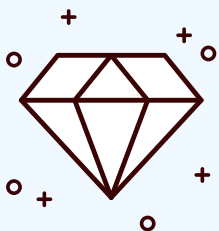


Al llarg dels cursos escolar, es contemplen diferents competències a treballar, habilitats i actituds necessàries per la plenitud interpersonal i intrapersonal. Aquestes competències es treballen tant explícitament en determinades sessions com transversalment al llarg de totes les sessions tenint en compte en tot moment l'edat i l'etapa madurativa de cada infant.



ELS EFECTES DE L'EDUCACIÓ EMOCIONAL COMPORTEN RESULTATS TALS COM:

- Desenvolupar l'habilitat de controlar les pròpies emocions
- Desenvolupar l'habilitat per generar emocions positives
- Prevenir els efectes perjudicials de les emocions negatives
- Desenvolupar la tolerància a la frustració.
- Millora de l'autoestima i l'habilitat d'automotivació
- Augment de les habilitats socials i de les relacions interpersonals satisfactòries.
- Desenvolupar la capacitat per controlar l'estrès, l'ansietat i els estats depressius.
- Millora del rendiment acadèmic.

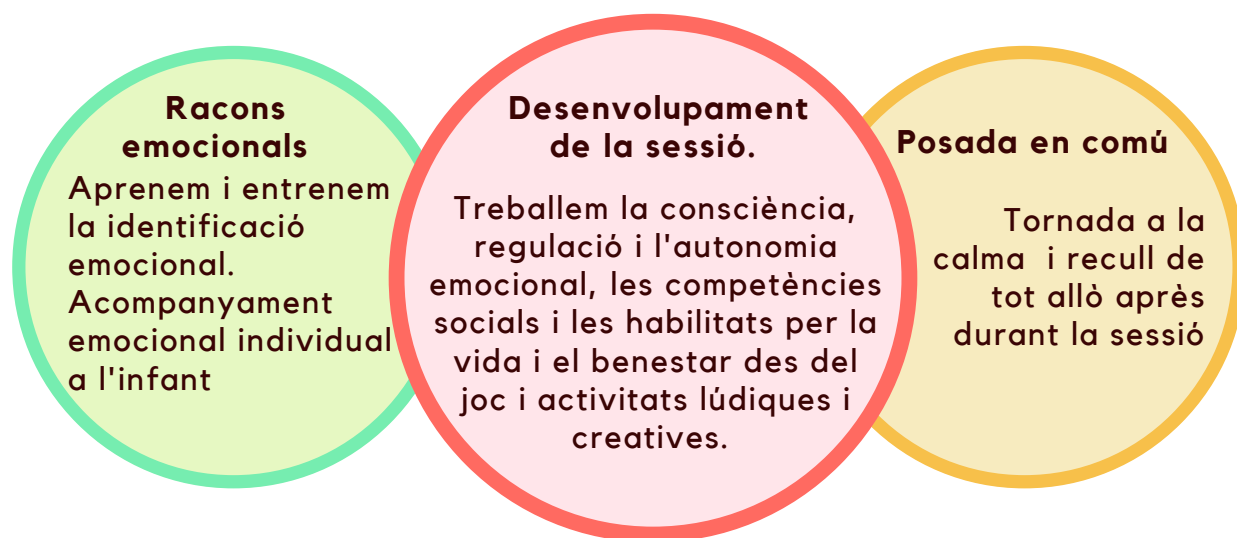




ESPAI NENS

Partim de la premissa que l'educació emocional no s'aprèn, **sinó que es viu**, per tant, les activitats que es realitzen al llarg de les sessions són activitats lúdiques i creatives per tal de que l'infant adquireixi millor les competències i habilitats de la intel·ligència emocional i per facilitar així una millor integració d'aquestes.

Totes les sessions es desenvolupen en tres parts:



ESPAI FAMÍLIA

Tallers d'educació emocional

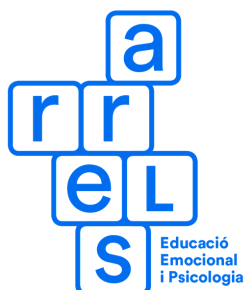
Tallers per mares i pares amb recursos pràctics i informació del contingut treballat i propostes d'aplicació a casa.

Espai personalitzat

Formulari inicial

Seguiment via email amb pares/mares durant al curs

Possibilitat de fer tutories amb l'educadora emocional de l'infant. (cost adicional)



CONTACTE:

LAIA FAURIA FRIGOLA.

Directora Arrels. Educadora emocional i psicòloga especialitzada en educació emocional, teràpia sistèmica i postgrau en acompanyament en processos de pèrdua i dol.

Telf. **697771830**

Mail. info@arrelsgirona.cat

www.arrelsgirona.cat

C/Rutlla 105 17003 Girona