



NUEVA EXTRAESCOLAR 2016-2017

ENTRENO MI MENTE

(Educación Emocional)

3º a 6º de Primaria

DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD:

El objetivo de esta actividad es capacitar a los niñ@s de conocimientos y competencias emocionales para la vida, y así aumentar su bienestar a nivel personal y social.

La Educación Emocional es una innovación educativa que fomenta el autoconocimiento, la autoestima y la empatía, entre otros, y les enseña básicamente a aprender de ellos mismos a buscar activamente su bienestar teniendo en cuenta el de los demás, así como a expresar lo que sienten y a entender lo que sienten otras personas.

Esta actividad es fundamentalmente práctica y vivencial, y se realizan dinámicas y ejercicios individuales, por parejas y grupales. Se utilizan metodología, técnicas y herramientas, tanto de Neurolingüística (PNL) como de Inteligencia Emocional y Social, *Coaching* Educativo, Improvisación y *Mindfulness*.

Compromiso:

- Respeto máximo con las peculiaridades de cada niñ@.
- Relación abierta, honesta y colaborativa.
- Proporción de un entorno seguro y relajado.

IMPARTE:

Susana Sanz (Coordinadora Educación en ADITEC SOCIAL)
Socióloga, Coach y Formadora.
Educatora en Bienestar. Profesional de la Ayuda.

aditec
social

MÁS INFORMACIÓN:

620.206.984

susanasanz@aditecsocial.es

www.aditecsocial.es