

EDUCACIÓN EMOCIONAL:

Un aspecto imprescindible para el óptimo desarrollo personal de niños y niñas es la Educación Emocional. Por medio de dinámicas, juegos, técnicas y herramientas lúdico-terapéuticas entraremos en el mundo emocional de niños y niñas para que puedan tomar conciencia de sus propias emociones, de sus sentimientos y de la forma más saludable de gestionarlas para ellos, ellas, y el entorno. De esta forma, favorecemos el desarrollo de la inteligencia emocional de los menores, su autoestima y autoconcepto y al mismo tiempo aprendemos en un ambiente grupal, lo que resulta muy beneficioso para la propia identidad de los niños/as y les promueve que vayan explorando aprendizajes de cooperación, empatía o asertividad.

Justificación:

La infancia y la adolescencia está caracterizada por un momento vital en el que se producen multitud de cambios que afectan a todos los aspectos fundamentales de una persona: se modifica nuestra estructura corporal, nuestros pensamientos, nuestra identidad y también se modifican las relaciones que mantenemos con la familia y la sociedad.

En este periodo el alumnado puede sentir que no tiene éxito en lo que hace, sentir inseguridad, tener miedo, autoexigencia... es una etapa en la que construimos una nueva imagen personal que nos permite vernos como alguien distinto a nuestra familia. Esto hace que todo el grupo familiar se re-adapte a una nueva etapa.

El trabajo en grupo tiene la ventaja de ser como un mundo pequeño y aislado donde se puede experimentar el comportamiento actual y probar nuevas formas de conducta y de relacionarse. Es el escenario ideal para mejorar habilidades de contacto, para enseñarles a mantener su propia identidad mientras se relacionan con otros y donde aprender a escuchar y a ser escuchado, a respetar y ser respetado.



Metodología:

La metodología de trabajo será utilizando dinámicas y actividades vivenciales donde poder ahondar de manera práctica en los diferentes temas que les preocupan y que son de vital importancia en estas edades.

Algunas de los bloques temáticos que tocaremos son:

- Búsqueda de mi identidad. ¿Quién soy yo?, ¿Cómo soy yo?
- Importancia de la comunicación empática y no agresiva.
- Relaciones con los iguales.
- Relaciones parentales.
- Límites y normas.
- Miedos y bloqueos.
- Sexualidad y complejos físicos.
- Adicciones, drogas y nuevas tecnologías.

Y todos aquellos temas que surjan de la necesidad del grupo.

