



# GRUP EDUCACIÓ EMOCIONAL PER A INFANTS I LES SEVES FAMÍLIES

## A QUI VA ADREÇAT:

A nenes o nens, d'entre 6 i 11 anys , apròx

Grup reduït de 8 persones com a màxim i com de 4 com a mínim.

## QUE ES PRETÉN:

- Practicar habilitats socials i comunicatives, que ens permetin moure'ns amb més seguretat i serenitat en moments quotidians i més complexes (problemes familiars, dificultats autoestima o de comunicació,...)
- Gestionar i expressar les pròpies emocions ( el que sentim, necessitem i som) amb varietat de recursos i llenguatges (corporals, artístics, orals, ..)
- Augmentar la confiança i el coneixement sobre nosaltres mateixos, i els altres.

## COM HO FAREM:

A través del joc, i la consciència corporal (equilibri, respiració,simbolisme,...), amb varietat de materials i dinàmiques de grup. Creant un clima de confiança, calma i seguretat.

La família és el sistema més important on es couen i es pot modificar aquest món emocional. Fer un seguiment i anar modificant alhora, aquells comportaments, actituds o herències emocionals que dificulten la comunicació i fluïdesa amorosa dins la família, serà bàsic per a la millora eficaç dels nens i de les nenes, així com de la família.

El treball comporta:

- Dues sessions en grup al mes (una cada quinze dies).
- Alguna sessió individual, amb la família i el fill o filla, quan es cregui convenien.

Com a mínim un trimestre d'assistència per tal de poder valorar el progrés.

**Dimarts o dijous de 17 a 18h** les sessions de grup i les individuals a concretar amb cada família.