

Taller de gestió emocional.

Adolescents d'11 a 13 anys

Cap Rambla Nova

8 sessions d'una hora i quart amb freqüència setmanal

Del 9 d'octubre al 27 de novembre del 2024

Els dimecres a la tarda, de les 18:30 a les 19:45 h.

Treballarem els següents temes adaptats a l'edat

- Gestió de les emocions
- Gestió dels pensaments
- Autoestima
- Assertivitat
- Habilitats socials
- Control d'impulsos
- Resolució de conflictes
- Tècniques de relaxació



Les psicòlogues Referents de Benestar Emocional del CAP Rambla Nova, es posaran en contacte amb els pares o tutors legals, per fer una entrevista prèvia al taller.

On es fan els tallers?

Espai jove Kesse

Sant Antoni Maria Claret 12-14
43002 Tarragona

TARRAGONA
JOVE

Apunta't des
del QR 

