

Coordinadors

La coordinació del curs la realitza l'equip de FAMILIANOVA SCHOLA:

Josep Tomàs i Vilaltella

Senior Consultant, Psiquiatre.
Professor titular de Psiquiatria a la Facultat de Medicina de la UAB.
Director del mestratge d'especialització en paidopsiquiatria del Departament de Psiquiatria i Medicina Legal de la Facultat de Medicina de la UAB.
Responsable de la Unitat de Paidopsiquiatria a la Facultat de Medicina de la UAB.

Anna Bielsa i Carrafa

Psiquiatra i psicòloga clínica.
Adjunta de clínica de la Unitat de Psiquiatria infantil del Servei de Psiquiatria de l'Hospital de la Vall d'Hebron

Santiago Batlle i Vila

Psicòleg clínic.
Diplomatura d'especialització en Psicopatologia Infanto-Juvenil i paidopsiquiatria.
Estudis Superiors especialitzats en Psicologia mèdica.

Montserrat Molina i Vives

Psicòloga clínica.
Mestratge d'especialització en Psiquiatria Infanto-Juvenil.
Especialista en parella: convivència i conductes afectivo-sexuals.

Aurèlia Rafael i Linares

Psicòloga clínica.
Mestratge d'especialització en Psiquiatria Infanto-Juvenil.
Especialista en infància, pautes i actituds educatives.

Altres Serveis

- Assessorament Psicològic
- Diagnòstic Psicopatològic
- Tractaments
 - Psiquiàtric
 - Psicològic
 - Reeducació
- Seminaris
- Cursos
- Grups de Debat
- Xerrades a Escoles
- Conferències
- Escola de Pares



c/ Guillem Tell, 51, 4t
08006 - Barcelona
Tel. 932184555

www.familianova-schola.com
info@familianova-schola.com

Aprenent a
millorar les
relacions amb
els altres



**CURSOS
D'HABILITACIÓ SOCIAL**

Dirigits a:
Infants
Adolescents
Adults



Les habilitats socials son el conjunt de conductes que una persona manifesta en les seves relacions amb els altres.

A través de les HHSS s'expressen els sentiments, actituds, desitjos, opinions o drets, però d'una manera adequada a la situació, i respectant, al mateix temps, aquestes conductes en els altres.

Contribueixen a la reducció de comportaments problemàtics i del malestar personal, i se sumen al repertori adaptatiu i social de les persones, contribuint a l'autoestima, la auto-responsabilitat, l'empatia, la resolució de problemes, l'establiment de relacions positives...

Objectius

- Desenvolupar la capacitat empàtica.
- Millorar la habilitat d'expressió emocional.
- Proporcionar tècniques per controlar els sentiments i reaccionar de forma assertiva.
- Adquirir les habilitats necessàries per al afrontament de les situacions-problema (crítiques, queixes, conflictes, pressió de grup, intimidacions, baralles...)
- Aprendre a negociar amb amics o companys evitant que els conflictes posin en perill les relacions.

Continguts

Introducció
Empatia
Maneig de sentiments
Reestructuració cognitiva
Habilitats específiques
Habilitats conversacionals bàsiques
Formulació de queixes o crítiques i com donar-les-hi resposta
Maneig de conflictes
Com respondre a la pressió dels altres

Destinataris

Infants i Adolescents que presentin dificultats en relacionar-se amb els altres, tant per problemes del seu comportament, com per dificultats d'inhibició i inseguretats a l'hora d'iniciar i mantenir relacions.

Adults amb voluntat per aprendre estratègies més efectives d'interrelació social.

Empreses que pretenguin informació o formació sobre relacions socials.

Formadors que vulguin aprendre com potenciar les dinàmiques socials i relacional dels seus alumnes.

Metodologia

El curs s'impartirà en 10 sessions 1hora i 30 minuts; realitzades en grups de 8-12 persones agrupades segons edats:

12-14 anys

15-17 anys

Majors de 18 anys

Inscripcions

C/ Guillem Tell, 51, 4t pis
08003 - Barcelona
Tel. 932184555

Per a més informació demanar per un dels coordinadors.