CURSO COACHING Y EMOCIONES

El curso de coaching y emociones persigue dos grandes objetivos: el entrenamiento de la inteligencia emocional y la consecución de objetivos por parte del alumno con el fin de conseguir su satisfacción personal y un aumento de su autoconfianza. Para ello, los niños junto a Noah, compañera de viaje, van a visitar todos los continentes. Cada uno representa un área de la inteligencia emocional. En cada parada, el niño va a vivir aventuras y va a adquirir herramientas que le servirán para su día a día en el colegio, con sus amigos, estudios y familia.

¡Regala a tu hijo/a habilidades para la vida!

COACHING PROJECT
MALLORCA

Para quién: alumnos de 1º a 6º de Educación primaria

Modalidad: Presencial. Se realiza 1 vez a la semana. Desde octubre a mayo

Tarifa:50€/mes
7€ Material (único pago)

Programa curso:

- ✓ **MÓDULO 1: Presentación**. Rompiendo el hielo y trabajando las habilidades sociales.
- ✓ **MÓDULO 2: Plan de acción**. Creando el plan individual de viaje.
- ✓ **MÓDULO 3: Autoconocimiento.** ¿Quién soy? ¿Cuál es mi diálogo interno? Conociendo los diferentes tipos de pensamientos.
- ✓ **MÓDULO 4: Comunicación**. Estilos de comunicación. ¿Cómo me relaciono? Aprendiendo a poner límites.
- ✓ **MÓDULO 5: Emociones** Aprendiendo a gestionar las emociones de rabia, miedo y tristeza.
- ✓ **MÓDULO 6: Autoestima**. ¿Cómo valorarme? ¿Qué cualidades y recursos tengo?
- ✓ **MÓDULO 7: Hablar en público.** Preparando la exposición final de todo lo aprendido.

¿Qué incluye el curso?

- ✓ Grupos reducidos para realizar un seguimiento individualizado.
- ✓ Grupos formados por niños de edades similares.
- ✓ Evaluación mediante test al inicio y al final del curso con el fin de poder medir de forma objetiva la evolución del niño.
- ✓ Seguimiento semanal con las familias mediante circulares de los contenidos trabajados y retos a conseguir.
- ✓ Incluye dos sesiones individuales con padres.
- ✓ Presentación de los niños a sus familias al final de curso mostrando lo aprendido y conseguido.
- ✓ Mochila y diario de viaje.
- ✓ Material para fabricar todas las herramientas emocionales.

Equipo formador:

Lina Beltrán, licenciada en Psicología y Counselling por Richmond University, Londres. Postgrado en Coaching. Practitioner en PNL por Instituto Potencial Humano, Madrid. Master en Psicopatología y Salud. Master en Trastornos de la conducta alimentaria. Cofundadora de Coaching Project Mallorca.

Sonia Barceló, licenciada en ADE con especialidad en recursos humanos. Coach experta por el Instituto Europeo de Coaching de Madrid. Practitioner en PNL por Instituto Potencial Humano, Madrid. CP1 Neuroemoción por el Institut Enric Corbera (Barcelona). Cofundadora de Coaching Project Mallorca

Inscripciones:

Lina Beltrán 656892590

lina@coachingprojectmallorca.com

www.coachingproject.com

EDUCACIÓN EMOCIONAL INFANTIL

Un mundo de emociones

El curso tiene como objetivo que el niño tenga una buena base de educación emocional para que crezca seguro y con autoestima. Para ello, los alumnos van a aprender a identificar las emociones primarias y adquirirán herramientas para regularlas. La metodología es puramente lúdica y práctica. Los niños aprenden jugando, sumergiéndose en el mundo de las emociones, entrenando la escucha, la relajación, tomando conciencia de su cuerpo, y mucho más…

¡Todo un entrenamiento para la vida!

COACHING PROJECT
MALLORCA

Para quién: Alumnos de 4º y 5º de Educación Infantil

Modalidad: Presencial. Se realiza 1 vez a la semana. Desde octubre a junio

Tarifa: 50€/mes (5€ material único pago)

Programa curso:

- ✓ Identificación y vocabulario emocional: alegría, tristeza, ira, miedo y asco.
- ✓ Conciencia corporal.
- ✓ Regulación emocional: manejar la frustración y el enfado, potenciar la paciencia, tolerar el fracaso, regular los impulsos, afrontar el miedo.
- ✓ Actividades de relajación.
- ✓ Entrenamiento en escucha.

¿Qué incluye el curso?

- ✓ Grupos reducidos para realizar un seguimiento individualizado.
- ✓ Grupos formados por niños de edades similares.
- ✓ Seguimiento semanal con las familias mediante circulares con los contenidos trabajados y retos a conseguir.
- ✓ Incluye dos sesiones individuales con padres.
- ✓ Mochila.
- ✓ Material para fabricar todas las herramientas emocionales.

Equipo formador:

Lina Beltrán, licenciada en Psicología y Counselling por Richmond University, Londres. Postgrado en Coaching. Practitioner en PNL por Instituto Potencial Humano, Madrid. Master en Psicopatología y Salud. Master en Trastornos de la conducta alimentaria. Cofundadora de Coaching Project Mallorca.

Sonia Barceló, licenciada en ADE con especialidad en recursos humanos. Coach experta por el Instituto Europeo de Coaching de Madrid. Practitioner en PNL por Instituto Potencial Humano, Madrid. CP1 Neuroemoción por el Institut Enric Corbera (Barcelona). Cofundadora de Coaching Project Mallorca