

Centro Rumbos



CURSO TALLER DE HABILIDADES SOCIALES

10 sesiones

Taller para Jóvenes en
Tránsito a la Adulthood:

Jovenes desde 17 años a 25
años



www.centrorumbos.cl

Centro Rumbos



Objetivo General :

Fomentar el desarrollo de habilidades sociales y emocionales en jóvenes en transición a la adultez, facilitando su capacidad para relacionarse, interactuar y socializar de manera efectiva.



@centrorumbos



+56 9 20066692

Objetivos Específicos :

- Mejorar las habilidades de comunicación: Expresarse claramente y escuchar activamente.
- Fortalecer la autoestima y la autoconfianza: Potenciar las fortalezas personales; Trabajar en la valoración personal.
- Fomentar el trabajo en equipo y la cooperación: compartir actividades que promuevan el apoyo mutuo.
- Desarrollar la capacidad para establecer y alcanzar metas: aprender técnicas de establecimiento de objetivos y planificación.
- Promover el manejo saludable de emociones: incorporar herramientas para el reconocimiento y la regulación emocional
- Facilitar la integración de nuevos participantes: Crear dinámicas que permitan la inclusión y el sentido de pertenencia.
- Desarrollar habilidades de socialización y establecimiento de redes: Facilitar espacios para la interacción social positiva y enriquecedora.
- Incorporar el aprendizaje práctico y experiencial: Utilizar metodologías activas que permitan aprender haciendo.

Beneficios

- Obtener conocimientos y la practica necesaria para mejorar habilidades sociales.
- Incorporar herramientas para alcanzar metas personales lograr un mayor bienestar.
- Desarrollar un mayor entendimiento de las interacciones sociales.
- Mejorar la comunicación efectiva .
- Lograr relaciones interpersonales efectivas en diferentes contextos de tu vida personal y profesional.



Temario



- Identidad y presentación y aceptación de mi mismo (autoestima)y mi imagen personal.
- Habilidades de comunicación, Empatía, asertividad.
Romper hielo, iniciar y mantener conversaciones
disculparse, negarse, etc
- Manejo positivo de la Ansiedad, control impulsos, expresión adecuada de la molestia y rabia.
- Trabajo en equipo, integración grupal, colaboración y cooperación.
- Situaciones como entrevistas, interrogaciones, invitaciones sociales, grupos, etc.

¡ESCRÍBENOS!



¿Que haremos?



- En cada sesión se abordará un tema específico .
- Te brindaremos algunos conceptos teóricos necesarios ejemplos prácticos y estrategias aplicables a situaciones .
- Brindaremos oportunidades prácticas para que los participantes ejerciten a través de role-playing y actividades interactivas
- Sesiones abierta para compartir experiencias y reflexiones sobre la aplicación de las habilidades en la vida cotidiana.
- El facilitador estimulará la participación activa y guiará la conversación hacia la comprensión más profunda de los conceptos aprendidos.
- Definiremos metas personales relacionadas con las habilidades sociales que desean desarrollar.
- El facilitador proporcionará sugerencias y apoyo para la planificación de metas alcanzables.





Metodología:

Vivencial Participativa:

Integra técnicas de relajación, Mindfulness, expresión, manejo del estrés, estimulación de la espontaneidad, acting actoral etc.

Valores

Taller completo, todo incluido, aplicación de test, \$290.000.

cupo mínimo 6 personas, máximo 8 personas

Para confirmar y reservar el cupo se debe realizar el pago del taller

¡Quiero participar !

Muy buena decisión. Para inscribirte realiza el pago por transferencia o WebPay, a través de nuestra página <https://www.centrorumbos.cl/pagos>

DATOS DE TRANSFERENCIA

Centro Rumbos SPA

RUT: 76.705.728-8

Banco de Chile

Cuenta Corriente 356-101-13-04

Mail: contacto@centrorumbos.cl

En asunto indicar: Taller HH.SS y nombre del o la participante

¡No te pierdas esta oportunidad de crecimiento personal y social, para tu hijo!

Contáctanos para más información e inscripciones.

+56920066692

+56228489557



www.centrorumbos.cl
talleres@centrorumbos.cl

