

HABILIDADES SOCIALES EN LA INFANCIA

ATENCIÓN/ASESORAMIENTO INDIVIDUAL A LAS FAMILIAS

Psicóloga responsable: **Irma Avellana Safranez**

Introducción:

Se trata de conseguir que l@s niño@s aprendan a interrelacionarse mejor con su entorno y a afrontar los problemas que les puedan ir surgiendo de una forma asertiva, con la seguridad interna de que pueden resolverlos sin ansiedad o temor. El entrenamiento en habilidades sociales les ayudará a ser más competentes socialmente, a estar mejor adaptad@s y a sentirse más satisfech@s.

Contenidos:

1- Habilidades Sociales de Conversación.

-Desarrollar habilidades positivas:

Hacer peticiones.

Dar y recibir cumplidos.

Expresar afecto, agrado y satisfacción.

-Iniciar y mantener conversaciones.

2 - Potenciar habilidades de autoafirmación.

-Defensa de los derechos propios y respeto del derecho del otro fomentando la empatía y la escucha activa.

-Expresión de sentimientos negativos.

-Afrontar conflictos, expresar diferentes opiniones y mantener discusiones, aprendiendo a escuchar y a aceptar las decisiones que se acuerden entre todos.

-Rechazar peticiones.

3 -Habilidades Sociales de Juego:

-Respeto de las reglas del juego y aumento de la tolerancia a la frustración.

4 -Técnicas de relajación fisiológica y cognitiva.

5- Aplicación de lo aprendido en diferentes ámbitos:

-Escolar y Familiar.

Metodología

-Aprenderán a través del juego y conversaciones, de una forma práctica, a través de la auto-observación y autoevaluación, aproximaciones sucesivas y autorrefuerzo.

-Se utilizarán técnicas de Role playing para ensayar y poner en práctica las estrategias aprendidas, y facilitar así su empleo y generalización a otros ámbitos.

-El desarrollo de los aspectos mencionados se realizará de forma flexible, teniendo en cuenta las características del grupo formado.

-Valoración continua de los contenidos trabajados.

===Sesiones de ASESORAMIENTO INDIVIDUAL para madres y padres, previa cita.

IRMA AVELLANA SAFRANEZ

Psicóloga colegiada CV-03031

Telef.: 686 31 55 77

irma.avellana@psicologosmarva.com