



## GRUPO PSICORIÉNTATE

GARCÍA NUÑEZ, SOFÍA  
G.PSICORIENTATE@GMAIL.COM  
[WEB: GRUPOPSICORIENTATE](#)  
[IG: @grupopsicorientate](#)  
TLF: 633 82 42 10

Este proyecto nace del estudio de la población infanto-juvenil en los últimos años. Se ve una notoria subida de jóvenes que adoptan conductas y actitudes perjudiciales para su bienestar y el de las personas de su alrededor (Consumo de drogas, comportamiento agresivo, etc.). También, se conocen cada vez más casos de jóvenes que sufren algún tipo de problema relacionado con la salud mental (ansiedad, depresión, etc.).

La intención de los talleres que se abordan en este proyecto es dotar de herramientas útiles a estos jóvenes y a los adultos que conviven con ellos. Con el fin de que, a través de la educación y la confianza, se pueda mejorar este tipo de situaciones y evitar y/o disminuir la aparición de problemas futuros. Para ello es necesario llegar a colegios e institutos, dónde poder desarrollar estas actividades en uno de los contextos que más les influencia.

La conducta de los adultos que acompañan a niños/as y adolescentes en su crecimiento personal, es fundamental para el desarrollo de su personalidad y actitud ante las distintas situaciones vitales que se les puedan presentar. El modelado es una de las formas de aprendizaje más útiles e influyentes en la adquisición de habilidades y conductas. De ahí surge la necesidad de enfocar varios de estos talleres en las figuras adultas del entorno próximo a estos jóvenes.

También se proponen otros talleres dirigidos a los propios niños/as y adolescentes, con el objetivo de dotarlos de habilidades y recursos para su crecimiento personal y toma de decisiones.

## **Objetivos**

Los principales objetivos de este proyecto son:

- Desarrollar un vínculo de confianza entre adultos y jóvenes.
- Adquirir habilidades para actuar de forma empática ante una situación problemática con hijos/as y alumnos/as.
- Enseñar hábitos saludables a los jóvenes.
- Adquirir conocimientos sobre los problemas de salud mental más presentes en la población infantojuvenil y obtener herramientas para convivir con ellos.
- Conocer la realidad acerca del acoso escolar y cómo actuar ante esas situaciones.
- Aprender las consecuencias del consumo de sustancias y dotar de habilidades para ayudar a los jóvenes.
- Dotar a los alumnos de estrategias de estudio que les permitan consolidar el aprendizaje.
- Orientar al alumnado respecto a sus planes futuros (estudios o trabajo), proporcionarles estrategias para desenvolverse correctamente en una entrevista y en la búsqueda activa de trabajo.
- Fomentar el crecimiento personal y una buena autoestima en niños y adolescentes.

## **Cronograma de los talleres**

Los distintos talleres que se ofertan para el curso 23-24 se componen de una parte explicativa del tema a tratar y una parte práctica para ensayar las técnicas y pautas aprendidas. Estos talleres y cursos son los siguientes:

### **TALLERES/CURSOS PARA PADRES, MADRES, TUTORES LEGALES Y PROFESORADO**

- Curso: Gestión de síntomas depresivos y otros trastornos del estado de ánimo, acoso escolar y prevención del suicidio en población infantojuvenil.**

Este curso se compone de tres talleres de 90-120 minutos de duración cada uno. Son los siguientes:

- Gestión de síntomas depresivos y otros trastornos del estado de ánimo.
- Acoso escolar.
- Prevención del suicidio.

- Taller: Gestión de la ansiedad en la población infantojuvenil.**

Duración: 90-120 minutos.

- Taller: Consumo de tabaco y otras drogas.**

Duración: 90-120 minutos.

- Taller: Problemas de la conducta alimentaria.**

Duración: 90-120 minutos.

- **Taller: Conducta disruptiva en niños y adolescentes.**

Duración: 90-120 minutos.

## **TALLERES PARA ALUMNOS/AS**

**Curso: Orientación educativa y laboral.**

Edad: 14-18 años.

Ese curso se divide en dos talleres de 60 minutos cada uno. Estos son:

- Orientación educativa.
- Orientación laboral.

**Taller: Aprender a aprender.**

Edad: 12-18 años.

Duración: 60 minutos.

**Taller: Habilidades sociales y resolución de conflictos.**

Edad: 12-16 años.

Duración: 60 minutos.

• **Taller: Gestión de la ansiedad.**

Edad: 14-18 años.

Duración: 60 minutos.

• **Taller: Acoso escolar.**

Edad: 10-14 años.

Duración: 60 minutos.

## Recursos

Para la realización de los talleres se necesita:

- Un aula o salón de actos (en función del número de participantes).
- Un proyector con sonido.
- Mesas y sillas para los asistentes.
- Pizarra.
- Tizas o rotuladores.
- Es recomendable llevar papel y lápiz si se quiere tomar anotaciones.
- El material necesario para las actividades lo llevará el equipo.

## Precios

- Particulares:
  - 10€/persona. Talleres para niños y adolescentes (60-90 minutos).
  - 15€/persona. Talleres para adultos (90-120 minutos).
  - 25€/persona. Curso de tres talleres.
  - 18€/persona. Curso de dos talleres.
  - Pack de 4 talleres (niños y adolescentes): 30€/ persona.
  - Pack de 4 talleres (adultos): 50€/ persona
  - Pack completo (talleres y cursos): 100€/ familia.
- Familias asociadas del AMPA:
  - 7€/persona. Talleres de 60-90 minutos.
  - 10€/persona. Talleres de más de 90 minutos.
  - 18€/persona. Curso de tres talleres.
  - 12€/persona. Curso de dos talleres.
  - Pack de 4 talleres (niños y adolescentes): 20€/ persona.
  - Pack de 4 talleres (adultos): 30€/ persona
  - Pack completo (talleres y cursos): 60€/ familia.

A cada taller podrá asistir un miembro de la familia.

También se puede adaptar el temario a otras edades en función de la demanda de las familias y de la entidad educativa.

Oferta válida durante todo el curso escolar.