

## TALLERES DE INTELIGENCIA EMOCIONAL PARA PREADOLESCENTES

### OBJETIVO DEL TALLER

El objetivo del taller es que los niños de entre 8 a 12 años aprendan mediante el autoconocimiento a identificar emociones, a permitirse sentir las y externalizarlas sabiendo que tienen una función útil, así como darles herramientas que les permitan gestionarlas de una manera saludable y ecológica.

### ¿QUÉ ES LA INTELIGENCIA EMOCIONAL?

Por definición la **Inteligencia Emocional** es la capacidad de reconocer sentimientos propios y ajenos, y la habilidad de gestionarlos.

El término fue acuñado por Salovey y Mayer y aplicado en resolución de conflictos en los colegios de EEUU en 1990. Daniel Goleman la hizo popular en 1995 desde sus columnas periodísticas atribuyéndola una capacidad en las relaciones sociales que despertaron el interés del gran público.

### ¿QUIÉN IMPARTE LOS TALLERES?

**JAVIER CARBAJAL** (Coordinador de los talleres)

Master en Coaching por la BIRCHAM INTERNATIONAL UNIVERSITY (BIU)

Experto en Inteligencia Emocional para niños por la BIU

**MARTA DÍEZ**

Master en Coaching por la BIU

Experto en Inteligencia Emocional para niños por la BIU

**TERESA BLANCO**

Master en Coaching por la BIU

Experto en Inteligencia Emocional para niños por la BIU

**ASUN DE ELORDUY**

Psicóloga Clínica

Master en Coaching por la BIU

**MARIA JESUS OTERO AYLON**

Experto en Coaching por la BIU

Experto en Inteligencia Emocional para niños por la BIU

## **RAFA BENITO**

Experto en Coaching por la BIU

Experto en Inteligencia Emocional para niños. BIU

## **AINA FONOLLERES**

Experto en Coaching por la BIU

Experto en Inteligencia Emocional para niños por la BIU

---

### **SOBRE EL PROGRAMA**

El programa del taller está avalado por el modelo del profesor D. Francisco Yuste referente en IE en España. Los últimos 25 años se ha dedicado a impartir talleres de IE y a la formación Master en Inteligencia Emocional en la Universidad Camilo José Cela y en la actualidad en la Bircham Internacional University.

Sigue la reconocida técnica a nivel internacional y de origen estadounidense que trabaja el Autoconocimiento, la Autorregulación y la Automotivación de las personas. Éstas son las primeras e importantes habilidades que componen la Inteligencia Emocional, imprescindible complemento a la Inteligencia Racional, y que está marcando la tendencia evolutiva de la educación en los últimos años.

El Modelo de Salovey y Mayer se compone de 4 habilidades fundamentales:

1. **PERCEPCIÓN:** Apoyar al niño a percibir las emociones propias y de los demás.
2. **FACILITACIÓN:** Facilitar las emociones: permitirte sentir las y saber expresarlas.
3. **COMPRESIÓN:** Aprender a identificar cómo funcionan las emociones y de qué me informan, así como cómo se combinan entre sí.
4. **REGULACIÓN:** Sentir las emociones propias y las de los demás, para promover la comprensión y el crecimiento personal.

¿CÓMO ES EL  
TALLER?

Con respecto al grupo:

- Hay momentos de interacción, en parejas e individuales.
- Compartir grupal e interacciones con los facilitadores.

Con respecto a la forma:

- Usos de juegos, dinámicas, procesos, ejercicios y tareas.

Con respecto a la metodología:

- Utilización de música, manualidades y pizarra.

Con respecto al número de alumnos y facilitadores:

- Los grupos tendrán un aforo máximo de 25 niños liderados por 3 facilitadores en Inteligencia Emocional.

---

¿CÓMO ES EL  
PROGRAMA?

1. Teoría de Inteligencias Múltiples, Howard Gardner.
2. Modelo de 4 Ramas de Salovey y Mayer.
3. Emociones Básicas.
4. Compromiso.
5. Honestidad.
6. Gestión del cambio.
7. Sentimientos.
8. Cargas emocionales: Culpa, Rabia, Victimismo.
9. Gestión emocional.
10. Creencias limitantes.
11. Autocompromiso.
12. Confianza.

---

¿A QUIÉN VA  
DIRIGIDO?

Preadolescentes de entre 8 a 12 años, a los que sus padres quieran que sus hijos aprendan de una forma práctica Inteligencia Emocional como "la capacidad de reconocer, aceptar y canalizar las emociones para dirigir nuestras conductas hacia objetivos deseados, lograrlos y compartirlos con los demás" (definición de Daniel Goleman).

HORARIOS Y  
FECHAS

El taller son 20 horas lectivas (de obligatoria asistencia a todas las jornadas).

TALLER DE LUNES A VIERNES

- De Lunes a Viernes de 10:00 a 14:00
- 28 AGOSTO AL 1 SEPTIEMBRE

TALLER FIN DE SEMANA

- Viernes 10:00 a 18:00, Sábado de 10:30 a 18:30 y Domingo de 10:30 a 14:30
- 30 JUNIO, 1, 2 JULIO

---

INSCRIPCIÓN Y  
COSTE DEL TALLER

El taller tiene un coste por niño de 120€ (IVA incluido).

El día que se formaliza la inscripción tendremos una entrevista personal de 10 minutos con cada padre que para solucionar posibles dudas.