

2

## Bloque 'Gestiona tus emociones'

### INTELIGENCIA EMOCIONAL Y GESTIONAR TUS EMOCIONES

- Desarrollar la empatía y el lenguaje corporal.
- Mejorar las relaciones con los demás.
- Potenciar la autoestima y actitud positiva ante la vida.
- Desarrollar la capacidad de auto observarse e identificar emociones. Habilidades para regular las emociones....



#### Objetivo

Con estos talleres aprenderán de forma divertida y práctica estrategias emocionales y sociales. Estas herramientas les ayudarán a mejorar su vida personal, social, escolar y familiar.

