

Empâtik®

Una vez iniciado el programa, podemos mantener el entrenamiento con talleres específicos, que encontraréis clasificados a modo orientativo, por ciclos:

Júlia Prunés 

www.juliaprunes.com

info@juliaprunes.com

+34 665631051

Educación Infantil

Ed. infantil y ciclo inicial

Ciclo inicial y medio

Ciclo medio y superior

El gato enfadado

Ayudando al gato de una canción, aprendemos a regular y a acompañar la ira, siguiendo los pasos del programa Empâtik y la técnica de la tortuga.

Una tormenta de miedo

A través de un cuento, comprenderemos el miedo y aprenderemos a regularlo y acompañarlo siguiendo los pasos del programa.

Palabras que cuidan

La protagonista de un cuento nos descubrirá el poder de algunas palabras para hacernos sentir bien o mal, y aprenderemos a utilizarlas con responsabilidad y empatía.

La pila de la emodiversidad

Fortalecemos la conciencia emocional utilizando la metáfora de la pila eléctrica y validando todas las emociones.

Así es mi corazón

A través de un cuento y las cartas de entrenamiento, conectaremos con nuestro corazón y las emociones que alberga compartiéndolas al ritmo de la música.

El círculo de las emociones

Descubriremos cómo funcionan las emociones y aprenderemos a regularlas para cuidar el bienestar, con un enfoque restaurativo

Círculo del bienestar

Partiendo del enfoque restaurativo, hablaremos del bienestar del grupo, de lo que cada uno necesita para sentirse bien en la escuela y de cómo podemos cuidarlo.

Puff, dragón mágico

A partir de este cuento-canción y de su protagonista, entenderemos mejor la tristeza y cómo acompañarla con la ayuda de los diferentes pasos del programa.

Las cartas Empâtik

Descubriremos nuevas emociones y su clasificación por familias, entrenando con las cartas del programa y a través de la expresión corporal, verbal y artística.

La jirafa y el chacal

Conoceremos dos formas de comunicarnos: de manera empática y respetuosa o invasiva y agresiva, según la Comunicación No Violenta de Marshall Rosenberg.

Talleres de mantenimiento