



TALLER DE INTERACCIÓN SOCIAL



CENTRO DÍA A DÍA
Psicólogos - Salud Mental

TALLER DE INTERACCIÓN SOCIAL

Toda expresión e interacción social es un acto de comunicación. El ser humano es un ser social y como tal necesita de los otros en su día a día. A lo largo de su desarrollo, ha de aprender a interpretar los mensajes que recibe y a expresar los mensajes que envía a los demás para poder desarrollarse y cubrir sus necesidades.

Las expresiones faciales de las emociones que sentimos son innatas pero hay factores individuales y culturales que influyen en la forma en que esas expresiones son interpretadas. La calidad de la interacción social depende de lo que expresamos con el rostro, el cuerpo y las palabras que expresamos. Hemos de estar atentos tanto al lenguaje verbal como al no-verbal y aprender a descifrarlo.

El objetivo del este Taller es aprender a modelar nuestro comportamiento para mejorar nuestras habilidades de comunicación y mejorar la calidad de las relaciones, mediante el aprendizaje de la Asertividad como modelo de comunicación y la Empatía con el otro.

El tipo de trabajo es grupal para así poder poner en práctica las técnicas aprendidas y compartir con los otros las experiencias vividas.

El taller va dirigido a todas aquellas personas que deseen fomentar y mejorar sus relaciones sociales desarrollando habilidades que les ayuden a gestionar eficazmente las emociones que acompañan a las dificultades que puedan aparecer en toda interacción social. Resolviendo de esta forma problemas de timidez, de fobia social, miedo a hablar en público o cualquier tipo de bloqueo cuando surge un conflicto entre personas que han de poder negociar.

FECHA PRÓXIMO TALLER:

día a día



Lo realiza:

WANDA COGOLLOS BARRACHINA

Psicóloga y Psicoterapeuta Grupal. Miembro de la SEPTG
(Sociedad Española de Psicoterapia y Técnicas de Grupo)