

OBJETIVOS

<ul style="list-style-type: none">• Adquirir técnicas y destrezas necesarias que ayuden a gustarse más a sí mismo	<ul style="list-style-type: none">• Adquirir y/o perfeccionar técnicas de resolución de problemas cotidianos	<ul style="list-style-type: none">• Adquirir competencias cognitivas que permitan el control de la propia conducta	<ul style="list-style-type: none">• Adquirir y reforzar competencias afectivas	<ul style="list-style-type: none">• Desarrollar habilidades de comunicación para establecer relaciones personales más satisfactorias
<ul style="list-style-type: none">• Adquirir competencias para la gestión emocional.	<ul style="list-style-type: none">• Promover la adquisición de valores y el respeto hacia los demás y hacia sí mismos	<ul style="list-style-type: none">• Propiciar reflexión sobre la igualdad de géneros y evitar situaciones de discriminación	<ul style="list-style-type: none">• Desarrollar comportamientos útiles en situaciones de interacción familiar	<ul style="list-style-type: none">• Manejar estrategias en relación a la educación de los hijos e hijas
<ul style="list-style-type: none">• Fomentar el desarrollo de hábitos de comportamiento saludable	<ul style="list-style-type: none">• Potenciar el desarrollo de la inteligencia emocional	<ul style="list-style-type: none">• Entrenar en técnicas de prevención, gestión y resolución de conflictos interpersonales	<ul style="list-style-type: none">• Fomentar el sentido de las responsabilidades y las prioridades cotidianas	<ul style="list-style-type: none">• Crear una cohesión grupal y un sentido de grupo-red de apoyo