

## PROFESIONALES:

Dirigido por:

**MARÍA MARTÍN VIVAR.**

Psicóloga y psicoterapeuta.

Coordinadora de la Unidad de Psiquiatría y  
Psicología del Niño y el Adolescente.

**CARLOS SALAS MERINO.**

Psicólogo y psicoterapeuta.

-----  
Colaboradores:

**Daniel Rama.** Neuropsicólogo.

**Sonia Mestre.** Neuropsicóloga.

**Guadalupe Chiclana.** Neuropsicóloga.

**Ana Calvo.** Neuropsicóloga.

**Isabel Martínez.** Psicóloga.

**Teresa Barrera.** Psicóloga.

**Sofía Carriles.** Psicóloga.

**Clara de Cendra.** Psicóloga.

**Myriam Quemada.** Psicóloga.

**Elena Trigo.** Psicóloga.

**María Contreras.** Psicóloga.

**Elisa García.** Psicóloga

**Victoire Terlinden.** Psicóloga.

**Álvaro Picazo.** Psicólogo.

**Marta Rodríguez.** Psicóloga.

**Inés Bárcenas.** Psicóloga.

**Dr. Iñaki de Arancibia.** Médico de Familia.

**Dra. Elena Serrano.** Médico Psiquiatra.

**Dr. Ignacio Civeira.** Médico Psiquiatra.

**Dr. López Cánovas.** Médico Psiquiatra.

**DR. CARLOS CHICLANA.** Médico Psiquiatra.



Contacto e información:

**Consulta Dr. Carlos Chiclana**

[mariamartin@doctorcarloschiclana.com](mailto:mariamartin@doctorcarloschiclana.com)

[carlossalas@doctorcaloschiclana.com](mailto:carlossalas@doctorcaloschiclana.com)

91 137 54 59 – 609 673 661

Avenida de Filipinas 52, 4ºE

28003 Madrid

[www.doctorcarloschiclana.com](http://www.doctorcarloschiclana.com)

 *Dr. Carlos Chiclana*

 *Dr. Carlos Chiclana*

# PROGRAMA DE INTELIGENCIA EMOCIONAL PARA ADOLESCENTES



La educación implica formar  
tanto la mente como el  
corazón.

## QUÉ ES:

Es un Programa grupal, diseñado para:

Asociaciones, Institutos, Clubs Deportivos, Colegios e Instituciones.

Dirigido a adolescentes que desean adquirir habilidades para reconocer, interpretar y responder ante las emociones propias y las de los demás y así favorecer su bienestar: personal, social, familiar y académico.



### CONTENIDOS:

PERCEPCIÓN EMOCIONAL.

IDENTIFICACIÓN EMOCIONAL.

FACILITACIÓN EMOCIONAL DEL PENSAMIENTO.

COMPRENSIÓN DE LAS EMOCIONES.

REGULACIÓN DE LAS EMOCIONES.

## OBJETIVOS DEL PROGRAMA:

1. Incrementar el conocimiento y dominio sobre las emociones.
2. Reducir los conflictos interpersonales dentro y fuera del centro.
3. Mejorar la autoestima y la autoeficacia.
4. Dotar de habilidades sociales como la resolución de conflictos y el entrenamiento en asertividad.

## CÓMO LO VAMOS A TRABAJAR:

- A. Identificando cuáles son las emociones primarias y secundarias y conociendo cómo se manifiestan en cada persona.
- B. Tomando conciencia de cómo, cuándo y por qué una emoción favorece que se realicen determinadas conductas.
- C. Aprendiendo a interpretar las manifestaciones de las emociones de los otros y de cada uno.
- D. Entrenándonos en técnicas específicas para regular cada emoción.

*Conócete para aceptarte mejor y*

*poder superarte.*



### **A QUIÉN VA DIRIGIDO:**

Alumnos de 3º de E.S.O.

Alumnos de 4º de E.S.O.

### **NÚMERO DE ASISTENTES:**

Entre 20 y 30.

### **DURACIÓN:**

10 HORAS.

Repartidas en 5 sesiones de

2 horas cada una.

### **PERIODICIDAD:**

Semanal.

### **LUGAR:**

Salón de Actos/Aula.

### **PRECIO:**

200€/sesión.

 Dr. Carlos Chiclava