



Gatazka egoeren ikasketa
eta kudeaketarako
taldeak.

ELKARBIZITZA HOBETZEKO PRESTAKUNTZA:

Tratu Onetarako Tailerra

2021eko Ekainean 4 saio
Asteazkenetan 9 – 16 - 23 y 30
Ordutegiak
Goizetako Taldeak 10etatik- 11,30era
Arrastietako Taldeak 19etatik- 20,30era



Partaidetza



EDUKIAK

GURE HARREMANAK ETA BIZI-KALITATEA HOBETZEN LAGUNDUKO DIGUTEN 3 MODULO INDEPENDIENTE ETA ELKAR KONEKTATUETAN BANATUTAKO PRESTAKUNTZA TEORIKO-PRAKTIKOA.

PERTSONALETIK (1. MODULUA)

FAMILIA/BIKOTETIK (2. MODULUA)

ETA SOZIALETIK (3. MODULUA)

IKUSPEGI TRANSBERTSALA DUEN GIZA KOMUNIKAZIOAN BARRENA EGINDAKO BIDAIA

HELBURUAK

1. ELKARBIZITZA POSITIBOA LORTZEA

2. GURE HARREMANAK HOBETU ETA HAUEKIN HOBETO SENTITU

3. GATAZKEN EBAZPENERAKO IRTENBIDE AKTIBOAK BILATZEN IKASI

4. PERTSONEN ARTEKO ELKARBIZITZA HOBETU

1. MODULUA

1. TAILERRA

NOR NAIZ NI? NIRE ERREALITATEA NOLA ERAKITZEN DUDAN AZTERTZEN

PENTSAMENDUAK ETA BERAIEN ERAGINA BARNEAN ETA KANPOAN EMOZIOAK IDENTIFIKATZEN

2. TAILERRA

ZERK HASERRETZEN NAU? ERREALITATEAREN INTERPRETAZIOA

KONTZIENZIAREN GARRANTZIA TRATU ONETAN ERANTZUNKIZUN PERTSONALA BALIOZTATZEN

3. TAILERRA

BAKARRIK BIZITZEKO GAI NAIZ?

KONTAKTU SOZIALA ETA AUTO- ZAINZA

AUTOESTIMAREN GARAPENA

4. TAILERRA

INDEPENDENTZIA VS DEPENDENTZIA

EMOZIOAK ETA HARREMANAK

HARREMAN MOTAK: KOOPREZIOA, KODEPENDENTZIA...

Amikeco Erakundeko profesionalen esku

ROBERTO OSLÉ

ALVARO MAMBRILLA

Tokia(Sede Amikeco)

C/ Moncada 10 bajo

(Rekalde) 48002

BILBO

Teléfonoa: 656 79 84 35

Posta: bilbao@amikeco.es

Web orria: www.amikeco.es

4 TAILERREN PREZIOA: 40 €

(KONTSULTATU LANGABETUENTZAKO, IKASLEENTZAKO... BEHERAPENAK.)