



+ Coaching per a joves

"El poder de l'autoestima"

Etapa **Secundària**

Objectius

- Augmentar l'autoconeixement
- Millorar l'autoestima i l'autoimatge
- Adquirir seguretat en un mateix
- Potenciar les nostres actituds, habilitats i talents

Tipus de taller

Tres sessions de dues hores aproximadament, una primera amb els coachs i formadors de Tàctica360° i dues sessions amb el tutor/a amb el suport de la guia didàctica.

Metodologia

Dinàmiques de grup
Activitats i exercicis de reflexió individual
Role-playing
Debat grupal

Conceptes a treballar

Autoestima, valors, habilitats, necessitats, objectius, autoimatge...

Grup

Màxim 30