

TALLERES PSICO-EDUCATIVOS PARA MEJORAR TU BIENESTAR Y TU CALIDAD DE VIDA

www.erikamonroy.com

¿Representas a una institución educativa y quieres capacitar a tus profesores y padres?

¿Quieres ofrecerle a tus alumnos herramientas para motivarlos a que logren sus metas?

¿Eres padre y necesitas actualizarte con información para crear mejores vínculos con tus hijos?

¿Tienes un grupo de amigos que les inquietan los mismos temas y quieren aprender más sobre ello?

¿Tienes una empresa y deseas mejorar el clima laboral entre tus empleados?

¿Estas buscando espacios para que tu hijo adolescente desarrolle destrezas que le faciliten tener éxito?

**-Invierte ahora en educación emocional,
para ahorrarte problemas en el futuro-**

Desde hace más de 25 años me he dado a la tarea de diseñar una serie de programas adecuados para que de una forma amena y dinámica, los participantes, logren generar nuevos conocimientos, intercambiar ideas y crear grupos de soporte con un mismo fin; promoviendo con ello la mejora en la calidad de vida, relaciones personales, familiares y profesionales.

Beneficios

Los talleres psico-educativos constituyen una herramienta muy valiosa para la prevención de muchos conflictos socio-emocionales que actualmente estamos enfrentando como sociedad.

Durante los talleres abarco temas que estimulan el deseo de conocer más sobre sí mismo, conocer el uso adecuado de expresión de emociones por medio de comportamientos sanos y funcionales; resolver conflictos llegando a acuerdos, incrementar habilidades para comunicarse adecuadamente, etc. Fomentando con ello, sin duda, un impacto masivo, pues al crear individuos informados, creamos sociedades sanas.

¿Quién asiste a mis talleres?

- **Padres:** He creado una serie de talleres basados en temas que comúnmente interesan a los padres de hijos de todas las edades. Sin embargo, existen temas específicos para ciertas edades desde que la pareja se constituye hasta cuando los hijos son jóvenes.
- **Profesores:** Durante estos talleres revisamos información actualizada por medio de dinámicas grupales, que fortalecen a los profesores con herramientas que mejorarán sus pautas educativas, la relación con sus alumnos y padres de sus alumnos, por ende el ambiente escolar será armonioso.
- **Estudiantes:** Adolescentes y jóvenes universitarios, asisten a los talleres para incrementar sus destrezas y conocimientos que dan como resultado la mejorar en su relaciones interpersonales y ejecución de objetivos de vida.
- **Ejecutivos y Emprendedores:** He creado una serie de talleres específicos para la mejora en el clima laboral, por medio de temas muy puntuales que adecuo a las necesidades de la empresa.

¿Qué temas ofrezco en los talleres?

Dependiendo de las necesidades de cada individuo, institución educativa, o empresa, adecuo y sugiero los temas, sin embargo, tengo un menú con temas que he confeccionado dependiendo a quien va dirigido:

Padres de hijos de:

0-12 años

- Rivalidad entre hermanos
- Tu Rol como Padre
- La Escucha Activa y Asertividad
- Disciplina, Límites y Planeación
- Toma de Decisiones
- Autosuficiencia y Sobreprotección
- Manejo del Enojo y Rabietas (técnicas de relajación)
- Autoestima, Afecto y Confianza
- Inteligencia Emocional
- Valores, Intereses y Roles Sexuales
- Inteligencia Emocional

13 a 21 años-

Adolescentes y jóvenes:

- Adicción digital
- Comunicación asertiva
- Autoestima
- Prevención de acoso escolar (bullying)
- Inteligencia Emocional

Profesores:

- Solución de conflictos
- Manejo de grupos
- Disciplina y límites
- Toma de decisiones
- Manejo del estrés
- Técnicas de comunicación
- Inteligencia Emocional

Estudiantes: Adolescentes y Jóvenes universitarios

- Manejo de la Ansiedad y el Estrés
- Administración del Tiempo
- Hábitos de Estudio
- Asertividad
- Control del Enojo
- Plan de Vida
- Plan de carrera
- Liderazgo
- Inteligencia Emocional

Ejecutivos y Emprendedores

- Comunicación
- Motivación
- Liderazgo
- Análisis de Problemas y Toma de Decisiones
- Administración del Tiempo
- Manejo de Conflictos
- Plan de carrera
- Inteligencia Emocional
- Manejo del Estrés

¿Qué modalidades existen para llevar a cabo los talleres?

Existen varias modalidades para tomar mis talleres, dependiendo tus necesidades, el lugar con el que cuentas, y tu tiempo.

Intensivo:

Empresas y grupos privados, se verán beneficiados con esta modalidad pues en poco tiempo se abarca temas específicos acorde a sus necesidades.

- **Tiempo:** Son talleres de fin de semana, comúnmente son 6 horas por día.
- **Lugar:** En la instalación que el cliente asigna.

Semanales, quincenales o mensuales

Es una buena opción para instituciones educativas que ofrecen talleres esporádicos para los padres. También es una opción para empresas y/o grupos de personas que necesitan aprender un tema específico.

- **Tiempo:** Talleres que duran 2 horas y que se pueden calendarizar según las necesidades del grupo.
- **Lugar:**
 - En la instalación que el cliente asigna.
 - En línea para cualquier parte del mundo
 - En mi oficina.

Campamentos de verano:

Esta modalidad es ideal para los adolescentes y niños.

- **Tiempo:** Puede ser una o dos semana de 5 horas diarias.
- **Lugar:**
 - En la instalación que el cliente asigna.
 - En mi oficina.

Estos talleres los ofrezco comúnmente en inglés pues son presenciales en Miami, pero los puedo adecuar al español.

Si requieres más detalle por favor contáctame.

Emotional Intelligence for teens
What do I need to be a Leader
How to manage my time/Study Habits
Life & Career Plan For Young People
Leadership for Kids, Yes I Can

Escuela para padres:

“No hay padres ni buenos ni malos, hay padres informados o no”

Es una excelente opción para instituciones educativas que quieren ofrecer un servicio completo para los padres de sus alumnos. Al registrar a sus hijos se les da la opción de registrarse a su Escuela Para Padres.

Los temas se estructuran bajo un calendario, los participantes tendrán material de estudio, actividades para casa, etc.

- **Tiempo:** Aproximadamente 20 horas divididas en clases de 2 horas.
- **Lugar:**
 - En la instalación que el cliente asigna.
 - En mi oficina
 - En línea para padres de cualquier parte del mundo

Yo Papá, Yo Mamá

Para padres de niños de 0-12 años

- Tu rol como padre
- Tipos de familia
- Autoestima, afecto y confianza
- Comunicación
- Disciplina, límites y planeación
- Sexualidad
- Toma de decisiones
- Autosuficiencia y sobreprotección
- Valores, intereses y roles sexuales.

Mi adolescente tiene Alas

Para padres de hijos de 12-19 años

- ¿Cómo llevarme bien con mi adolescente?
- Diferencias sin desigualdades: Cuestión de género.
- Entiendo y acepto a mi adolescente.
- La negociación y establecimiento de límites.
- Factores de riesgo y factores que protegen de la violencia física y emocional
- Sexualidad.
- Hablemos con los adolescentes de temas difíciles.
- Confió en mi adolescente.

Creando mi Acuerdo familiar

Para padres de hijos de 0- 21 años

- Misión familiar
- Función de cada miembro de la familia
- Reglamento
- Obligaciones y responsabilidades
- Manuales de operación
- Horario familiar
- Presupuesto familiar

Grupos de Estudio Para Padres:

Son pequeños grupos de padres con intereses similares, no más de 12 personas.

El grupo decide qué temas quiere abarcar, se basa en la lectura de libros. Durante las reuniones cada padre tiene un tiempo específico para compartir lo leído con el grupo e intercambiar opiniones.

- **Tiempo:** 16 o más horas divididas en reuniones de 2 horas, ya sea quincenal o mensualmente.
- **Lugar:**
 - En mi oficina
 - En línea para padres de cualquier parte del mundo



P: +1 305 491 4282

E: erika@erikamonroy.com

W: www.erikamonroy.com



Clinical Educational Psychologist · Professional Certified Coach by The International Coach Federation.