

Qué veo, qué hago



Dirigido a alumnado a partir de 2º, 3º y 4º ESO, bachiller, FP y grados Euskera o Castellano

Más información: <https://konexio-ona.com/que-veo-que-hago/>

«Qué Veo Qué hago» explora y trabaja con una realidad emergente cada vez más frecuente en adolescentes y jóvenes... ansiedad, baja autoestima, apatía, relaciones tóxicas, falta de comunicación, baja tolerancia a la frustración...

En una sociedad acelerada y en constante cambio, vemos necesario ayudarlos en el desarrollo de la resiliencia y el pensamiento crítico para que puedan tomar decisiones informadas y con seguridad en sí mismas/os.

- **RESILIENCIA:** A través de diferentes contenidos (muy familiares para ellas y ellos) van a identificar cómo están tomando sus propias decisiones, en base a qué valores y cómo están influyendo en la construyendo de su identidad.
- **PENSAMIENTO CRÍTICO:** Cuestionamos lo que aparentemente se nos muestra como una única realidad ajustada a nuestras características personales, haciéndonos sentir únicos/as. Una realidad que se adapta a unas necesidades creadas previamente. Se hace necesario fomentar una mirada crítica que nos aleje de los intentos de manipulación.

Forma de actuación

Consta de 2 sesiones presenciales en las que se utilizan diferentes contenidos con los que las y los participantes rápidamente se identifican, implicándose activamente en la actividad.

Inscripción

Para ampliar información o hacer la inscripción, escribir un mail al siguiente correo o contactar mediante la página web.

konexioona@gmail.com

<https://konexio-ona.com/hablamos/>

Fundación Vital Fundazioa
Kordoi Etxea, Aiztogile 24, Vitoria-Gasteiz
945 776 858
info@fundacionvital.eus