

# OBJETIVOS

<ul style="list-style-type: none"><li>• Adquirir técnicas y destrezas necesarias que ayuden a gustarse más a sí mismo</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Adquirir y/o perfeccionar técnicas de resolución de problemas cotidianos</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Adquirir competencias cognitivas que permitan el control de la propia conducta</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Adquirir y reforzar competencias afectivas</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Desarrollar habilidades de comunicación para establecer relaciones personales más satisfactorias</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Adquirir competencias para la gestión emocional.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Promover la adquisición de valores y el respeto hacia los demás y hacia sí mismos</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Propiciar reflexión sobre la igualdad de géneros y evitar situaciones de discriminación</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Desarrollar comportamientos útiles en situaciones de interacción familiar</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Manejar estrategias en relación a la educación de los hijos e hijas</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Fomentar el desarrollo de hábitos de comportamiento saludable</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Potenciar el desarrollo de la inteligencia emocional</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Entrenar en técnicas de prevención, gestión y resolución de conflictos interpersonales</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Fomentar el sentido de las responsabilidades y las prioridades cotidianas</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Crear una cohesión grupal y un sentido de grupo-red de apoyo</li></ul>