



Taller Habilidades Sociales

Jóvenes en tránsito a la adultez

Presencial



Desde de 18 a 27 años .



Este taller está pensado para quienes están en un momento crucial de su vida: el tránsito hacia una mayor independencia. Está dirigido a jóvenes que presentan algún grado de ansiedad social, timidez, una condición neurodivergente, o que simplemente quieren fortalecer sus habilidades sociales.

Participarán en una experiencia de aprendizaje social y grupal, donde, de acuerdo con sus necesidades, se estimularán capacidades para:

- relacionarse con otros con más seguridad
- comunicarse de forma más clara y efectiva

- establecer vínculos en distintos entornos (sociales, académicos o laborales)
- desenvolverse con mayor naturalidad en situaciones cotidianas

En este taller pueden participar tanto quienes ya han asistido antes (para dar continuidad a su desarrollo social), como quienes deseen integrarse por primera vez.

Dirigido a

Adolescentes y jóvenes que quieran fortalecer sus habilidades sociales y comunicativas para desenvolverse con mayor seguridad en distintos contextos.

Objetivo del taller

Entregar herramientas prácticas y vivenciales para que cada participante pueda adaptarse mejor en el presente y construir recursos útiles para su futuro, fortaleciendo su confianza, autoeficacia y bienestar, y favoreciendo la creación de vínculos más satisfactorios y significativos.

¿Qué trabajaremos?

A través de actividades guiadas, se entrenarán habilidades para:

- Mejorar la comunicación verbal y no verbal (expresar ideas, escuchar, entender señales sociales).
- Fortalecer la toma de decisiones en situaciones sociales (qué decir, cómo actuar, poner límites).
- Desarrollar estrategias de resolución de conflictos (asertividad, negociación, manejo de desacuerdos).
- Aumentar la confianza para construir relaciones saludables en lo personal, académico y/o laboral.

Metodología

Taller con enfoque práctico y experiencial, en un ambiente seguro, respetuoso y colaborativo, ajustado a las necesidades del grupo.

Se trabaja mediante juegos, conversaciones guiadas, actividades grupales, simulación de situaciones reales y salidas cuando corresponda, favoreciendo el aprendizaje desde la experiencia.

Cada sesión incluye

- Ejercicios de autoconocimiento y desarrollo personal.
- Dinámicas para fomentar interacción, cooperación y trabajo en equipo.
- Análisis de casos y situaciones cotidianas (colegio, universidad, familia, amistades, espacios públicos).
- Espacios de reflexión y aprendizaje colaborativo.

¡Una oportunidad única para desarrollar habilidades que impactará positivamente tu vida!

Beneficios del Taller

Mayor seguridad y confianza al comunicarse.

Mejor lectura e interpretación del lenguaje no verbal.

Habilidades para iniciar, sostener y cerrar conversaciones.

Estrategias para resolver conflictos de manera asertiva.

Más facilidad para integrarse y participar en distintos entornos.

Aprendizaje en un entorno cuidado, seguro y de confianza.

Aprendizaje en un ambiente seguro y de confianza, donde puedes practicar, equivocarte y crecer a tu propio ritmo.

¿Por qué elegir este programa?



Porque es un programa especialmente diseñado para jóvenes en esta etapa, que los acompaña en la construcción de su independencia, que ha sido realizado con éxito anteriormente y les entrega herramientas concretas para desenvolverse con mayor seguridad en contextos sociales, académicos y cotidianos.

Se basa en un enfoque respaldado por evidencia, integrando estrategias de desarrollo de inteligencia emocional y entrenamiento en habilidades sociales desde modelos cognitivo-conductuales, junto con un enfoque neuroafirmativo y de educación emocional. Todo el trabajo está orientado a objetivos claros, con resultados concretos y observables.

Además, se propone un aprendizaje vivencial y práctico: las habilidades no solo se conversan, sino que se practican en actividades guiadas, dinámicas grupales y situaciones simuladas, en un ambiente seguro y respetuoso.

El programa también es ajustado a cada participante: el entrenamiento se adapta a las necesidades del grupo y de cada joven, considerando ansiedad social, timidez, neurodivergencia, dificultades para iniciar conversaciones u otros desafíos relacionales.

Consulta valores y descuentos

Contacto:

talleres@centrorumbos.cl

+56 9 20066692

Espacios seguros y significativos para el desarrollo emocional y social de niños, adolescentes y sus familias.

<https://www.centrorumbos.cl/talleresdeverano>

www.centrorumbos.cl

Inscripciones y consultas

- +56920066692 - talleres@centrorumbos.cl

