

## **TALLER HABILIDADES SOCIALES**

Objetivos generales:

Desarrollar y mejorar habilidades sociales básicas.

Objetivos específicos:

- Conocer herramientas básicas de las habilidades sociales.
- Disminuir la ansiedad ante las relaciones sociales.
- Desarrollar técnicas de comunicación no verbal.
- Aprender a iniciar, mantener y finalizar conversaciones.
- Aprender técnicas de resolución de conflictos interpersonales.
- Aprender a realizar y rechazar propuestas.