

# ALBA PSICOLOGOS

ar@albapsicologos.com

91. 672.56.82

## Aprender para aprender

### CURSO DE ESTRATEGIAS PSICOEMOCIONALES DE APRENDIZAJE EN HÁBITOS Y TECNICAS DE ESTUDIO NIVEL (Básico, Medio y Avanzado)

#### DESTINATARIOS:

Estudiantes:

- E.S.O
- CICLOS FORMATIVOS
- BACHILLERATO
- UNIVERSITARIOS
- OPOSITORES

#### OBJETIVOS:

- Que el estudiante sepa qué tiene que hacer y cómo para estudiar de un modo eficaz y agradable.
- Que el estudiante adquiera habilidades psicoemocionales, estrategias, técnicas y hábitos de estudio para:
  - Lograr mejores resultados.
  - Disfrutar estudiando.
  - Economizar tiempo para el ocio.

#### PROFESORADO:

Los cursos son impartidos por psicólogos de elevada cualificación profesional y especializados en formación en Técnicas de estudio y Habilidades Emocionales.

#### CONTENIDOS DEL CURSO:

- Entrevista inicial informativa e individual de 30 minutos
- Estudio agradable y eficaz. Estudiar y aprender.
- Mi perfil como estudiante
- Factores ambientales que influyen en el estudio.
- Factores personales que influyen en el estudio.
- Planificación y organización.
- Tratamiento de la información.
- El proceso de memorización.
- Procedimiento y conceptos
- Realización de trabajos y estrategias de búsqueda de información
- Los exámenes
- Entrevista final informativa e individual de 45 minutos

- Propuesta de un plan de seguimiento individualizado para después del programa, de tal manera que el alumno continúe trabajando de acuerdo con las pautas y técnicas que ha adquirido, construyendo así hábitos de trabajo efectivos, productivos y de aplicación a largo plazo.

\*Comunicación habitual y continuada a través del correo electrónico, con planes de acción concretos tras cada sesión.

**DURACIÓN:** 20 horas

**MODALIDAD:** Presencial (otras modalidades consultar condiciones)

**NIVELES:**

- Básico (12-14 años)
- Medio (14-16 años)
- Avanzado (16-19 años)
- Avanzado (adultos)

**GRUPOS:**

- Máximo de 12 participantes
- Mínimo cinco participantes

**MATERIAL:** Todo el material es entregado en formato electrónico.

**INSCRIPCIONES y más información (hasta agotar plazas):**

- 91 672 56 82 (tardes)
- Correo electrónico [ar@albapsicologos.com](mailto:ar@albapsicologos.com)

**SEGUIMIENTO:**

- o Número de sesiones según necesidades (mínimo 3, máximo 10)
- o Hora y media, dos semanales, 18 €/ cada una
- o Modalidades a elegir:
  - o presencial
  - o on-line
  - o a domicilio

**PRECIO:** 195 € (puedes conseguir hasta un 20% de descuento y otras ventajas si nos traes otros compañeros )