CENTRO DE SALUD MENTAL
Y BIENESTAR PSICOLÓGICO

RUMBOS
TALLERES DE HABILIDADES SOCIALES

HABILIDADES SOCIALES

Taller de Preadolescentes 9 a 12 años ·

(2026)

La preadolescencia es una etapa en la que surgen nuevas inquietudes: aumenta la sensibilidad frente a la opinión de los demás, cobra mayor importancia la imagen personal y se intensifica el deseo de pertenecer y sentirse parte de un grupo.

Para algunos niños y niñas, relacionarse con sus pares, expresar lo que sienten o desenvolverse en situaciones nuevas puede resultar más desafiante. Contar con oportunidades de práctica y acompañamiento puede ayudarles a fortalecer sus recursos y adquirir mayor seguridad en sus vínculos cotidianos.

Nuestro Taller de Habilidades Sociales ofrece un espacio estructurado y acogedor donde se aprende principalmente a través de la experiencia. Mediante juegos, actividades guiadas y ejercicios diseñados especialmente para su edad, los participantes practican habilidades para iniciar y mantener conversaciones, expresar sus ideas y emociones, escuchar a los demás, desenvolverse en grupo y resolver desacuerdos de manera respetuosa.

El taller busca fortalecer las habilidades sociales y socioemocionales mediante experiencias positivas de aprendizaje y encuentro, respetando la forma de ser, las necesidades y el ritmo de cada participante.



Una instancia para aprender jugando, fortalecer la autoestima, mejorar la convivencia .

¿A quién está dirigido?

A niños y niñas de 9 a 12 años que quieran fortalecer sus habilidades sociales y socioemocionales.

Puede ser especialmente beneficioso para quienes:

- Presentan timidez o inseguridad en situaciones sociales.
- Les cuesta iniciar o mantener conversaciones.
- Tienen dificultades para integrarse a grupos o acercarse a nuevos compañeros.
- Se sienten ansiosos frente a situaciones sociales nuevas.
- Les cuesta expresar lo que sienten o necesitan.
- Presentan dificultades para comprender algunas señales sociales.
- Se frustran con facilidad frente a desacuerdos o conflictos.
- Necesitan fortalecer autoestima y confianza interpersonal.
- Quieren aprender estrategias para comunicarse de manera más clara y asertiva.
- Requieren oportunidades de práctica social en un espacio acompañado.

El taller puede ser adecuado tanto para niños neurotípicos como neurodivergentes, siempre considerando las características, necesidades y posibilidades de participación de cada niño o niña.

Objetivo General

Promover el desarrollo socioemocional de los preadolescentes, entregándoles herramientas concretas afrontar los desafíos propios de esta etapa.

Objetivos Específicos

- Manejar ansiedad social.
- Reconocer, comprender y expresar emociones de manera adecuada.
- Fortalecer la comunicación verbal y no verbal.
- Desarrollar mayor seguridad para iniciar, mantener y finalizar conversaciones.
- Aprender a identificar y comprender señales sociales, como gestos, tono de voz, expresiones faciales y contacto visual.
- Fortalecer la autoestima, la confianza personal y la seguridad en las relaciones con otros.
- Desarrollar estrategias para afrontar la ansiedad o inseguridad en situaciones sociales.
- Favorecer habilidades para integrarse a grupos, participar y establecer vínculos positivos con sus pares.
- Practicar formas adecuadas de resolver desacuerdos, expresar necesidades y establecer límites.



Metodología y descripción del Programa:

- Máx. 8 participantes por grupo

Metodología vivencial y lúdica, especialmente diseñada para la preadolescencia y adaptada a perfiles diversos, incluyendo niños y niñas con timidez, ansiedad social.

Se fomenta un espacio seguro donde los errores son una fuente de aprendizaje, se ensayan habilidades paso a paso, ganan confianza y se van soltando progresivamente.

Incluye:

- Juegos cooperativos para practicar comunicación, paciencia y negociación.
- Actividades creativas y arteterapia para explorar y simbolizar emociones y autoestima.
- Role-playing de situaciones reales (discusiones, bromas, desacuerdos, presión de pares).
- Técnicas de regulación emocional: mindfulness, respiración, pausas, pensamientos alternativos.
- Estrategias de manejo de emocional, control de reacciones.
- Dinámicas interactivas enfocadas a tolerar la frustración .
- Conversaciones guiadas en lenguaje claro y accesible.

El contenido se adapta dinámicamente según las necesidades, ritmos de cada participante e intereses del grupo.

¿Por qué este programa es ideal para niños/as de 9 a 12 años?

Porque aborda los desafíos propios de la preadolescencia a través de una experiencia grupal, práctica y acompañada. Los niños y niñas pueden **ensayar, equivocarse y aprender**, desarrollando habilidades sociales mediante actividades vivenciales especialmente diseñadas para su edad.

A lo largo de las sesiones, reciben guía, orientación e intervenciones en el momento, lo que les permite comprender mejor lo que ocurre en las interacciones sociales y desarrollar un aprendizaje social.

Tu hijo/a tendrá la oportunidad de aprender, crecer y fortalecer sus habilidades emocionales y sociales, en un espacio cuidado y pensado para su desarrollo. 💛

¿Cómo inscribir a mi hijo/a en un taller?

La participación en nuestros talleres está sujeta a la disponibilidad de cupos y a una evaluación previa. Esta evaluación permite determinar si los objetivos y la metodología del taller se ajustan a las necesidades y características de cada participante.

Para iniciar la preinscripción, envíanos los siguientes datos del participante:

- Nombre completo
- Fecha de nacimiento (dd-mm-aaaa)
- Correo electrónico
- Teléfono
- Dirección

Una vez recibidos los datos, el proceso continuará de la siguiente manera:

1. Envío de la ficha de admisión: te enviaremos una ficha por correo, la cual deberá ser completada con los antecedentes solicitados.
2. Entrevista previa: dependiendo del taller y de los antecedentes entregados, el equipo profesional podrá solicitar una breve entrevista en línea o videollamada.
3. Confirmación de admisión: te informaremos si el taller es adecuado para las necesidades y características del participante, además de confirmar la disponibilidad de cupo.

4. Pago del taller: una vez confirmada la admisión, podrás realizar el pago mediante transferencia bancaria o a través de un enlace de Webpay, para pagos con tarjeta de débito o crédito. Indícanos qué opción prefieres para enviarte la información correspondiente.
5. Envío del comprobante: el comprobante de pago deberá ser enviado por correo electrónico, con una copia a nuestro WhatsApp.
6. Confirmación definitiva: una vez recibido y verificado el pago, enviaremos la confirmación de la inscripción junto con las indicaciones necesarias para participar en el taller.

En el caso de niños, niñas y adolescentes, la ficha de admisión deberá ser completada por su madre, padre o representante legal.

Contacto:
📩 talleres@centrorumbos.cl
📞 WhatsApp: +56 9 2741 8931



Condiciones que favorecen una buena participación

Para que la experiencia sea positiva para cada integrante y para el grupo, es importante que el niño o niña:

- Cuente con un nivel de autonomía acorde con su edad y etapa del desarrollo.
- Pueda comprender y seguir instrucciones y normas básicas de convivencia.
- Mantenga una actitud respetuosa hacia los demás participantes y profesionales.
- Pueda desenvolverse durante las sesiones sin requerir asistencia individual permanente.
- Presente una disposición mínima para compartir el espacio con otros niños, aunque al comienzo participe de manera más observadora
- Cuente con un nivel de estabilidad emocional y conductual que le permita participar de manera segura en el espacio grupal.

No es necesario que el niño o niña sea extrovertido, tenga facilidad para hablar frente a otros o se integre inmediatamente. El taller justamente busca ofrecer un espacio en el que pueda observar, ensayar, equivocarse, y desarrollar progresivamente mayor confianza en sus relaciones con los demás.

Consideraciones importantes

Los talleres de habilidades sociales constituyen una instancia de aprendizaje, acompañamiento y entrenamiento grupal. Sin embargo, no reemplazan una psicoterapia individual, un tratamiento psiquiátrico ni otros apoyos clínicos que la persona pueda necesitar.

Cuando existe sintomatología emocional intensa, desregulación significativa, crisis frecuentes o alguna condición que requiera atención especializada, es importante contar previamente con un nivel adecuado de estabilidad clínica y con el acompañamiento profesional correspondiente.

Las herramientas que los niños adquieren ahora se convierten en la base para una adolescencia más segura, equilibrada y con vínculos más saludables.

❤️ Centro Rumbos

Creamos espacios seguros y significativos para el desarrollo emocional y social de niños, adolescentes y sus familias.
¡Te esperamos!

Ante cualquier duda, quedamos atentos para acompañarte en el proceso de inscripción 🌱

🔗 **Más información y políticas de inscripción:**

https://www.centrorumbos.cl/talleresycharlas