



FES-TE UN SELFIE XARXES SOCIALS

MÒDULS I CÀPSULES FORMATIVES



Carrer Migdia, 31 · Oficina 1r B · 08720 Vilafranca del Penedès

 652 909 606  931 406 772  hola@meskelleure.cat



www.meskelleure.cat

Quantes coses podries aprendre amb 28 hores a la setmana...?

Aquestes són les hores que passem davant el mòbil de mitjana, 28 hores o dit d'una altra manera: 1 dia sencer i 4 hores a la setmana. Per aquest motiu és tan important saber fer un bon ús del mòbil. Avui en dia els adolescents configuren la seva personalitat i gran part de les seves relacions socials a través de les xarxes socials.

Encara que aquest ús per a molts pot semblar abusiu, la realitat és que avui en dia el mòbil és una extensió de nosaltres i l'utilitzem per múltiples tasques com comunicar-nos, mirar l'agenda, fer fotografies, llegir les notícies, escoltar música o penjar fotos a la xarxa. Aprendre a fer un ús ètic i respectuós de les xarxes socials és tant o més important que les matemàtiques o la llengua avui al segle XXI. Aquest mòdul pretén generar consciència i donar eines sobre com utilitzar les xarxes socials d'una manera més responsable.

Aquest Mòdul es pot contractar:

- Amb tot el pack de càpsules formatives.
- Una o mes càpsules formatives que siguin del vostre interès.

INFORMACIÓ MÒDUL

A la xarxa pengem un perfil on exposem la nostra identitat, però realment som nosaltres aquella persona que mostrem? Com afecta Instagram, els *seguidors*, els *likes* a la psicologia dels adolescents i a la seva autoestima? Com podem utilitzar les xarxes socials de forma intel·ligent?

Aquestes i altres qüestions es treballen a les dues càpsules formatives d'aquest mòdul

CÀPSULES FORMATIVES

1 QUI SÓC JO?

Autoconeixement, autoconcepte i identitat virtual.

2 QUANTS FOLLOWERS TENS?

Psicologia i xarxes socials.

Ús responsable

GRUPS DE FINS A 25 PERSONES





CF 1: QUI SÓC JO?

Autoconeixement, autoconcepte i identitat virtual.

QUÈ ES TREBALLARÀ?

Coneixem-nos a nosaltres mateixos ens serveix per tenir més confiança i saber com ens volem mostrar a les xarxes. Aprendrem què és la identitat digital i aprendrem a les mesures d'autoprotecció a situacions de risc.

CONCEPTES CLAU

Qui sóc jo? Quina imatge dono a les xarxes socials? Com em veuen els meus *followers*? Què és la identitat digital? Què és el ciberassetjament? I el sexting o el grooming? Com em puc protegir a les xarxes socials?

OBJECTIUS

- Treballar l'autoconeixement i l'autoimatge.
- Ser conscients de la imatge que donem a les xarxes socials: la identitat digital.
- Aprendre mesures de protecció per prevenir conductes o exposicions de risc a les xarxes socials.



DURADA DE LA CàPSULA

1 sessió

DURADA DE LA SESSIÓ

1,5 hores

MATERIALS NECESSARIS PER AL DESENVOLUPAMENT

Cadires	SI
Taules	SI
Pissarra	SI
Projector o pantalla	SI

En cas de no tenir, pissarra, projector o pantalla +klleure la proporcionarà.
Aquest taller en cas de necessitat, pot tenir una durada de 60 minuts.



CF 2: QUANTS FOLLOWERS TENS?

Psicologia i xarxes socials. Ús responsable

QUÈ ES TREBALLARÀ?

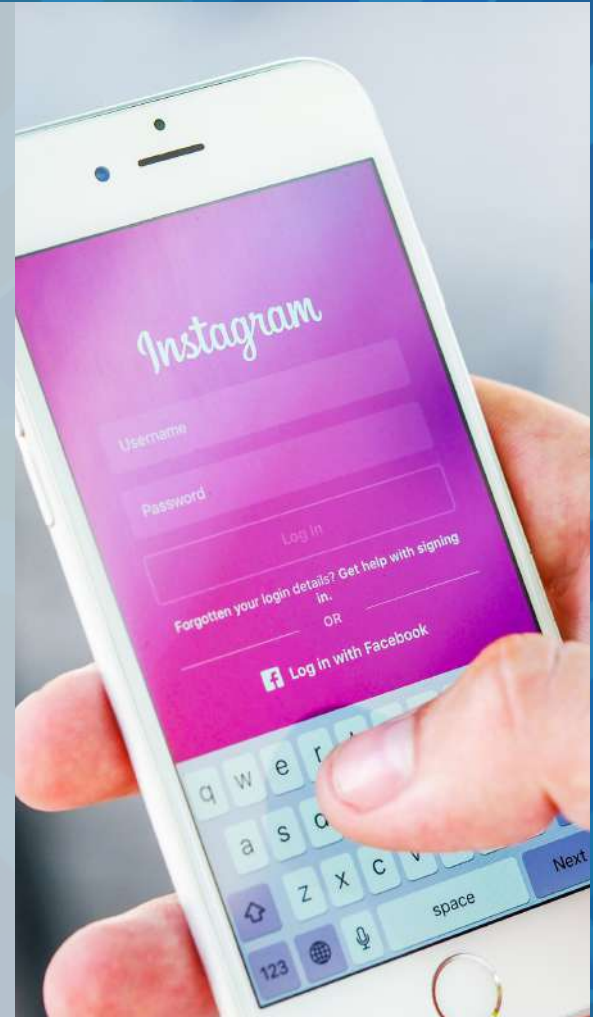
Aprendrem com afecta a la nostra autoestima l'Instagram o les altres xarxes socials, a ser conscients del poder que té que un comentari sigui vist per milers de persones i també com poder fer un ús responsable d'aquesta eina.

CONCEPTES CLAU

Com m'afecta a la meva psicologia les xarxes socials? L'Instagram pot perjudicar la meva autoestima? Quin poder tenen les xarxes socials? En faig un ús responsable? Sóc addicte a les xarxes socials?

OBJECTIUS

- Conèixer com afecten les *selfies* i l'Instagram a l'autoestima i a la psicologia de les persones.
- Ser conscients de l'abast que poden tenir les xarxes socials i tot el que hi pegen (Empremta Digital)
- Aprendre a tenir un ús conscient i responsable de les xarxes socials.



DURADA DE LA CàPSULA

1 sessió

DURADA DE LA SESSIÓ

1,5 hores

MATERIALS NECESSARIS PER AL DESENVOLUPAMENT

Cadires	SI
Taules	SI
Pissarra	SI
Projector o pantalla	SI

En cas de no tenir, pissarra, projector o pantalla +klleure la proporcionarà.
Aquest taller en cas de necessitat, pot tenir una durada de 60 minuts.



FORMADOR ALBERT PI

ESTUDIS

- Postgrau Educació Humanista
- Grau en Psicologia
- CFGS Integració Social

FORMACIÓ COMPLEMENTÀRIA

- Formació Educació Viva
- Practitioner PNL
- Formació en Intel·ligència Emocional
- Tècnica d'alliberació emocional - Tapping
- Facilitador Avançat PSYCH-K®
- Monitor de Lleure

EXPERIÈNCIA

- Integrador Social Infants Risc d'Exclusió
- Integrador Projecte Adolescents i Famílies
- Tallers a escoles i instituts
- Monitor cases de colònies, esplai i casal d'estiu
- Projectes de cooperació internacional amb infants (Nepal, Nicaragua, Mèxic)

