

# FORMACIÓN GRATUITA DE EDUCACIÓN EMOCIONAL PARA JÓVENES ENTRE 18 Y 24 AÑOS

## ¿QUÉ ES LA AKADEMIA?

La Akademia es un proyecto educativo promovido por Borja Vilaseca, presente en más de 50 ciudades de España de 7 países de Latinoamérica, que promueve de forma completamente gratuita la educación emocional entre jóvenes de entre 18 y 24 años. Su finalidad es acompañar a chavales que sientan curiosidad por conocerse a sí mismos y ayudarles a cultivar la inteligencia emocional, descubrir quiénes son verdaderamente a través del autoconocimiento y la responsabilidad personal, y reconocer sus talentos innatos y valores para tomar un camino profesional acorde con ellos.

Con el apoyo del Consejo de la Juventud de Castilla y León se lanza la tercera edición, curso 23/24, de la Akademia en la ciudad de Valladolid.

## DESTINATARIOS

Jóvenes con edades comprendidas entre 18 a 24 años.

## MODALIDAD, LOCALIZACIÓN Y FECHAS

**Modalidad:** Presencial

**Lugar:** Albergue “El Callejón” C/. Villalba de los Alcores. Valladolid

**Fechas y horarios:** Todos los martes de 16:00 a 18:30 desde el 17 de octubre de 2023 hasta el 28 de mayo de 2024.

**PLAZAS LIMITADAS**

## ESTRUCTURA DEL CURSO

La Akademia es un proceso pedagógico integral que consta de 96 horas de clases presenciales, divididas en tres grandes bloques. Se desarrolla a través de un taller

semanal de tres horas, desde el 17 de octubre hasta el 28 de mayo, impartido por diferentes profesionales. En paralelo, cada joven tiene a su disposición 15 sesiones de acompañamiento individual y personalizado con un coach o psicólogo experto, durante los meses de duración del programa. El curso se estructura en tres grandes bloques:

### **1.- Autoconocimiento**

Los jóvenes indagarán en este primer bloque acerca de quiénes son, cómo funcionan y cuáles son las motivaciones que hay detrás de sus actitudes y conductas, para aprender a dar lo mejor de sí mismos en diferentes dimensiones de su vida. Será un proceso de identificación y autoconocimiento, donde además descubrirán las ventajas de la gestión emocional y del desarrollo de una autoestima sana.

### **2.- Desarrollo personal y Liderazgo en valores**

En el segundo bloque, se invitará a los jóvenes a desarrollar todo su potencial, mejorando la relación que mantienen consigo mismos, con los demás y con el mundo, experimentando un cambio de paradigma en su manera de ver y de comprender la vida. Conocerán herramientas que les ayudarán guiarse desde la armonía y salud en su camino vital.

### **3.- Propósito vital y Vocación profesional**

En el tercer bloque, se invitará a los participantes a descubrir sus talentos y habilidades, diseñando un plan de acción orientado a emprender una profesión útil, creativa y con sentido, al servicio del bien común y acorde con sus valores personales. Los jóvenes finalizarán este bloque con una hoja de ruta realista y práctica con los pasos a seguir para convertir su profesión en un reflejo del ser humano que han descubierto que son a lo largo de estos meses.

## **REDES SOCIALES DE LA AKADEMIA**

@laakademiavalladolid

## **PLAZO DE INSCRIPCIÓN**

Abierto plazo de inscripción

-Puedes realizar la inscripción en la siguiente dirección de correo electrónico: [laakademiavalladolid@gmail.com](mailto:laakademiavalladolid@gmail.com), facilitando:

- Nombre y apellidos,
- Fecha de nacimiento,
- DNI
- Teléfono,
- Mail
- Una breve explicación de por qué quieres participar en este programa: Explícanos de forma honesta y mediante un máximo de diez líneas por qué y para qué quieres apuntarte a La Akademia. Por favor, no seas políticamente correcto, ni nos digas lo que crees que queremos oír. Escribe desde el corazón y trasládanos tu verdad. Una vez recibida la información, te contestaremos antes del inicio del curso para hacerte una entrevista personal y concluir así el proceso de admisión.

Las plazas son limitadas.

-También puedes realizar tu inscripción clicando en el siguiente formulario.

<https://docs.google.com/forms/d/19JcclEwj5MiKq4EQp3aZjWltlSJ8ALAfGoHQ8Yn9I0U/edit#responses>