

Taller Aprendiendo en familia

Desarrolla la Inteligencia Emocional en Familia de forma práctica y divertida, a través de dinámicas y juegos.



INSCRIPCIONES:
mindicsalud.com/eventos

Más información:
Mindic Psicología y Salud
C/ José María Pemán, 25 - Entlo.
03201 Elche
Tlf. 966 20 90 78 - 650 168 626
mindicsalud.com

Las emociones determinan nuestra conducta y la forma de vivir la vida. El manejo de las emociones es imprescindible para nuestro bienestar individual y para vivir en sociedad.

Los fuertes lazos emocionales entre padres e hijos, hacen necesario que unos y otros aprendamos a ser emocionalmente inteligentes para crear un buen clima familiar, transformar las situaciones conflictivas y así tener una crianza más fácil y feliz. Por lo tanto, la educación emocional desde las edades más tempranas es el primer eslabón de la educación de nuestros hijos.

Sesiones (Posibilidad de sesiones sueltas)

VIERNES 7 DE ABRIL

Charla informativa gratuita

Ven e infórmate.

VIERNES 28 DE ABRIL

Conocerme y saber cómo me siento:

Aprender a identificar tanto mis emociones como las de los demás.

VIERNES 12 DE MAYO

Querermé:

Conocer cuáles son mis cualidades y limitaciones, aceptarme y aprender a quererme.

VIERNES 26 DE MAYO

Superar mis miedos:

Identificar y aprender estrategias para hacer frente a los miedos.

VIERNES 9 DE JUNIO

Resolver los conflictos:

Buscar soluciones para los problemas que surgen en el día a día.

Horario:

De 18:30h a 20:00 en Mindic.

Dirigido a:

Familias con niños/as de 6 a 10 años.

Se formará un grupo de padres/madres y otro de niños/as. Ambos grupos realizarán de forma simultánea cada una de las sesiones.