

## Programa Xerrades Educatives per a famílies

# VINCLE I COMUNICACIÓ



### **Us heu trobat mai en una situació en què el vostre fill no us escolta? O en què una conversa acaba en una discussió sense sentit?**

En aquesta xerrada, descobrirem com utilitzar la intel·ligència emocional per establir una comunicació positiva i assertiva. Parlarem de com podem expressar-nos de manera clara i afectuosa, sense crits ni tensions, i de com podem convertir-nos en el referent emocional que els infants necessiten per créixer segurs i tranquils.

### **Què aprendrem en aquesta xerrada?**

- Eines per gestionar les emocions de manera positiva i assertiva.
- Recursos per desenvolupar la intel·ligència emocional dels infants i adolescents.

**Destinataris:** famílies amb fills de 0 a 6 anys

**Durada:** 1 sessió de 2 hores