

Programa Xerrades Educatives per a famílies

LÍMITS RESPECTUOSOS I SANS



Posar límits no sempre és fàcil i sovint genera tensions. Com podem fer-ho sense perdre la calma? Com podem ajudar infants i adolescents a acceptar la frustració? I com podem mantenir l'equilibri entre fermesa i respecte?

Aquesta xerrada convida a reflexionar sobre la importància dels límits per a un desenvolupament saludable. S'hi compartiran estratègies per posar límits clars i sans en les diferents etapes evolutives, i per gestionar rebequeries, enrabiades i frustracions amb tranquil·litat i empatia.

Què aprendrem en aquesta xerrada?

- Com establir límits clars i coherents segons l'etapa evolutiva.
- Com comprendre i gestionar la frustració i les rebequeries dels infants.
- Com ha de ser l'actitud de l'adult: acompanyar amb empatia, calma i respecte.

Destinatari:

- famílies amb fills de 0 a 6 anys,
- de 6 a 12 anys i
- de 12 a 16 anys

Durada: 1 sessió de 2 hores