

Programa **Xerrades Educatives per a famílies**

EM POSO NERVIÓS, PERQUE NO M'ENTÉN!



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