



TALLER FORMACIÓN PARA FAMILIAS

Acompañando a las emociones de nuestro@s hij@s en pandemia

Estamos viviendo una experiencia colectiva que nos impacta a todas cada día. **Nuestras emociones recorren cada día un abanico variado.**

¿Y tú? ¿Cómo te sientes hoy? ¿estas pudiendo gestionar tus emociones?

A nuestros hij@s les ocurre lo mismo.

Ahora más que nunca es necesario disponer de habilidades de gestión emocional

¿Te gustaría saber cómo acompañar a tus hijas en la expresión y gestión de las suyas?

En este encuentro trataremos de dar respuesta a esta pregunta. Veremos:

- Cómo están viviendo este momento. Algunas recomendaciones prácticas
- **Qué necesitan** l@s niñ@s de sus adultos
- Cómo ayudarles a **expresar y gestionar**
- Cómo **acompañar** (siguiendo el modelo de los cinco pasos)
- Cómo gestionar **nuestras propias emociones** como adultos

PONENTE: Marina Criado Jiménez, Psicóloga. Actualmente imparte **formación en competencia emocional** en entidades públicas y privadas a través de LLERUBI, centro de formación y asesoramiento.

Puedes conocer más sobre **Marina Criado**

Web: <https://lkerubi.com>

Instagram: @lkerubi



Foto: Taller autoestima AMPA

curso 2018-2019



**Viernes 27 de
Noviembre de 2020**
Horario 17:00 a 19:00 horas