

**“EDUCANDO EN POSITIVO:
PROGRAMA DE EDUCACIÓN EMOCIONAL PARA
PADRES Y MADRES”.**



**EDUCAR LA MENTE SIN EDUCAR EL
CORAZÓN NO ES EDUCAR EN ABSOLUTO**

Aristóteles.

En Emotiva apostamos por introducir la Inteligencia Emocional en los centros como base para el desarrollo de las habilidades socio-emocionales y sustento de un adecuado desarrollo personal y, por consecuencia, social.

Para ello os presentamos esta propuesta, para el desarrollo de habilidades socioemocionales esta vez de padres y madres.



Al convertirnos en padres, tomamos conciencia sobre la manera de educar y enseñar a nuestros hijos y nos preguntamos sobre cómo vamos a llevar la paternidad.

El programa de educación emocional familiar, pretende ser un punto de partida de aprendizaje y acompañamiento emocional de padres y madres, en el que no sólo creceremos emocionalmente como personas sino que adquiriremos herramientas para ser referentes emocionales de nuestros hijos.

Sus principales focos serán:

- El aprendizaje de competencias socio-emocionales.
- El acompañamiento y asesoramiento.

DESTINATARIOS

El programa está diseñado para trabajar con grupos reducidos de padres y madres, con el objetivo de favorecer el desarrollo e interiorización de habilidades socioemocionales de los mismos.



OBJETIVOS

- Desarrollar y ampliar las habilidades socioemocionales de los padres.
- Cuidar y mejorar el autoestima y bienestar de padres e hijos.
- Mejorar las relaciones entre los distintos miembros de la familia.
- Aportar herramientas para gestionar los conflictos cotidianos.
- Fomentar el pensamiento positivo.

CONTENIDOS

- “Cuidarse como padres, para cuidar de nuestros hijos”.
- “La inteligencia emocional en la familia como base de la convivencia”.
- “Los límites como marco del bienestar de nuestros hijos”.
- “Cómo ayudar a mi hijo a estudiar “.
- “Comunicación positiva”

METODOLOGÍA

- Sesiones mensuales de 1h 30 min-2h
- Práctica y vivencial.

TEMÁTICAS POR ETAPAS

EDUCACIÓN INFANTIL

◆ APRENDER A SER PADRES

- Aprender a ser padres: tener consciencia activa, aceptar que no se nace, ser un buen ejemplo emocional.
- Cómo establecer un apego seguro con mi hijo como base del crecimiento: cómo mejorar la comunicación y las relaciones de dependencia.

◆ LAS EMOCIONES EN CASA

- El aprendizaje de la gestión emocional: identificación y herramientas para mejorar la Inteligencia Emocional de padres e hijos.
- La familia como sistema de apoyo: ser un buen modelo, me cuido y me quiero para querer y cuidar (autoestima).
- La individualidad de cada uno: empatía y asertividad.

TEMÁTICAS POR ETAPAS

EDUCACIÓN INFANTIL

◆ **RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS:** educando en positivo.

- Desde las normas y límites.
- Desde la Inteligencia Emocional.
- Herramientas.

◆ **MODIFICACIÓN DE CONDUCTA**

- Refuerzo, castigo/consecuencia.
- Herramientas de la Inteligencia Emocional: autoestima y motivación.

TEMÁTICAS POR ETAPAS

EDUCACIÓN PRIMARIA

- ◆ **EDUCACIÓN EMOCIONAL PARA PADRES** en relación con sus hijos.
 - ¿Cómo entender y ayudar a nuestro hijo?
 - Seguridad y autoestima.
 - Gestión Emocional: estrategias para manejar el enfado, la tristeza, el miedo y la frustración.
 - Habilidades sociales: potenciar una adecuada comunicación familiar, desarrollar la empatía y la asertividad.

- ◆ **RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS:** educando en positivo.
 - Desde las normas y límites.
 - Desde la Inteligencia Emocional.
 - Herramientas.

TEMÁTICAS POR ETAPAS

EDUCACIÓN PRIMARIA

◆ MODIFICACIÓN DE CONDUCTA

- Cómo se adquiere una conducta: desarrollo de la Inteligencia Emocional.
- Refuerzo, castigo/consecuencia-
- Herramientas de la Inteligencia Emocional

◆ AYUDAMOS A NUESTROS HIJOS CON EL ESTUDIO

- Autoestima.
- Hábito.
- Motivación.
- Técnicas.

◆ EDUCACIÓN EMOCIONA Y ACOSO ESCOLAR.

TEMÁTICAS POR ETAPAS

EDUCACIÓN SECUNDARIA

◆ EDUCACIÓN EMOCIONAL PARA PADRES en relación con sus hijos.

- ¿Cómo entender y ayudar a nuestro hijo?.
- Seguridad y autoestima(imagen positiva y confianza en sí mismo)
- Gestión Emocional (Estrategias para manejar el enfado, la tristeza, el miedo y la frustración).
- Habilidades sociales (Potenciar una adecuada comunicación familiar, desarrollar la empatía y la asertividad...).

◆ RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS

- Desde las normas y límites.
- Desde la Inteligencia Emocional.
- Herramientas.

TEMÁTICAS POR ETAPAS

EDUCACIÓN SECUNDARIA

◆ LA FAMILIA Y LA COMUNICACIÓN

- Estilos.
- Facilitadores.
- Beneficios de la asertividad.

◆ AYUDAMOS A NUESTROS HIJOS CON EL ESTUDIO

- Autoestima.
- Hábito.
- Motivación.
- Técnicas.

◆ EDUCACIÓN EMOCIONAL Y ACOSO ESCOLAR.

EQUIPO FORMATIVO

El equipo que llevará a cabo las sesiones además de ser Especialista en el campo de la Inteligencia Emocional, Psicología Positiva y Coaching, está especialmente formado en la aplicación de dichas herramientas en el ámbito educativo (padres, niños y profesores).



METODOLOGÍA

La metodología que se llevará a cabo será totalmente práctica y vivencial, favoreciendo la vivencia de cada uno de los contenidos por parte de los padres.

La propuesta es totalmente flexible, concretando distribución, temáticas o bloques a desarrollar según intereses, necesidades y realidad del centro.



PRESUPUESTO

El colegio podrá concretar cuántas sesiones quiera, pudiendo ser contratadas por sesiones sueltas o bien por “paquetes temáticos”.

- Para solicitar presupuesto contactar en el 910 336 306, 622 955 21 o en el email info@emotivacpc.es

EMOTIVA CPC

**Calle Fuencarral, 123.
28010 Madrid**

Teléfono: 676 165 006

**Email: cristina@emotivacpc.es
info@emotivacpc.es**

Web: www.emotivacpc.es

**“EDUCANDO EN POSITIVO:
PROGRAMA DE EDUCACIÓN EMOCIONAL PARA
PADRES Y MADRES”.**

