CUANDO LAS EMOCIONES DESBORDAN: HERRAMIENTAS PARA LA GESTIÓN EMOCIONAL Y DE CONFLICTOS EN LA FAMILIA

Área formativa: COACHING

Modalidad: Presencial

Teléfono WhatsApp: 607 74 52 82

Precio: (50% matrícula / resto inicio)

DIRIGIDO A

- Padres, madres y tutores.
- Familias con niños o adolescentes.
- Personas responsables de la educación y el acompañamiento familiar.
- Familias que quieran gestionar mejor los conflictos y las emociones intensas en casa.

OBJETIVOS

- Comprender las emociones propias y las de los hijos.
- Aprender a acompañar el enfado, la frustración, la tristeza y la ansiedad.
- Gestionar los conflictos familiares de manera respetuosa y constructiva.
- Mejorar el autocontrol y la comunicación en momentos de tensión.
- Prevenir respuestas impulsivas, gritos y enfrentamientos.
- Incorporar herramientas prácticas para recuperar la calma y favorecer el diálogo.

CONTENIDO

- Las emociones y su función dentro de la familia.
- Identificación de emociones y necesidades.
- Qué ocurre cuando una emoción nos desborda.
- Estrategias para recuperar la calma.
- Cómo acompañar las emociones intensas de los hijos.

- Comunicación respetuosa durante los conflictos.
- Gestión del enfado, la frustración y la ansiedad.
- Resolución de conflictos y búsqueda de acuerdos familiares.

- Delfín Formación es una entidad inscrita y acreditada en el registro de Centros y Entidades de Formación Profesional para el Empleo de la Comunidad Valenciana.
- Si tienes cualquier duda, por favor llámanos al 965 34 06 25.
- Sólo se considera como alumno/a matriculado/a en el curso a aquella persona que haya completado la ficha de inscripción y pagado el importe total de la acción formativa antes del inicio del curso. Delfín formación se reserva el derecho a anular o aplazar este curso si no se llega a cubrir un mínimo de inscripciones.

delfín human academy
delfín escuela de oficios
965 34 06 25
607 74 52 82
info@delfinformacion.es
www.delfinformacion.com


Coaching