



Talleres Escuela de Familia 2010

Un año más, la **Dirección General de Familia** pone en marcha los talleres de la **Escuela de Familia**, como espacio de encuentro y formación para las familias madrileñas, al que pueden acudir de manera **gratuita**. Estos talleres se impartirán, durante los meses de **octubre y noviembre**, en la nueva sede de la Dirección General de Familia: **Calle Agustín de Foxá 31, 5ª Planta** (frente a la Estación de Chamartín).

Se abordarán las temáticas de **PAREJA, ADOLESCENTES E INTELIGENCIA EMOCIONAL**.

INSCRIPCIÓN: Telf. 91 420 82 82 / Mail: escuelafamilia@madrid.org

TALLER DE PAREJA

*20 y 27 de octubre; 3,10,17 y 24 de noviembre
18:00-20:00*

Objetivo general:

- Crear un espacio de formación, reflexión compartida y diálogo para aquellas parejas que deseen adquirir herramientas para mejorar la comunicación y relación entre ellas.

Queremos ayudar a las parejas a...

- Favorecer la comunicación para que sea más fluida y auténtica.
- Reflexionar sobre las diferencias de unos y otros y meditar sobre cómo esas diferencias pueden llegar a convertirse en oportunidades de la pareja.
- Manejar habilidades asertivas como la negociación mejorando así la convivencia.
- Orientar a las parejas sobre la sexualidad.
- Entender las familias de origen: tu familia y la mía.
- Crear la necesidad de trabajar en equipo.



Talleres Escuela de Familia 2010

TALLER DE ADOLESCENTES

19 y 26 de octubre; 9,16,23 y 30 de noviembre
18:00-20:00

Objetivo general:

- Crear un espacio de formación, reflexión compartida y diálogo para aquellos padres o educadores que deseen adquirir herramientas para mejorar la educación de los hijos adolescentes

Queremos ayudar a los padres a...

- Comprender mejor la etapa de la adolescencia y desmitificar algunas creencias erróneas.
- Entender mejor las dinámicas psicológicas y afectivas más comunes en los adolescentes.
- Promover la salud integral de los adolescentes -física, psicológica, afectiva y social-
- Poner límites a los hijos.
- Manejar algunas habilidades de comunicación con los hijos adolescentes: escucha activa, asertividad, empatía, confrontación.
- Favorecer el desarrollo de actitudes sanas y positivas hacia la sexualidad de sus hijos.
- Orientar a sus hijos en los diferentes temas que preocupan: conductas de riesgo, hábitos de alimentación –anorexia, bulimia-, abuso de las nuevas tecnologías, prevención de alcoholismo y toxicomanías.
- Vivir su rol de padre/madre con menos estrés y más confianza.



Talleres Escuela de Familia 2010

TALLER DE INTELIGENCIA EMOCIONAL

*21 y 28 de octubre; 4,11,18 y 25 de noviembre
18:00-20:00*

Objetivo general:

- Crear un espacio de formación, reflexión compartida y diálogo para aquellas personas que deseen adquirir herramientas para mejorar su autoconocimiento, su manejo de sentimientos y resolución de los conflictos.

Objetivos específicos:

Queremos ayudar a las personas a...

- Trabajar el concepto de Inteligencia Emocional y las distintas habilidades que lo componen: autoconocimiento, autocontrol, automotivación, empatía y habilidades de relación.
- Incrementar el conocimiento emocional de uno mismo y de los demás para conseguir relaciones mejores y más gratificantes
- Entrenar habilidades de inteligencia emocional que permitan reducir los niveles de estrés y ansiedad y faciliten el afrontamiento de problemas y el planteamiento de soluciones creativas.

