

FAMÍLIES

Parlem! La comunicació a casa.

FORMACIÓ EN EDUCACIÓ EMOCIONAL I DESENVOLUPAMENT SOCIOEMOCIONAL

Els espais formatius per a famílies estan pensats com tallers/xerrades on poder comprendre millor la dimensió emocional del nen/a o adolescent, aportar amplitud de mirada envers el desenvolupament socioemocional dels nostres fills/es, i entrenar eines per la consolidació de les relacions positives en l'acompanyament que fem al llarg de la vida.



OBJECTIUS

- Reflexionar sobre la influència de la comunicació en les relacions que establim.
- Treballar eines relacionades amb la comunicació afectiva i efectiva en la família per a una millor convivència.

CONTINGUTS

El poder de la paraula

Aprofitarem la màgia de les paraules per a fer un treball que ens ajudi a estar en pau amb nosaltres mateixos/es. Veurem algunes paraules que ens ajuden a sentir-nos a prop

Comunicació afectiva i efectiva

La forma com comunico em permet que el missatge que envio arribi plenament? Com reben els altres les paraules que jo dic? Com acullo jo el que em transmet el meu fill/a? Com influeix la forma de parlar (o de no parlar) en les relacions familiars?

Comunicació no violenta

Veurem doncs com ho podem fer la comunicació en la família ens ajudi a cultivar relacions saludables i a treballar per la convivència que volem.

METODOLOGIA

S'utilitza la metodologia Interactiva i Vivencial: **Metodologia VRT** (Vivència - Reflexió - Transferència) on, a partir de dinàmiques i jocs, es presenten els diferents continguts teòrics de la formació oferint eines per la reflexió i la transferència fora del context formatiu.

*Vídeo explicació Metodologia VRT: <https://www.youtube.com/watch?v=rhqVCCGeSj4>

