

Laura Plaza Sacarrera (Psicóloga)

SER FELIZ CON TUS HIJOS

SEMINARIOS PARA PADRES

Asesoramiento psicológico

¿Quieres que tú y tus hijos
disfrutéis juntos?

¿Te gustaría mejorar
la relación que tenéis?

¿Deseas entender
a tu hijo?



La familia desempeña funciones muy significativas en la vida de las personas, una de las funciones más importantes es la de educar y esta labor educativa reside en la labor diaria de los **padres**.

Los progenitores tienen que estar permanentemente involucrados en el proceso de formación de sus hijos y para poder desarrollar adecuadamente sus funciones, necesitan información y formación.

En mi opinión, no hay nada tan enriquecedor y sin embargo, tan difícil, como criar a un hijo. Por ello, con estos seminarios, ofrezco la posibilidad de brindar a padres y madres algunas herramientas que les sirvan como recurso para esta ardua tarea: **Educar**.

Se trata de contenidos cotidianos y de interés común que nos permiten de una forma práctica ir resolviendo algunas de las dificultades que se presentan en el desarrollo de nuestros hijos.

El principal objetivo va a ser **lograr ser felices con nuestros hijos**. Estar preparados y conseguir solventar las dificultades que se presentan en cada etapa evolutiva, de forma que cultivemos una buena relación familiar.

En definitiva, **disfrutar con nuestros hijos** y que **nuestros hijos disfruten con nosotros**.

CONTENIDO DE SEMINARIOS

- **LA PATERNIDAD:** Una nueva etapa: Expectativas y temores, aprender a ser mejores padres y el placer de ser padres.
- **LA FAMILIA:** El proceso de socialización a través de la familia: La familia, sus funciones y las dificultades de socialización de los hijos.
- **PADRES PREPARADOS:** Pautas y estilos educativos.
- **IMPORTANCIA DE LA COMUNICACIÓN Y LA ESCUCHA ACTIVA:** Cómo mejorar la comunicación familiar, recursos para solucionar problemas.

- **DESARROLLO EVOLUTIVO Y PSICOLÓGICO EN CADA ETAPA:** Periodo prenatal, infancia, niñez, pubertad y adolescencia.
- **PERSONALIDAD, AUTOCONCEPTO Y AUTOESTIMA**
- **BUENOS HÁBITOS FAMILIARES:** Alimentación, sueño y ejercicio.
- **EDUCACIÓN Y FORMACIÓN:** Educación y apoyo en los estudios a nuestros hijos y buena relación con el ámbito escolar.
- **RUPTURA DE PAREJA:** Pautas de actuación con los hijos ante el divorcio. Qué hacer y qué no hacer.
- **BUEN USO DE INTERNET, VIDEOJUEGOS Y NUEVAS TECNOLOGÍAS:** Posibles riesgos y pautas para el uso adecuado de las nuevas tecnologías.



CONTENIDO POR ETAPA ESCOLAR:



ESCUELA INFANTIL

- **Respeto y autoridad:** Cómo lograr una autoridad positiva
- **Disciplina:** Establecer normas y límites
- **El juego:** Cómo jugar. Con qué jugar. Beneficios del juego. Etapas del juego según las edades.
- **Control de esfínteres:** Pautas para conseguir el control inicial de esfínteres.
- **El sueño nocturno:** Trastornos del sueño. Temores y pesadillas.
- **Celos infantiles:** La llegada de un hermanito.
- **Enseñanza de hábitos:** rutinas, alimentación, sueño, higiene.
- **Miedos y manías:** Temores de la infancia.
- **Educar en el autocontrol:** Formas de controlarse. Cómo manejar las emociones.
- **Frustración:** Trabajar la tolerancia a la frustración, aprender a solucionar problemas.
- **Mutismo o problemas de lenguaje:** Cómo favorecer el desarrollo del lenguaje.
- **Hiperactividad:** Pautas para manejar la hiperactividad.

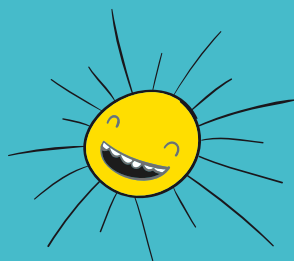
EDUCACIÓN PRIMARIA, SECUNDARIA Y BACHILLER

- **Etapa evolutiva:** niñez, pubertad y adolescencia.
- **Establecer normas y límites:** Cómo poner límites a nuestros hijos.
- **Relación padres-hijos:** Mantener una buena relación familiar.
- **Adolescentes:** Comunicarse con ellos, su autonomía y libertad, amigos y su influencia, riesgos propios de la etapa.
- **Buen uso de las nuevas tecnologías:** internet, redes sociales y aparatos tecnológicos.
- **Hiperactividad:** Pautas para manejar la hiperactividad.
- **Mejorar el rendimiento académico:** El apoyo de los padres en los estudios.
- **Bullying:** Acoso escolar
- **Pelear entre hermanos:** rivalidad y conflictos
- **Autoestima y autoconcepto:** estado de ánimo.

* Además de este contenido es posible tratar cualquier tema propuesto por los padres o el centro.
* Existe también la posibilidad de atención y asesoramiento individual.



CONSULTAR
PRECIOS



Psicóloga Laura Plaza Sacarrera

Para mas información sobre tarifas tanto de seminarios
como de asesoramiento psicológico individual
no dude en contactar a través de:

lauraplazasacarrera@tupausa.com

Tel.: 654 234 825

Equipo TU PAUSA:

www.tupausa.com

