

"EMPIEZO POR MI PARA DARTE LO MEJOR"

**POR UNA
EDUCACIÓN
CONSCIENTE,
POSITIVA Y
RESPETUOSA**

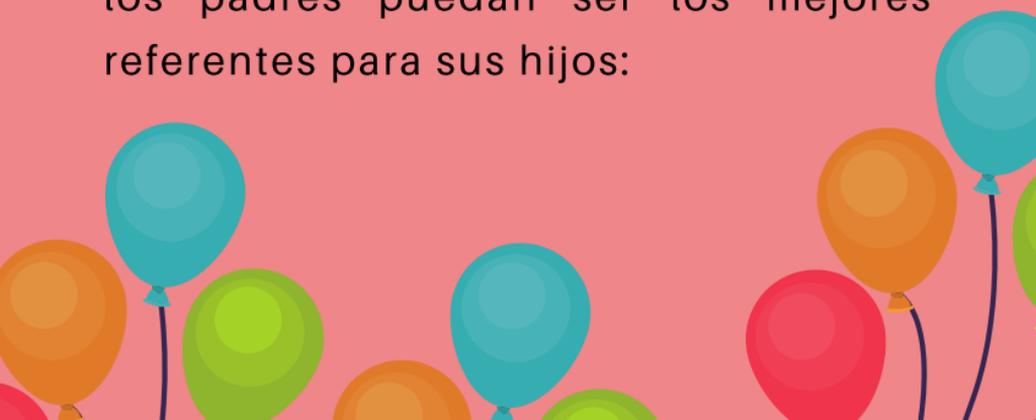


La infancia es la etapa de la vida en la que se tejen todos los patrones psicoemocionales y se va gestando la personalidad del niño.

Como adultos de referencia, debemos conocer qué conductas y modos de relación son más adecuados para promover un desarrollo psíquico, emocional y social saludables para nuestros menores.

La formación y el desarrollo personal como madres y padres es la clave para una Parentalidad Positiva, que garantice el buen trato hacia el menor.

Desde mi propuesta "Empiezo por mí para darte lo mejor" os expongo a continuación todas las temáticas que trabajamos con las familias para que los padres puedan ser los mejores referentes para sus hijos:



1. PARENTALIDAD POSITIVA: CRIANZA 0-3

- La familia: espacio para el cuidado
- El vínculo del apego sano y positivo
- Emociones y conductas difíciles

2. CÓMO SER MADRE Y PADRE HOY

- La familia y su estructura
- ¿Límites, normas, sanciones?
- Qué tengo en cuenta en cada edad"

3. "O ME OBEDECES YA..."

- La Comunicación empática con los hijos
- Buscar la colaboración
- Gestión de conflictos

4. GESTIÓN DEL ESTRÉS Y LAS EMOCIONES EN LA FAMILIA

- Mis emociones como adulto y las emociones de mi hijo
- Las 4 R para la Autorregulación

5. FOMENTANDO UNA ADOLESCENCIA POSITIVA

- La autoestima y el autoconcepto
- Relación de respeto y confianza
- El semáforo inteligente

6. EL DIVORCIO Y EL DUELO EN LOS NIÑOS

7. PREVENCIÓN DEL BULLYING



 **LOURDES DÍEZ**

HERNÁNDEZ 

PSICOTERAPEUTA FAMILIAR

PEDAGOGA

TÉCNICO EN MEDIACIÓN

ESPECIALISTA EN TÉCNICAS DE
AUTORREGULACIÓN



 **607655122**

 **divimaluz@hotmail.com**