



XUNTA  
DE GALICIA



# III Encuentro de padres Coaching familiar

Lugo  
2019-2020

## ¿Qué es?

A todo lo que nos resulta importante dedicamos tiempo y esfuerzos para mejorar. Así hacemos en la vida laboral o en el deporte. Sin embargo, no suelen existir espacios para la reflexión sobre mi propia experiencia familiar, de padre, madre y pareja. El Instituto da Familia quiere brindar este espacio mediante los ENCUENTROS DE PADRES, lugar de encuentro, formación y reflexión en torno a la familia.

### Temas

- I. Padres maduros, hijos felices: el reto
- II. Asertividad: afrontando conflictos
- III. Hijos líderes y resilientes
- IV. Inteligencia espiritual: educación 3.0
- V. Gestión inteligente de las nuevas tecnologías

### Metodología

- En cada sesión habrá:
- Exposición teórica
  - Un taller práctico
  - Propuesta de instrumentos educativos prácticos

Nos podría venir bien un 'entrenamiento' como padres si descubrimos que...

- Necesitamos mejorar algún aspecto en nuestra familia (comunicación, gestión de las relaciones, de las emociones, de las actitudes...).
- Necesitamos afrontar alguna situación difícil que nos genera estrés.
- Queremos tener criterios más claros sobre cómo educar en aspectos como afectividad, sexualidad, nuevas tecnologías, cómo poner límites, sobre cómo saber dónde comienza la sobreprotección y acaba el cariño.

El Coaching familiar contribuye a....

- **Mejorar** nuestro autoconocimiento personal y familiar.
- **Encontrar** nuevos enfoques, convirtiendo en retos las amenazas.
- **Mejorar** la comunicación.
- **Entrenarnos** en el afrontamiento de problemas y la resolución de conflictos.
- **Mejorar** nuestras habilidades sociales.

## PONENTES

Profesores y psicólogos, expertos en acompañamiento familiar

## INSCRIPCIÓN Y CONTACTO

Se realizará a través de una solicitud por correo electrónico y se formalizará el mismo día del comienzo del curso

Correo electrónico:

[cpr.divino.maestro.lugo@edu.xunta.es](mailto:cpr.divino.maestro.lugo@edu.xunta.es)

Se ofrece servicio de guardería

**COSTE** (Todo el curso) 15 € por persona

**HORARIO** 19:30-21:00

**DIRECCIÓN**

Rúa Portugal 45, 27004. Lugo

## PERIODICIDAD

Año 2.020

Martes 14 enero

Martes 11 febrero

Martes 10 marzo

Martes 21 abril

Martes 12 mayo

**MÁS INFORMACIÓN, INSCRIPCIÓN O CONSULTAS**

Colegio Divino Maestro

Teléfono: 982 216 844

correo electrónico: [cpr.divino.maestro.lugo@edu.xunta.es](mailto:cpr.divino.maestro.lugo@edu.xunta.es)

[www.institutodafamilia.es](http://www.institutodafamilia.es)