



# TALLERES PARA PADRES Y MADRES ADMIRABLES

## AMPA MARISTAS LA INMACULADA

---

*“La enseñanza que deja huella no es la que se hace de cabeza a cabeza, sino de corazón a corazón”*

Howard Hendricks

Las etapas de Infantil y Primaria son las más importantes en la formación del carácter y personalidad de nuestros hijos e hijas. Sin embargo, requieren de los padres un esfuerzo y dedicación especiales porque son, en estas etapas, donde se siembran las bases de conductas sanas y adaptadas, indispensables para un futuro de crecimiento sin sobresaltos y grandes problemas.

*Taller 1: Niños desobedientes y desafiantes: La pesadilla de los padres*

Como resultado de unas prácticas educativas desafortunadas en las etapas anteriores nos encontramos con este desagradable problema, agravado por las edades (pre-adolescentes) y momento evolutivo en el que se encuentran estos niños y niñas. Sin embargo, todavía hay estrategias y herramientas que podemos utilizar para mejorar y evitar que este tipo de comportamientos empeoren y supongan un difícil problema tanto para los chicos como para sus familias.

*Taller 2: Bullying: Dónde los extremos se unen*

El Bullying o acoso escolar es un problema atroz que se produce dentro del entorno escolar. Entenderemos el problema, cómo y por qué se produce. Aprenderemos a detectarlo, tanto si es víctima como victimario, para poder atajarlo cuanto antes y que se produzcan las menos secuelas posibles en ambos. Los resultados de un acoso no tratado, a veces son desastrosos.

*Taller 3: Normas y límites: ¿Las aceptas?*

Queremos que nuestros hijos e hijas nos obedezcan, nos quieran, no queremos discutir, ni enfadarnos... ¿Por qué no entenderán lo difícil que es ser padres y madres, y nos lo ponen un poquito más fácil? Veremos herramientas y entenderemos por qué es tan necesario para un



niño o una niña tener un marco conocido donde se pueda mover y conozca exactamente cuál va a ser el resultado de sus acciones, la única manera de educar en responsabilidad e independencia. Papel del contrato familiar.

#### *Taller 4: Educar en la mentalidad de crecimiento*

Este taller es una auténtica revolución, no sólo para educar a nuestros hijos e hijas, sino para los propios padres. Es un cambio radical en nuestra definición de éxito, de resultados, de trabajo, de rendimiento, de esfuerzo, de fracaso... El cambio de mentalidad enfocado al crecimiento, evolución y aprendizaje es el motor de la satisfacción y la motivación en la propia vida.

#### *Taller 5: Autoconcepto y autoestima: Bases para la fortaleza interior*

Estrechamente relacionado con el taller anterior, tener la capacidad de saber generar un autoconcepto real y adaptado es la base, el sostén, el ancla que va ayudar a nuestros hijos a no perecer en el mar revuelto, impredecible y caótico de la vida. Hay muchos mitos que no ayudan a crear una autoestima sana y que se han instaurado como reales. Un taller apasionante.

#### *Taller 6: Comunicación eficiente: El arte de hacernos entender*

La comunicación es la base de cualquier relación. Además, comunicamos constantemente aún cuando no decimos nada. Una herramienta tan fundamental y tan útil; y qué poco sabemos de ella. No os pasa, a veces, que comunicáis una idea, una sugerencia, una norma... o hacéis una pregunta inocente ... y parece que habéis desatado la Guerra de Troya? Ser capaces de comunicarnos correctamente es uno de los aspectos más importantes de todas las relaciones. Imaginaros entre padres e hijos.

#### *Taller 7: Las emociones y mindfulness: El motor de la vida*

No podía faltar hablar de las emociones. Reconocer las emociones y manejarlas supone, dicen los expertos, la característica principal de un buen funcionamiento personal en el futuro. Es un tema tremendamente amplio, profundo e importante que podría dar de sí un curso entero. Conoceremos las bases, cómo afectan a nuestro cerebro y a nuestro cuerpo, para qué sirven; y ofreceremos unos tips para su control.