



CURSO DE FORMACIÓN

Como acompañar a nuestros hijos adolescentes y no morir en el intento

Contenidos

El taller consta de 5 sesiones de 1 hora y media de duración:

- **1ª sesión:** Cómo aceptar esta etapa de cambios.
- **2ª sesión:** Cómo hablar para que mi hijo me escuche y cómo escuchar para que me hable.
- **3ª sesión:** Cómo manejando nuestras emociones les ayudamos a gestionar las suyas.
- **4ª sesión:** Ayúdales a descubrir quiénes son y qué quieren.
- **5ª sesión:** Peligros a los que se enfrentan en este momento actual: Redes sociales, youtube, relaciones amorosas...etc.