



TALLER DE GESTIÓN EMOCIONAL

¿Cómo ayudamos a gestionar las emociones de nuestros hijos?

Ponentes



Esther Legorgeu Bermejo
Psicóloga General Sanitaria
N.º Col. M - 15494
Directora Uden Salud Mental



Piedad Gonzalez Hurtado
Psicóloga General Sanitaria
N.º Col. M - 15070
Responsable de Proyectos Uden Salud
Mental

Objetivos:

- ✚ La importancia del vínculo afectivo con nuestros hijos.
- ✚ Reconociendo y respondiendo a sus necesidades emocionales.
- ✚ Comprendiendo las emociones.
- ✚ Gestionando sus emociones.

Metodología:

Es una sesión de hora y media y será impartida de una manera teórica y pondremos ejemplos que ayudarán a afrontar las dificultades que se presentan en nuestro día a día.

Posteriormente se reservará un espacio para realizar preguntas y apoyar tu capacidad para manejar con éxito sus emociones y problemas.

Modalidad presencial y/u online.