

LA TECNOLOGÍA EN FAMILIA - CÓMO ESTABLECER LÍMITES Y PROMOVER UN USO RESPONSABLE



Ayuda a equilibrar el tiempo frente a las pantallas y a aprovechar las herramientas digitales de manera positiva.

OBJETIVOS

1. Identificar los beneficios y riesgos del uso de la tecnología en el entorno familiar.
2. Proporcionar estrategias para establecer límites claros y efectivos.
3. Enseñar a los padres cómo fomentar un uso responsable y educativo de dispositivos digitales.
4. Promover hábitos saludables que favorezcan la convivencia familiar.

**PARA MAS FORMACIONES
ENVIANOS UN WHATSAPP
O EMAIL**

BASE DE NUESTRO TRABAJO

La terapia familiar estratégica desarrollada por pioneros como Milton Erickson, Cloé Madanes y Salvador Minuchin cuyas bases son:

1. Descifrar el lenguaje oculto de los síntomas familiares
2. Identificar patrones generacionales y romper ciclos limitantes
3. Intervenir estratégicamente en las dinámicas familiares para liberar a todos sus miembros

Con ello se transforman conflictos familiares en oportunidades de crecimiento y conexión en la familia consiguiendo así restaurar la armonía del propio sistema familiar de forma rápida y eficaz.



Teléfono +34-657 729 812
+34-605 756 093

WWW.MONICAOSORIO.ES
intervencionfamiliaremocional@gmail.com



DISFRUTANDO DE LA ADOLESCENCIA APRENDIENDO CON MIS ADOLESCENTES



NUESTROS TALLERES

COMUNICACIÓN EFECTIVA EN FAMILIA



2h

Taller diseñado para ayudar a padres y madres a mejorar la conexión emocional con sus hijos, resolver conflictos de manera constructiva y fomentar un ambiente de confianza y respeto mutuo.

OBJETIVOS

1. Proporcionar técnicas prácticas para mejorar la comunicación en familia.
2. Enseñar a los padres a escuchar activamente y responder con empatía.
3. Ofrecer herramientas para manejar conflictos familiares de manera positiva.
4. Fomentar un entorno familiar abierto y sin juicio.



EDUCACIÓN EN VALORES - CÓMO INCULCAR RESPONSABILIDAD Y EMPATÍA EN LOS HIJOS



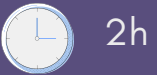
2h

Ayudar a las familias a construir un entorno donde estos valores sean parte esencial del desarrollo personal y social de todos los miembros de la familia.

OBJETIVOS

1. Enseñar a los padres cómo ser modelos de conducta para inculcar responsabilidad y empatía.
2. Proporcionar herramientas prácticas para fomentar la autonomía y el compromiso en los hijos.
3. Desarrollar estrategias para que los niños comprendan y respeten las emociones de los demás.
4. Promover un ambiente familiar basado en el respeto, la colaboración y el entendimiento mutuo.

GESTIÓN DEL ESTRÉS FAMILIAR - TÉCNICAS PARA MANTENER LA CALMA EN SITUACIONES DIFÍCILES



2h

Aprender a mantener la calma, fomentar la resiliencia y crear un ambiente más armonioso en el hogar.

OBJETIVOS

1. Identificar las principales fuentes de estrés en el entorno familiar.
2. Proporcionar herramientas para gestionar emociones en situaciones difíciles.
3. Enseñar técnicas de relajación y comunicación efectiva para reducir tensiones.
4. Promover un enfoque colaborativo para resolver conflictos familiares.

