

Soporte Presencial
de Alto Rendimiento



Cursos Mensuales

1er Sábado cada mes

Dosier Cursos Mensuales de Aperi Mens

Con Certificado de Calidad

Patrocina



APERI MENS
Desarrollo personal y profesional

Acredita



INTERNATIONAL ASSOCIATION OF DEVELOPMENT AND QUALITY

AGENDA CURSOS 2018

Modalidad 1 y 2

10 FEBRERO – ‘Coaching con Programación Neurolingüística -PNL’

21º Curso -

3 MARZO – ‘Gestión Emocional y Empoderamiento’

22º Curso -

7 ABRIL – ‘Comunicación e Inteligencia Emocional -IE’

23º Curso -

5 MAYO – ‘Marketing y Resultados’

24º Curso -

2 JUNIO – ‘Motivación y Liderazgo’

25º Curso -

7 JULIO – ‘Educación Emocional para familias exitosas’

26º Curso -

1 SEPTIEMBRE – ‘Tu mejor tú: Alto rendimiento’

27º Curso -

6 OCTUBRE – ‘Emprendimiento y Marca Personal’

28º Curso -

3 NOVIEMBRE – ‘Nutrición y Ejercicio para tu rendimiento’

29º Curso -

1 DICIEMBRE – ‘Diseña tu 2019’ (4ª edición)

Reconocimientos y Entrega de Diplomas

*Fechas expuestas a cambios de última hora

Horario Modalidad 1:

De 17h a 20h – Curso

De 20h a 20:15h – BECAS

Horario Modalidad 2:

De mañana 3h – Lab+INV

De 17h a 20h – Curso

Día:

*Primer Sábado de cada mes.

Lugar:

El Prto. Sta. María (CÁDIZ)

Gimnasio OKMAS Las Salinas. Calle El Palmar, 4C.

26º Curso 'Educación Emocional para Familias Exitosas'

MODALIDAD 1 y 2
7 JULIO 2018

Presentación



El Curso '**Educación Emocional para familias exitosas**' aporta tomar conciencia del papel fundamental que ejercen padres y madres como educadores de las competencias emocionales de sus hijos/as. El área emocional ha de ser uno de los aspectos a trabajar en la vida diaria de una familia, en vistas a alcanzar aquellas herramientas que nos permitan desenvolvernos de la manera más adaptativa en nuestro entorno. En una sociedad tan exigente como la actual, educar emocionalmente a nuestros hijos/as se convierte en una tarea primordial para garantizar su óptimo desarrollo integral como persona, así como el éxito en la vida adulta. En este curso veremos, entre otros aspectos, la importancia de cultivar las emociones dentro de la familia, cómo éstas van cambiando a lo largo de las distintas edades, de qué manera conocerlas y gestionarlas, así como su influencia en la evolución intelectual del niño/a o adolescente en cuestión.

Competencias

- Inteligencia emocional.
- Conocimiento y gestión positiva de emociones.
- Técnicas disciplinares efectivas.
- Empatía y diálogo intrafamiliar positivo.

Objetivos

- Reconocer nuestras propias emociones y las de nuestros hijos/as, contando con las herramientas necesarias para gestionarlas de forma eficaz.
- Anticipar las emociones que pueden tener ante determinadas situaciones y prevenir los efectos nocivos de las emociones negativas.
- Tomar conciencia de los distintos estilos educativos parentales y sus consecuencias en el desarrollo evolutivo.
- Aprender a llevar a cabo diálogos positivos entre padres/madres e hijos/as.

Contenido

1. Desarrollo evolutivo de las emociones desde un perspectiva sistémica.
2. Competencia emocional en las diferentes edades.
3. Estilos educativos parentales. Claves para un ambiente familiar adecuado.
4. Autoestima y automotivación.
5. Manejo del estrés y la ansiedad en los hijos/as.
6. Habilidades sociales para la resolución de conflictos.
7. Medidas preventivas ante la violencia intrafamiliar.

* **Dinámicas poderosas**