

JORNADA

“COMUNICACIÓN Y AUTOESTIMA”

ÍÑAKI GUERRERO OSTOLAZA
psicólogo



organizan

AFN (Asociación Familias Nuevas) – Movimiento de los Focolares



Guardería y servicios para los más pequeños

La comunicación en la pareja

11:00 – 13:30

Cada vez con más frecuencia encontramos matrimonios que se separan o divorcian. Si analizamos en profundidad las causas, nos encontraremos con un problema de comunicación. Comunicarse no es sólo hablar. La comunicación en la pareja debe ser profunda, de sentimientos.

Cada persona tiene pequeños problemas psicológicos que le dificultan esa comunicación. Es necesario saber sanar los propios problemas para mejorar la comunicación y la relación. Actitud de comunicación asertiva como meta a alcanzar.

Educar la autoestima en los niños

16:00 – 18:30

Hoy en día se considera que una buena autoestima está en la base del éxito profesional y de la satisfacción personal, así como en la capacidad empática, la resiliencia y las inteligencias múltiples de las que tanto se habla últimamente.

¿Qué es la autoestima? Características de una buena/mala autoestima. Elementos a tener en cuenta en la educación de la autoestima.

PROGRAMA