

Guraso eskola: haur eta nerabeen emozioen bidelagun. Nola zaindu gure seme-alaben emozioak?

Adimen emozionalari buruzko oinarrizko ezagutzak eskuratzea izango da helburua, zuen eta zuen seme-alaben emozioak kudeatu eta zaintzeko kontuan izan beharrekoak landuz.. Era berean, haur eta nerabeen bidelagun izateko geure emozioak maneiatzen jakin behar dugula kontziente izatea eta horretarako, emozio bakoitzak dakarkigun "mezua" zein den identifikatzen ikasiko dugu. Haien funtzionamendua ulertu eta erantzun kontziente bat emateko baliabideak proposatuko dira kasu praktikoak landuz, familian sortzen diren egoeretan erabiltzeko tresna emozionalak eskuratuz.

Gai mamitsua izanik, oinarrizko kontzeptu eta tresnak landuz hasiko gara:

Helburuak:

- Emozioen funtzioak ezagutu eta haien kudeatzeko lehen urratsak ezagutzea.
- Emozioen atzean dauden beharrak identifikatzea.
- Bidelagun emozionalak izateko beharrezkoak diren tresnak ezagutzea.
- Familian adimen emozionala garatzeko baliabideen berri izatea.
- Haurrei beren emozioetan laguntzeko tresnak eskuratzea.

Landuko diren edukiak:

- Emozioen funtzioak eta haien zergatia.
- Zein behar izkutatzen dituzte emozioak?
- Kudeaketa emozionalerako oinarri batzuk.
- Haurren / nerabeen emozioak: nola bizitzen dituzte?
- Bidelaguntza emozionala: nola izan haurren / nerabeen bidelagun emozionala?
- Tresna eta baliabideak.
-

HIZLARIA: Leyre Cano

Magisteritza, Heziketa Fisikoa eta Psikopedagogiako ikasketak gauzatu ondoren, haur eta nerabeekin lanean jardun izan da alor anitzetan. Prestakuntza ezberdinak egiten jarraitu du adimen emozionala, jolas, sormen eta artea erabiliz eta baita komunikazio ez bortitza eta pertsonen garapen alorrean ere.

Lan eskarmentuari dagokionez, eskola kirol munduan hasi zen lanean, ondoren bidaiatu eta atzerrian irakasle lanetan ibili zelarik. Azken urteetan tailer eta trebakuntza anitzetan bidelagun gisa jardun da, abilezia sozial eta emozionalen garapena sustatuz. Aprestakuntza zailtasunak dauzkaten haur eta haien guraso taldeekin ere jarduten da gaur egun taldekako tailer nahiz bakarkako bidelaguntza saioetan.

Haur eta gurasoekin lan egiten izugarri disfrutatzen du eta jolasa baliabide gisa erabiltzea benetan gustoko du.

www.leyrecano.com

Escuela de padres y madres: acompañando las emociones de los niños, niñas y adolescentes.
¿Cómo cuidar las emociones de nuestros hijos?

El objetivo será adquirir conocimientos básicos sobre la inteligencia emocional, trabajando en lo necesario para gestionar y cuidar las emociones de vuestros hijos e hijas. Asimismo, aprenderemos a identificar cuál es el "mensaje" que nos aporta cada emoción, siendo conscientes de que para ser compañeros de viaje de niños, niñas y adolescentes debemos saber manejar nuestras propias emociones. Se propondrán recursos para entender su funcionamiento y dar una respuesta consciente a través de la elaboración de casos prácticos, proporcionando herramientas emocionales para su utilización en las situaciones que se produzcan en la familia.

Tratándose de un tema jugoso, comenzaremos por trabajar conceptos e instrumentos básicos:

Objetivos:

- Conocer las funciones de las emociones y los primeros pasos para gestionarlas.
- Identificación de las necesidades detrás de cada emoción.
- Conocer las herramientas necesarias para ser compañeros de viaje emocional.
- Conocer los recursos para desarrollar la inteligencia emocional en familia.
- Adquirir herramientas para ayudar a los niños/as en sus emociones.

Contenidos a tratar:

- Funciones de las emociones y su porqué.
- ¿Qué necesidades esconden las emociones?
- Bases para la gestión emocional.
- Emociones infantiles/adolescentes: ¿cómo las viven?
- Acompañamiento emocional: ¿cómo ser compañero emocional de viaje de niños/as o adolescentes?
- Herramientas y recursos.

PONENTE: Leyre Cano

Tras cursar estudios de Magisterio, Educación Física y Psicopedagogía, ha trabajado con niños, niñas y adolescentes en diversos ámbitos. Ha seguido realizando diferentes formaciones utilizando la inteligencia emocional, el juego, la creatividad y el arte, así como la comunicación no violenta y el desarrollo de las personas.

En cuanto a su experiencia laboral, comenzó a trabajar en el mundo del deporte escolar, después viajó y trabajó como profesora en el extranjero. En los últimos años ha trabajado en el área del acompañamiento en múltiples talleres y formaciones, promoviendo el desarrollo de habilidades sociales y emocionales. Actualmente también trabaja con grupos de niños y niñas con dificultades y sus padres y madres en talleres colectivos y sesiones de acompañamiento individual.

Disfruta mucho trabajando con niños y padres y le gusta utilizar el juego como recurso.

www.leyrecano.com