

# GRUP:FAMILIES amb INFANTS amb NEE

## ORIENTACIÓ CRIANÇA I EDUCACIÓ EMOCIONAL

### PER A QUÈ un GRUP de FAMILIES :

- Compartir les experiències de fer de pares i mares, amb altres famílies que es troben en circumstàncies semblants, orientats per una psicòloga infantil i de família.. Tenir un espai on mirar-les conjuntament, dona molt respir emocional i pràctic.
- Parlar d'aquells temes quotidians que ens preocupen i ens ocupen, de vegades fins arribar a angoixar-nos, i veure altres formes d'organització, altres estratègies educatives, etc, que ens permetin donar la volta a situacions recurrents.
- Pujar l'autoestima com a pares i mares, recuperant la confiança i l'autoritat.
- Expressar les emocions, posant consciència en allò que fem i com ho fem, per tal de modificar-ho, si cal. Pensar sobre nosaltres mateixos, per aprendre a actuar reflexivament i no tant impulsivament.
- Poder parlar dels nostres fills/es en concret , sobre allò que ens preocupa, escollint els temes a compartir entre tots els participants.



### COM ES PLANTEJARÀ EL TALLER

- **Sistèmic**, és a dir, entenem que qualsevol canvi en un dels components de la família té repercussió en tots els altres, i per tant, posarem atenció a tots els membres.
- **Emocional**, és a dir, escoltant què sentim, què ens diuen les nostres intuïcions, per tal de poder gestionar-les (a voltes acceptant-les i en altres canviant-les).
- **Teòric- pràctic**. Es farà referència a coneixements de psicologia que ens ajudin a entendre el que fem, i es proposaran exercicis pràctics per tal de poder vivenciar el que parlem. Els temes els escollirà el grup.

**QUAN:** 20'30 a 22'30h., un dimarts al mes.

**GRUP:** Grup estable. De 10 persones mínim i 15màxim.

**LLOC:** 3Sentits, Centre de Cultura familiar sistèmic.

Telf: 686846144 . Correu: [silviapalou3sentits@gmail.com](mailto:silviapalou3sentits@gmail.com)

**ACOMPANYAT PER: Sílvia Palou Vicens**, Psicòloga (col 1970) familiar i mestra, formada en pedagogia sistèmica i constel·lacions familiars i TCI. Professora i prof màster en pedagogia sistèmica en la UAB. Responsable del Centre de Cultura familiars sistèmica 3SENTITS de Cardedeu.