

AMPA del Colegio Trueba de Artxanda

Os recordamos, que la 2ª sesión grupal de este curso organizada por la AMPA dentro del plan de acción tutorial dirigido a las familias, se realizará el próximo día **19 de enero** a las **15:15h** en la biblioteca del Colegio.

SI NO EXISTIERAN LOS ENFADOS EN CASA, ¿VIVIRÍAMOS MEJOR?

Objetivos	<ul style="list-style-type: none">- Saber distinguir cuándo hablamos de enfado y cuándo no- Entender el mecanismo del enfado en mi hijo/a y en mí- Escuchar sugerencias que me ayuden a controlarlos mejor
Contenidos	<ul style="list-style-type: none">✓ Aclaración terminológica de conceptos: ira, enfado, furia, violencia,...✓ Mecanismo de funcionamiento de la ira✓ Escalada de la ira. Señales importantes✓ Lo que no funciona y lo que sí funciona
Metodología	<p>Sesión de 90 minutos Breve exposición del tema Contenido teórico práctico Utilización de material audio-visual (videos) y didáctico Turno de preguntas y respuestas Evaluación de la sesión</p>

La charla será impartida por el psicólogo **Luis de la Herrán**, del
Centro Delta de Psicología

Os esperamos