



Preadolescencia, como sobrevivir á tormenta hormonal.

O teu adorable peque entrou na súa habitación e saíu crendo que o sabe todo? ou o que é peor pechou a porta tras de si e só sae para comer , protestar ou gritar?

Non te preocupes, é normal e non vai durar eternamente. Só necesitas armarche de paciencia, humor e algunha ferramenta que che permita sobrevivir.

Neste taller descubriremos que é o que está a ocorrer e como podemos mellorar, ou non empeorar, a relación co noso fillo ou filla.

Lembra que detrás desa montaña rusa emocional segue necesitándoche.

Falemos de límites

Din que non se poden portas ao campo pero...e a un adolescente?

O móbil, as horas de saída e chegada, as malas contestacións...estes e outros puntos serán as negociacións que che esperan os próximos anos.

Neste taller aprenderemos como poñer límites de forma efectiva sen que se desate unha batalla campal.

Descubriremos como comunicarnos de forma asertiva para fomentar a confianza mutua, e como acompañar á nosa filla ou fillo no proceso de aprendizaxe que supón tomar as súas propias decisións.

