



Espacio para Familias

La Fundación Botín pondrá en marcha un Espacio para Familias en mayo y junio de 2014

El *Espacio para Familias* de la Fundación Botín es un punto de encuentro donde madres, padres, abuelos, etc. comparten sus inquietudes, dudas y sentimientos sobre el crecimiento y la educación de niños y jóvenes, al tiempo que reciben orientaciones y pautas educativas para comprenderles, apoyarles y ayudarles en su día a día.

Esta iniciativa forma parte de *Educación Responsable*, un programa cuyo objetivo es contribuir al desarrollo emocional, social y de la creatividad de los niños y jóvenes, mejorar la calidad educativa y el clima de convivencia en los centros escolares y promover una comunicación positiva entre docentes, alumnado y familias. Este programa se desarrolla en estrecha colaboración con la Consejería de Educación del Gobierno de Cantabria.

¿QUÉ OS PROPONEMOS?

1. Acercarnos al mundo emocional de nuestros niños y jóvenes facilitando el encuentro entre los distintos miembros de la familia en sus diferentes momentos evolutivos.
2. Adquirir estrategias para gestionar mejor nuestras emociones y desarrollar la creatividad de todos los miembros de la familia.
3. En definitiva, conocer y comprender las necesidades de nuestros niños, las nuestras como educadores y personas, favoreciendo así la autoestima y el bienestar de toda la familia.

¿CÓMO?

Formación orientada a la experiencia vivencial mediante el *uso de las artes* como vehículo para promover la confianza en uno mismo, la empatía, la expresión emocional, la comunicación, la imaginación y la creatividad en familia. Al finalizar cada sesión se entregará una propuesta de ejercicios para poner en práctica lo aprendido.

¿QUIERES PARTICIPAR?

Te ofrecemos un programa formativo de **cinco sesiones de dos horas** a cargo de Alicia Martínez Peral, Licenciada en Psicología, Máster en Psicología Clínica y de la Salud (Universidad de Málaga) y Máster en Terapia Familiar Sistémica (Universidad Autónoma de Barcelona).

1ª sesión: jueves 8 de mayo YO UN MODELO PARA MI HIJO

Analizaremos qué es la Inteligencia Emocional y qué habilidades implica un estilo educativo emocionalmente inteligente. Esto posibilitará un proceso de crianza más satisfactorio y gratificante, en el que aprenderemos a conocer y gestionar nuestras emociones. Trabajaremos todo esto mediante la *escritura creativa*.

2ª sesión: jueves 15 de mayo EL AUTOCONTROL EMOCIONAL

Nos acercaremos al desarrollo evolutivo del autocontrol y aprenderemos estrategias para enseñar a nuestros hijos a expresar, aceptar y regular sus emociones ante situaciones que les resultan difíciles. Además abordaremos la desobediencia, rabietas y llamadas de atención a través de los límites y las normas. Mediante ejercicios de *improvisación teatral*, intercambiaremos roles de los distintos miembros de la familia.

3ª sesión: jueves 22 de mayo LA EXPRESIÓN DE LAS EMOCIONES

Un paso previo para una adecuada expresión emocional requiere identificar y aceptar los propios sentimientos, así como manejar habilidades de comunicación para verbalizar y compartir las emociones.

En esta sesión se identificarán las emociones que con más frecuencia surgen en el entorno familiar, al mismo tiempo que se propondrán pautas y juegos para favorecer los vínculos afectivos a través de la *danza, la música y el dibujo*.

4ª sesión: jueves 29 de mayo POTENCIAR UNA SANA AUTOESTIMA

Una sana autoestima es la base para que nuestros hijos sean felices, afronten las situaciones difíciles de la vida y se relacionen adecuadamente con los demás. Veremos qué factores la favorecen y aquellos que la perjudican. Se propondrán pautas para su buen desarrollo a partir de la *literatura infantil*.

5ª sesión: jueves 5 de junio CÓMO EDUCAR UNA MENTE CREATIVA

"La creatividad nace en la cuna familiar y el mundo interior de los padres, antes de que nazca su hijo" Dra. Margaret Morgan Lawrence

Los padres son el modelo principal para que los hijos desarrollen su creatividad. Hacer que la creatividad forme parte de la vida cotidiana ayudará a que sus hijos hagan lo mismo. A partir de los ejercicios prácticos vinculados a las artes que se han experimentado en las sesiones anteriores se generarán propuestas para reforzar la creatividad en familia.

HORARIO De 15.30 a 17.30 horas.

**Actividad con plazas limitadas dirigidas a familias con niños entre 3 a 16 años.
Cada familia se comprometerá a asistir a todas las sesiones.**

**Necesaria inscripción online previa en www.fundacionbotin.org del 7 al 30 de abril de 2014.
Los candidatos seleccionados serán informados por correo electrónico.**