

## TALLER

# “Aprendiendo a conectar con nuestros hij@s: La importancia de un vínculo seguro.

¿Sabías que el estilo de apego que desarrollamos moldea nuestra forma de ser y de estar en el mundo, nos enseña a relacionarnos, influye en nuestra regulación emocional, en nuestra autoestima, en nuestra autonomía, incluso, en la elección de pareja que hagamos cuando seamos personas adultas o en el tipo de progenitor/a que somos o seremos?

Como progenitores estamos bastante preparados para reconocer las necesidades físicas de nuestros hijos e hijas, pero ¿y las emocionales? ¿Sabemos descifrarlas en el día a día?

Actualmente, se habla mucho sobre “apego”, sin embargo, existe una gran confusión con el término, que puede dar lugar a errores y malinterpretaciones.

Este taller sigue un enfoque relacional, por lo que nuestro objetivo será doble, por un lado, te ayudaremos a **observar las necesidades emocionales de tu hijo/a**, a la par que haremos mucho hincapié en **favorecer tu propia observación** para que así puedas construir una relación de seguridad que se ajuste a las necesidades de tu hijo en particular.

Más que desarrollar una tarea o aplicar una técnica se trataría de **poder entender, a través de ejercicios prácticos, los modelos que cada madre o padre tienen** y cómo esto influye en la forma de vincularse con los hijos/as.

## ¿ Y esto en qué ayuda?...

### A ti....

- Te ayudará a **entender** el **mundo emocional** de tu hij/a
- Ayudarás a tu hijo/a a potenciar el desarrollo de una **buena autoestima**.

### A él o ella....

- Contarás con mas herramientas para ayudarle a conseguir que tu hijo/a encuentre **soluciones adecuadas a sus problemas**
- Y esto a su vez, ayudará a tu hijo/a a **afrontar emociones** de forma eficaz

## INFORMACIÓN E INSCRIPCIÓN

### Plazas limitadas.

Niños y niñas hasta 10 años.

**Fechas: 20 y 27 de Marzo 2020.**

Horario: viernes de 17:30 a 19:30h

Centro de Psicoterapia Elena Tallo .

TL: 922 194 100

Si estas interesado entra en [www.psicoterapiatenerife.es](http://www.psicoterapiatenerife.es)

## PRECIO

Curso completo para una persona 80€ / para una pareja 100

## FORMADOR

**Ada Huergo Olsen** (Psicóloga Perinatal): Con formación en Salud Mental Perinatal, Terapia Familiar, Psicodrama y EMDR.

