



## 2. 3. Emozioen garrantzia familian. Nola zaindu seme-alaben emozioak. Hitzaldia.

Otsailak 2, asteazkena, 18.00etan Legazpiko Kultur Etxeko Areto Nagusian



**Hartzaileak:** Haur eta Nerabeen gurasoak

**Talde bakoitzeko partaide kopurua:** 48 lagun

**Trebatzailea** Leyre Cano, Psikopedagogo

### Helburu orokorra:

- Hitzaldi honetan seme-alaben emozioek egunerokoan duten garrantzia azpimarratu, eta horiek kudeatzeko eta zaintzeko lehen urratsak azalduko dira.

### Helburuak:

- Adimen emozionalari buruzko ezagutzak eskuratzea.
- Emozioak zer diren jakitea.
- Emozioen funtzioak ezagutzea.
- Emozioak kudeatzen ikastea.
- Emozioen atzean dauden beharrak ezagutzea.
- Bidelagun emozionalak izateko beharrezkoak diren tresnak ezagutzea.
- Familian adimen emozionala garatzeko baliabideen berri izatea.
- Egoera emozional ezberdinetan moldatzen jakitea.
- Gatazka emozionalak era onuragarri batean konpontzen ikastea.
- Nerabeei beren emozioetan laguntzeko tresnak eskuratzea.

### Landuko diren edukiak eta gaitasunak:

- Zer dira emozioak?
- Emozioen funtzioak.
- Nondik datoz emozioak? (emozioen zergatia).
- Beharrak: zertara bultzatzen gaituzte emozioek?
- Kudeaketa emozionala.
- Haurren emozioak: nola bizitzen dituzte?
- Bidelaguntza emozionala: nola izan haurren bidelagun emozionala?

### Metodologia:

- Hau guztia lantzeko metodologia dinamikoa erabiliko da (teoriko-praktikoa).
- Teorian oinarrituta, egunerokoan bizitzen diren egoerak landuko dira, esperientziarekin konektatzeko eta lanketa sakonagoa egin ahal izateko.