

# TALLER PARA CONVIVIR Y COMUNICARNOS MEJOR CON NUESTROS JOVENES Y ADOLESCENTES



*No hay padres perfectos*

*La adolescencia es una etapa crítica del ciclo de la vida, y como todos los periodos críticos está llenos de cambios, inseguridades, confusiones entre aspiraciones y oportunidades, presiones de los padres, amigos y sociedad. Este momento es decisivo en la buena orientación hacia su futuro adulto.*

*Es importante hacer lo máximo que este en nuestras manos para no convertir esta etapa en una lucha y en una confrontación. Por eso es tan importante, entender y acompañar a nuestros adolescentes y jóvenes en este proceso de maduración.*

*La percepción del mundo del adolescente ya no es la de la infancia pero tampoco es la de un adulto, y cambia mucho dependiendo del estado emocional en el que se encuentre, viéndolo todo o blanco o negro.*

*También es muy influenciable por el ambiente escolar y el grupo de compañeros al que pertenece.*

*No existe el adolescente sino los y las adolescentes. Convivir con adolescentes implica tener presente y descubrir sus culturas y subculturas, que, para bien o para mal, no suelen incluir a los padres, teniendo también un gran componente de consumismo. Tenemos que partir del análisis de su realidad desprendiéndonos de todos nuestros prejuicios de adultos, acercándonos a ellos sin juzgarles. Demostrándoles nuestro aprecio a pesar de no estar siempre de acuerdo con ellos.*

*El taller consta de 8 sesiones de dos horas de duración aproximadamente, trabajando en cada una de ellas con un tema concreto, que servirá de eje para finalizar con una conversación abierta entre los participantes o el participante.*

*También ofrezco sesiones individuales de Coaching para comunicarte y convivir mejor con tu hijo o adolescente.*

## Objetivo de los talleres

- *Desarrollo de habilidades personales*
- *Asociarte a las emociones que te conectan con recursos y disociarte de las emociones que te producen bloqueos.*
- *Gestión del Conflicto. Cómo aprovecharlo para conseguir Nuevas Respuestas.*
- *Creencias limitantes que te impiden conseguir objetivos.*
- *Cómo fomentar su responsabilidad y autoconfianza.*
- *Cómo lograr cambios de conducta.*
- *Patrones conscientes e inconscientes de la comunicación y el poder del lenguaje no verbal.*
- *Potenciar la mejor versión de tu hijo o adolescente.*
- *Cómo acercarnos a nuestro objetivo y no alejarnos*
- *Descubrir emociones que te ofrecen recursos y disociarte de emociones que te bloquean.*
- *Accesos oculares. Detectar verdades o mentiras.*
- *Empatizar con los adolescentes, hablando el mismo idioma.*

*Primera sesión de presentación gratuita.*

***Frecuencia:*** *A convenir*

*Precio taller completo (8 sesiones): 260 euros. Se acuda de forma individual o en pareja.*

***Sesiones sueltas:*** *40 €*

***Información e Inscripción:*** *622112631*

*info@octaviverges.com*

[www.octaviverges.com](http://www.octaviverges.com)

[www.acupunto.net](http://www.acupunto.net)