



Concello de  
**OURENSE**



XUNTA  
DE GALICIA



**INSTITUTO  
DA FAMILIA**

# I Encontro de pais Coaching familiar



Parroquia  
San Bernabé

**A Valenzá 2019  
- 2020**

A todo o que nos resulta importante dedicamos tempo e esforzos para mellorar. Así facemos na vida laboral ou no deporte. Con todo, non adoitan existir espazos para a reflexión sobre a miña propia experiencia familiar, de pai, nai e parella. O Instituto da Familia quere brindar este espazo mediante os ENCONTROS DE PAIS, lugar de encontro, formación e reflexión ao redor da familia.

## ¿Que é?

### Temas

- I. Pais maduros, fillos felices: o reto
- II. Asertividade: afrontando conflitos
- III. Fillos líderes e resilientes
- IV. Intelixencia espiritual:  
educación 3.0
- V. Xestión intelixente das novas tecnoloxías

### Metodoloxía

- En cada sesión haberá:
- Exposición teórica
  - Un taller práctico
  - Proposta de instrumentos educativos prácticos

Poderíanos vir ben un 'adestramento' como pais se descubrimos que...

- Necesitamos mellorar algún aspecto na nosa familia (comunicación, xestión das relacións, das emocións, das actitudes...).
- Necesitamos afrontar algunha situación difícil que nos xenera tensión.
- Queremos ter criterios máis claros sobre como educar en aspectos como afectividade, sexualidade, novas tecnoloxías, como poñer límites, sobre como saber onde comeza a sobreprotección e acaba o agarimo.

El Coaching familiar contribue a....

- **Mellorar** o noso autoconocimiento persoal e familiar.
- **Atopar** novos enfoques, convertendo en retos as ameazas.
- **Mellorar** a comunicación.
- **Adestrarnos** no afrontamiento de problemas e a resolución de conflitos.
- **Mellorar** as nosas habilidades sociais.

## RELADORES

Profesores e psicólogos, expertos en acompañamento familiar

## INSCRIPCIÓN E CONTATO

Realízase a través dunha solicitude por correo electrónico e formalízase o mesmo día do comezo do curso

Correo electrónico:

[secretaria@institutodafamilia.es](mailto:secretaria@institutodafamilia.es)

Ofrécese servizo de gardería

HORARIO 20:30-21:30

DIRECCIÓN

Local parroquial, Av. Las Caldas 16 OU

## PERIODICIDADE

Ano 2.019

Xoves 21 novembro

Xoves 19 decembro

Ano 2.020

Xoves 16 xaneiro

Xoves 20 febreiro

Xoves 26 marzo

MÁIS INFORMACIÓN, INSCRIPCIÓN OU CONSULTAS

Parroquia San Bernabé de A Valenzá

Teléfono: 671 484 119

correo electrónico: [albertolopez@obispadodeourense.com](mailto:albertolopez@obispadodeourense.com)

[www.institutodafamilia.es](http://www.institutodafamilia.es)