

HAUR ETA NERABEEN EMOZIOEN BIDELAGUN: NOLA ZAINDU SEME-ALABEN EMOZIOAK. HITZALDIA

Haur eta nerabeen gurasoentzako hitzaldia.

Noiz: **Martxoak 30**

Ordua: **18:00-19:30**

Lekua: **Biteri kultur etxean**

Hizlaria: **Donna Apellaniz Nieto**

Hizkuntza: Euskaraz (aldibereko itzulpen zerbitzua)

Doakoa. Aurrez izena ematea komeni da: <https://labur.eus/emozioenbidelagun>

Informazio gehiago: 943 337041 edo gazteria@hernani.eus

▪ Helburu orokorra

Hitzaldi honen bitartez, zuen seme-alaben emozioak kudeatzeko eta zaintzeko kontuan izan beharrekoa landuko dugu, horrela, familiaren osasun emozionala zaintzeko tresna simple eta eraginkorrak eskuratuz.

▪ 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.
- Familiar adimen emozionala garatzeko baliabideen berri izatea.
- Egoera emozional ezberdinetan moldatzen jakitea.
- Gatazka emozionalak era onuragarri batean konpontzen ikastea.
- Haurrei 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 / nerabeen emozioak: nola bizitzen dituzte?
- Bidelaguntza emozionala: nola izan haurren / nerabeen bidelagun emozionala?
- Estrategia eta tresna sistemikoak (tailerretan)

▪ 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.

Hizlariari buruz-DONNA APELLANIZ NIETO

Adimen emozionalako irakaslea eta terapeuta emozional sistemikoa. Lehen Hezkuntzan diplomaduna eta Adimen emozionala hezkuntzan eta Estrategia sistemikoak haur eta nerabeekin eta ingurune terapeutikoen sorreran masterduna. Horretaz gain, Bioneuroemozioen metodoan graduondokoa.

Ibilbide profesionalean hezkuntza ez formalean eta eskola aktibo batetako bidelagun lanak burutu ditu. Egun, "Educando La Emoción" proiektua sortu, eta adimen eta hezkuntza emozionalaren garrantzia lantzen eta zabaltzen ari da, bidelagun emozional gisa.