

ESCUELA DE PADRES



CURSOS
CONSULTAS
ASESORAMIENTO FAMILIAR



CURSOS

- Inteligencia emocional en el embarazo.
- Los mejores ejercicios acuáticos para mantener la forma 9 meses.
- Estimulación acuática para bebés exclusivamente en manos de mamá y papá .
- Comunicación eficaz con nuestros hijos desde la más tierna infancia a la adolescencia.

Inteligencia Emocional en el Embarazo



- Todavía no ha llegado y ya soñamos despiertas con él o ella que carita tendrá y lo felices que nos hará pero... Lo que se es seguro es que todo será nuevo cambiante y exigente . Vamos a prepararnos para que realmente sea lo más maravilloso de este mundo, ser madre.



- Curso teórico-práctico y vivencial:
- Nos dicen que la depresión post-parto es normal ¿estamos ya condicionadas por eso o se puede vivir un post parto tranquilo, con confianza y alegría?
- ¿Habremos puesto unas expectativas poco reales en la idea de ser madres?
- Cuando una mujer se convierte en madre cambia y madura ¿como esto afecta a su sistema familiar?.
- Lugar: Instituto Ferran Tallada, aula Swim&Coach C/Doctor Bové 17-45 Barcelona
- Horarios y precios consultar: swimandcoach@gmail.com




Ejercicios acuáticos para mantener la forma 9 meses

- Una mamá preparada es una mamá fuerte dispuesta, tonificada, con control de su cuerpo y su respiración y que mejor medio que el que puede compartir con su bebé. El agua.





- Curso teórico donde explicaremos a la mujer embarazada cuales son las mejores posiciones y los mejores ejercicios en el agua para mantener tonificados todos los músculos que intervendrán en el parto, la lactancia y el cuidado del bebé.
- Como en un medio tan igual al que se esta moviendo su hijo las embarazadas pueden trabajar el control respiratorio y la consciencia de su propio cuerpo tan necesaria en el parto.
- Lugar: Instituto Ferran Tallada Aula Swim&Coach C/Doctor Bové 17-45, Barcelona.
- Horarios y precios, posibilidad fuera de Barcelona ciudad, consultar:
- swimandcoach@gmail.com



Estimulación acuática para bebés en manos de mamá y papá



- En vuestras manos en la piscina que decidáis y en el horario que queráis. Vosotros aprendéis todo lo que necesitáis para que ellos consigan ser autónomos en el agua.



- Curso teórico donde se darán a los padres todas las nociones básicas para guiar a sus pequeñines en el medio acuático con sencillos ejercicios fácilmente recordables con una progresiones claras para que a medida que avancéis en vuestras clases los bebés sean cada día más autónomos.
- Saber como se comunican los bebés y que grado de autonomía pueden tener según los meses y su habituación qué piscinas son adecuadas , cuanto tiempo, que material se necesita ,etc...
- Lugar: Instituto Ferran Tallada aula Swim&Coach c/Doctor Bové 17-45 Barcelona.
- Horarios, precios y posibilidad fuera de Barcelona ciudad consultar:
- swimandcoach@gmail.com

Comunicación familiar



- Conocer como son , como sienten y como se comunican en cada etapa de crecimiento.
- Conocernos a nosotros mismos para poder gestionar nuestra propia comunicación.
- Conocernos como pareja a la hora de elegir la forma más adecuada de comunicación cada familia.



- Curso teórico práctico y vivencial.
- Aprender a gestionar el llanto de los hijos.
- Entender para que son como son.
- La influencia de los abuelos en su crianza.
- Los desacuerdos a la hora de educar de los padres.
- Los celos entre hermanos
- Nuestros valores familiares como reflejarlos en los hijos.
- Formas de hablar a los hijos sin malos entendidos.
- Las emociones como influyen en la educación.
- Aprenden de lo que hacemos no de lo que decimos ser coherentes.
- Lugar: Instituto Ferran Tallada aula Swim&Coach C/Doctor Bové 17-45 Barcelona.
- Horarios y precios consultar: swimandcoach@gmail.com



CONSULTA Y ASESORAMIENTO

- CONSULTA

Consulta particular sobre cualquier tema relacionado con la familia, los hijos la educación, la gestión emocional cuando cuidas de otros sean niños o ancianos.

Conocimiento y comunicación personal
etc

- ASESORAMIENTO

Asesoramos sobre comportamiento infantil.

Cuando los niños tienen problemas normalmente se debe a un comportamiento que no funciona a nivel social ,¿como hacer para cambiarlo?



- Consulta particular cliente asesora.
- Total confianza y confidencialidad.
- Trabajo sistémico del problema.
- Se abordará la consulta desde el punto de vista más efectivo, ecológico con la persona y más eficaz con el problema.
- Se utiliza indistintamente técnicas de PNL, Coaching y terapia breve estratégica.
- Lugar: Instituto Ferran Tallada aula Swim&Coach C/ Doctor Bové 17-45 Barcelona

Docente y Asesora



- Elena Martínez Albertos
- Directora de Escuela de Padres.
- Miembro de la Asociación Española de Terapia Breve
- Responsable de programas de alto impacto en el desarrollo de habilidades de comunicación intra e interpersonal a través de PNL, Coaching y Terapia Breve Estratégica
- Especializada en comunicación padres e hijos.
- Asesora familiar y consultora infantil a través de cambios de comportamiento.
- Autora del método de «Estimulación Acuática Educativa para bebés Swim&Coach».
- Especialista en programas acuáticos.
- Para los programas acuáticos contamos con profesores especializados en bebés y pre-post parto.