

EL REPTE de CRÉIXER amb els NOSTRES *fills i filles*

Un recorregut per les nostres vivències de mares i pares...
per a poder rebre i acompanyar les dels nostres fills

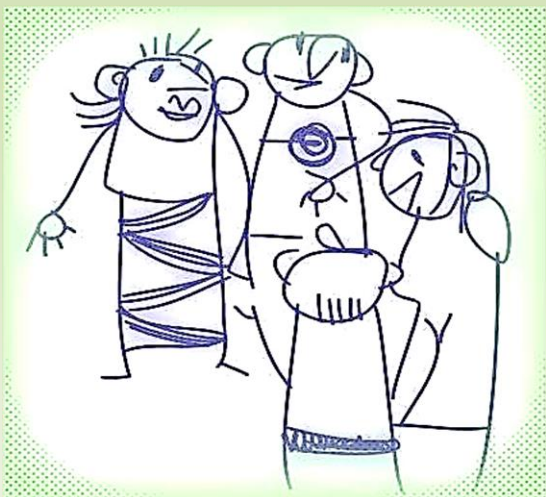
Tinc reaccions que no voldria tenir...M'agradaria poder disfrutar més d'ella... Em preocupa que... No l'entenc, sembla que viu en un món paral.lel... M'estic separant i no vull que els meus fills pateixin...Ja no sé com fer...No hi ha manera que em faci cas... Em sento saturada i desbordada... Em poso a mil cada vegada que em contesta... Se m'ha acabat la paciència...

La maternitat i la paternitat com a repte apassionant en qualsevol de les etapes de la criança. Si estem receptius ens toca en profunditat i ens connecta amb aspectes personals que demanen una nova mirada.

Es un bon moment per a obrir una porta endins i revisar les nostres vivències, creences, dubtes, contradiccions, pors, descobriments,..

Et proposo tres trobades, amb un espai vivencial per a ...

- ✓ Compartir percepcions, angoixes, dubtes
- ✓ Aturar-nos a sentir i entendre què ens passa. Escoltar-nos en les emocions; què ens diuen, quina necessitat hi ha darrera,...
- ✓ Posar consciència a les reaccions que ens surten de manera automàtica
- ✓ Experimentar noves maneres de relacionar-nos i comunicar-nos
- ✓ Descobrir què fem amb el que hem rebut dels nostres pares (models educatius, experiències, situacions no resoltes..)
- ✓ Connectar amb les nostres limitacions i els nostres recursos, trobant les pròpies respostes i estratègies educatives
- ✓ Gaudir del plaer d'acompanyar els nostres fills des de l'escolta i el respecte



A càrrec d'Anna Hugas i Biosca

Terapeuta familiar i Gestàltica. -
www.anninia.com

Quan: Els divendres 21 nov i 5
i 12 desembre

Horari: 18 a 20 h.

On: Sala Hestia c/Biscaia 25, Cardedeu

Preu per a les tres trobades:

90 euros individual, 120 euros la parella

Inscripcions: Envieu un mail a
anninia.espaiterapeutica@gmail.com o
annamariaferre@gmail.com