

Ciclo de talleres

¡NO ME ENTENDÉIS!

Un viaje a la neurociencia adolescente

*La joven profesora y neuropsicóloga leonesa **Sara Vázquez Ugidos**, ganadora del Premio Talento de la editorial Caligrama con su libro '**¡No me entendéis! Un viaje a la neurociencia adolescente**' ofrece cada miércoles en este ciclo de talleres las mejores guías para conectar con los adolescentes*

Miércoles, 18 de septiembre. 19,00h

Rebeldía adolescente

Comprende por qué los adolescentes pueden ser rebeldes y conoce las estrategias prácticas para manejar esta etapa de manera positiva.

Miércoles, 25 de septiembre. 19,00h

Trastornos de déficit de atención (TDA/TDAH)

¿Qué es el TDA/TDAH y cómo se diagnostica? ¿Cómo funciona su cerebro? ¿Tiene influencias genéticas y ambientales? Aprende estrategias para gestionarlo.

Miércoles, 2 de octubre. 19,00h

Cómo ayudar y ser el coach de tu hijo adolescente.

Comprende los cambios cerebrales y emocionales en la adolescencia. Técnicas de escucha activa y comunicación asertiva. Ayúdale a establecer metas y hacer seguimiento, fomenta su autonomía y su responsabilidad. Cómo manejar los conflictos y establecer límites.

Miércoles, 9 de octubre. 19,00h

Uso responsable de la tecnología

Cómo afecta a su desarrollo cerebral. Beneficios y riesgos de los dispositivos electrónicos. Reconoce las señales de alarma y las consecuencias de la adicción. Aprende a implementar estrategias prácticas para un uso equilibrado de la tecnología.

Miércoles, 16 de octubre. 19,00h

Inteligencia emocional en la adolescencia

Desarrollo de habilidades de inteligencia emocional para mejorar tus relaciones con el adolescente y su bienestar personal. Aprende a entenderles. Técnicas de organización y planificación. Estrategias educativas específicas.

Cada miércoles, a las 19,00h en

(Logo Ámbito Cultural)

Sexta planta

El Corte Inglés (León)

