

Ser família, fer equip.

Zer Guicivervi

Verdú – 9 d'octubre de 2017.



Cesc Jové

Psicopedagogia i coaching



ENS PLANTEGEM QUIN TIPUS DE PARES I MARES SOM?

PARES "JEFES"



TÉ SUBORDINATS



DE DALT A BAIX



TREBALLA LA POR

PARES "LÍDERS"



TÉ SEGUIDORS



AL MATEIX NIVELL



TREBALLA LA CONFIANÇA



JO SÉ



JO ENSENYO



MANA FER
TASQUES



S'IMPLICA EN LES
TASQUES



OBLIGA



INFLUEIX, SEDUEIX



PRESSIONA



MOTIVA



SUPERVISA



DIALOGA,
COMPARTEIX



DECIDEIX



NEGOCIA: LES DECISIONS ENTRE TOTS I TOTES



IMPOSA EL SEU CRITERI



CONSTRUEIX CONJUNTAMENT CRITERIS



LIMITA COMPETÈNCIES



FOMENTA L'ADQUISICIÓ DE COMPETÈNCIES



GUANYAR SEMPRE



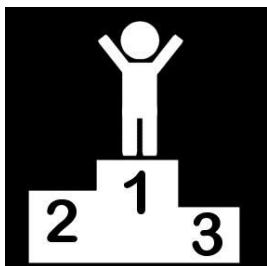
PARTICIPAR I ESFORÇAR-SE



ES FA RESPONSABLE DE TOT



TOTS SOM RESPONSABLES



ES QUEDA
AMB TOTS ELS
MÈRITS



RECONEIX LA
VÀLUA I ELS
ASSOLIMENTS DE
TOTHOM



IMPOSA
L'AUTORITAT



DÓNA
SUPORT,
AMB
AUTORITAT

...

cercle d'influència:
tot allò que podem
canviar, què podem
influenciar i que cau
dins les nostres
possibilitats.

**cercle de
preocupació:** allò què
no podem canviar,
que ens queda massa
lluny o que no hi
tenim influència amb
els nostres fets.



Si l'única eina
que tenim és
un martell...
tot el que
veurem ens
semblaran
claus.



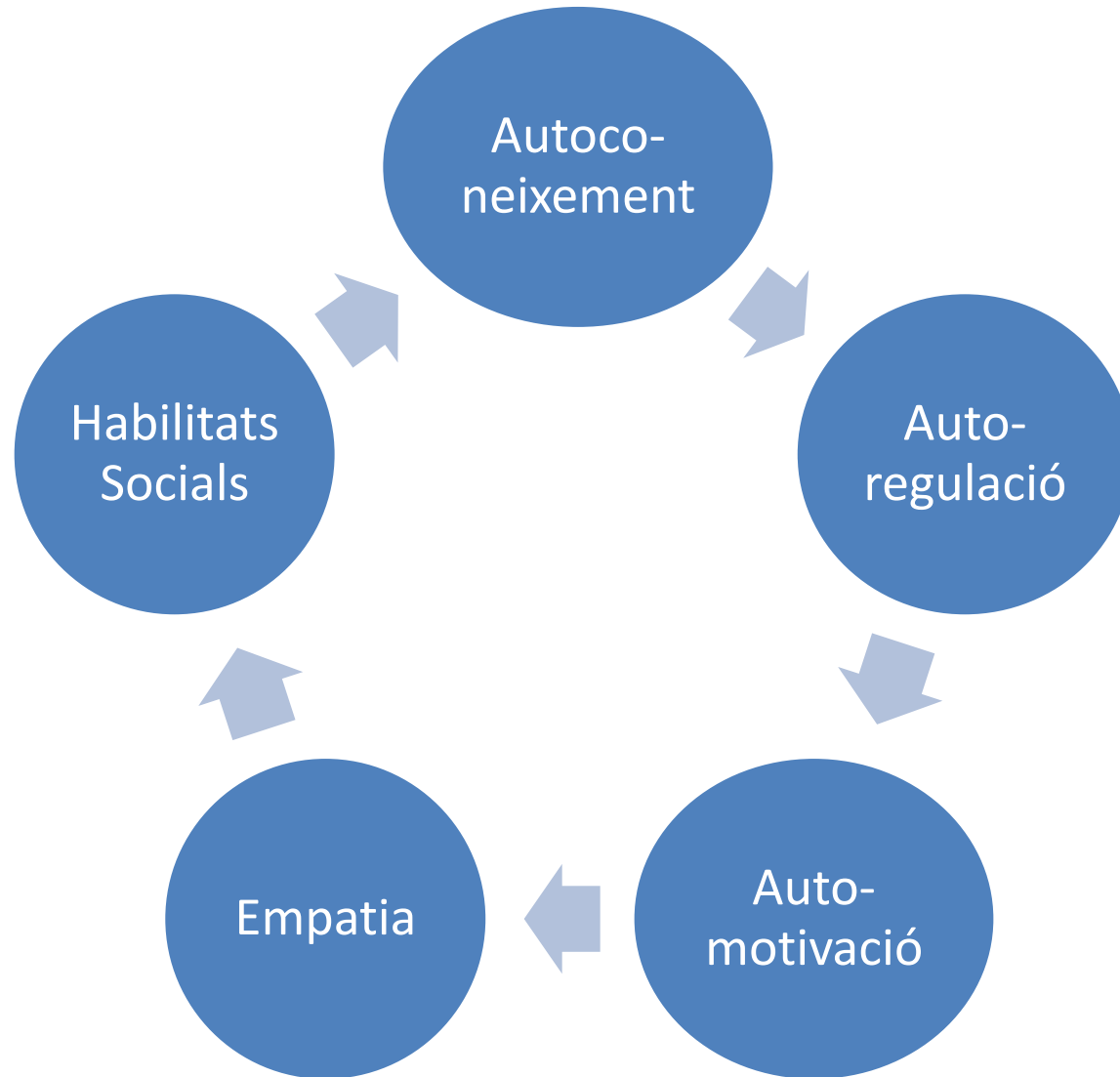
Com més eines aprenGUI, major **cercle d'influència** i menys situacions no controlades a la meva vida ...

Si em centro en allò que no puc canviar ... faig més gran el meu **cercle de preocupació**.

Potenciant les meves fortaleSES, redueixo les meves debilitats i redueixo el **cercle de preocupació**...



Intel·ligència emocional



10 idees:

1. Donar l'oportunitat que els nostres fills i filles siguin responsables: delegar tasques i confiar amb ells i elles (considerar-los capaços).

2. Major participació com a família: fem coses plegats i plegades (més intens que estar junts).

3. Sinceritat en el plantejament de les situacions: exigir el què donem i fer-ho amb estimació.

4. **Explicar-los els nostres sentiments**: les raons de perquè ens sentim així i que ells/es també ens ho expliquin (ser perceptius).

5. **Bon rotllo amb la parella** (o amb cadascú): front comú com a parella i com a família.

6. **Esperem d'ells i d'elles solament coses bones**: si els hi transmetem les nostres expectatives és més fàcil que intentin assolir-les.

7. **Busquem moments comunicatius**.

8. Aprenuem a treballar el llenguatge: verbal i no verbal (escolta activa, relaxació, meditació, mirar-nos als ulls, acaronar-nos...)

9. Fem-los capaços d'escollir i de confeccionar els seus propis plans: parlem dels valors, “proposem objectius”, ajudem a prendre decisions, fem plans a curt, mig i llarg termini...

10. Tanquem amb el passat, gestionem el present i somiem el futur.



moltes gràcies

