

Editen una guia per a la gestió de les emocions

Publicada a la comarca del Pla de l'Estany, vol ser una eina per a la bona convivència entre pares i fills



Els tècnics que han intervingut en el treball, amb Prior i Xargay, ahir al matí. Foto: R. E.

Aconseguir un millor benestar en l'entorn familiar, sobretot quant a relacions entre pares i fills, és l'objectiu d'un manual de la "gestió de les emocions" que acaben de publicar el Grup de Promoció de la Salut Jove (GPS Jove) i el Consell Comarcal del Pla de l'Estany. Dóna-li un bon joc –el títol fa referència al format de naips amb què es presenta el llibret– aplega dotze afirmacions, fonamentades en la família com a espai social de referència per a un creixement saludable. Els dotze naipses titulen Tots som importants (la família, la formem entre tots), Vivim en positiu (reforcem les conductes

positives), Parlem-ne! (coneixem els nostres fills i filles?), Sí, tu pots! (Incentivem l'esforç personal), Som un equip? (repartim les responsabilitats), Sense regles no hi ha joc (Normes, límits i conseqüències), Junts ho podem resoldre (Som part del problema, també de la solució!), Escoltem-nos! (Sapiguem escoltar els altres), Respectem els seus sentiments! (Construïm ponts de diàleg, Construïm el nostre pont), Som el seu exemple (Com dues gotes d'aigua), Refem les esquerdes (Construïm una relació positiva, basada en la comprensió i la col·laboració) i Temps per a tots (El valor del temps compartit). En la seva elaboració hi han participat professionals d'ajuntaments, del Consell Comarcal, de diferents serveis vinculats als serveis socials i l'educació, i alguns centres d'ensenyament. Cada capítol inclou unes il·lustracions, fetes per Aitor Climent i Arnau Pagès, estudiants de l'institut Josep Brugat.

Se n'han fet 300 exemplars, que es distribuïran en centres d'ensenyament i de salut. També es podrà aconseguir a través del lloc web www.plaestanyjove.cat. La presentació es va fer ahir, amb la intervenció de la coordinadora de Joventut a Girona, Anna Prior, i el president del Consell Comarcal del Pla de l'Estany, Jordi Xargay.

Publicat a:

-El Punt Avui. Comarques Gironines 17-02-2015 Pàgina 45

Font del document:

http://www.elpuntavui.cat/noticia/article/2-societat/5-societat/823513-editen-una-guia-per-a-la-gestio-de-les-emocions.html?piwik_campaign=rss&piwik_kwd=mexSocietat&utm_source=rss&utm_medium=mexSocietat&utm_campaign=rss