

LIBRO:

Padres Formados, hijos educados

FICHA TÉCNICA:

- Autora: Leticia Garcés Larrea
- Prólogo: Juan Carlos Pérez González
- Nº de páginas: 246 págs.
- Encuadernación: Tapa blanda
- Editorial: Creados
- Lengua: CASTELLANO
- ISBN: 978-84-943064-0-2
- Precio: 15€

AUTORA: Leticia Garcés Larrea

Pedagoga por la Universidad de Navarra (2009), Postgrado en Educación Emocional y Bienestar por la Universidad de Barcelona (2016) y Máster en Inteligencia emocional por la UNED de Madrid (2017). En 2010 fundó la plataforma Padres Formados, a través de la cual gestiona las formaciones que imparte a familias y profesionales en temas relacionados con la educación emocional. También es formadora del Programa Desaprender dirigido a docentes. Desde 2012 organiza eventos formativos como jornadas de prevención para la salud emocional y congresos de educación emocional en Navarra. Vivió y trabajó en centros de menores en Guatemala y coordinó proyectos de cooperación y educación (2002-2007). Es coautora de los Cuentos y del disco "Emociónate". Colabora con Eduemo Lab, laboratorio de educación emocional de la UNED

RESUMEN:

Es muy arriesgado llegar a los doce años sin haber puesto conciencia en la mayoría de situaciones vividas, resolviendo de cualquier manera los conflictos entre hermanos o siguiendo el método zapatilla. Sin conocimiento de por qué hago las cosas y en continua improvisación, es muy difícil dar en la diana. Ya no sirve lo que hicieron nuestros padres con nosotros, ni los abuelos con ellos porque sencillamente la sociedad ha cambiado.

A lo largo de estas páginas encontrarás cuatro temas centrales que se interrelacionan entre sí: la importancia de la neurociencia para las familias y docentes del siglo XXI, la necesidad de ser familias emocionalmente competentes para desarrollar la capacidad resiliente de nuestros hijos y cómo llevar una vida saludable para que con inteligencia emocional podamos resolver los conflictos de convivencia familiar y escolar con el fin de educar las emociones desde lo cotidiano, aprovechando los conflictos para crecer, las rabietas para mejorar las relaciones y las dificultades para fortalecer los lazos familiares. Si deseamos tener hijos emocionalmente sanos, fortalecidos interiormente para que puedan tomar decisiones y sepan resolver conflictos con habilidades comunicativas y sociales, es necesario reflexionar, desaprender y vaciarnos de algunas pautas educativas de la vieja escuela que condicionan nuestra manera de sentir, pensar y actuar, en definitiva, nuestra manera de educar.

Padres Formados, hijos educados. Leticia Garcés Larrea

Leticia Garcés Larrea

PADRES FORMADOS, HIJOS EDUCADOS

Familias emocionalmente competentes y resilientes



**Prólogo de
Juan Carlos Pérez González**

