



ESCUELA DE PADRES Y MADRES

En el proyecto UPTOYOU buscamos ayudar a todas las instituciones educativas a renovar sus intervenciones cotidianas desde la educación emocional, el crecimiento personal y la mejora de las relaciones interpersonales. Queremos ayudar a que cada persona y cada familia acoja, acepte y quiera su realidad, única y compleja, centrándonos en sus necesidades personales y no en ideales ni tampoco en la mera resolución de problemas. Buscamos que cada familia descubra su propia interioridad, sus rastros de humanidad escondidos aun en las situaciones más caóticas o desordenadas, para que pueda actuar desde lo mejor de sí misma. Así, será autora de sus propios actos y se centrará en el ser por encima del hacer, en los criterios educativos más que en la búsqueda de recetas o trucos generalistas. Así, sus inquietudes, ilusiones, dificultades y frustraciones son el inicio de un camino de crecimiento que respeta el proceso de cada persona y perdura en el tiempo.

Para ello, ponemos al servicio de los colegios y de toda institución que trabaje al servicio de la familia un listado de temas y dinámicas a desarrollar para que las familias puedan vivir una experiencia de conocimiento y crecimiento desde el corazón de aquello que viven y para el encuentro con sus hijos, pareja y cualquier otra persona de su entorno.

Una oportunidad de diálogo, formación y encuentro cerca de ti y los tuyos.

[Acompañando el Crecimiento](#)



Nuestras dinámicas de educación emocional y crecimiento personal

1	Crecer en empatía	Sobre la comunicación interpersonal en clave de encuentro, para compartir la vida con los otros, conocernos y conocerles mejor en su complejidad.
2	La autoestima y los elogios	¿Cómo ayudar a crecer en autoestima de forma incondicional y gratuita? Estilos de relación detrás de la felicitación de niños y adolescentes.
3	Proponer actividades motivadoras	Aprendamos a crear actividades en familia que motiven personalmente y favorezcan el encuentro como criterio principal.
4	La escucha activa	El diálogo en familia como una experiencia de crecimiento.
5	Cómo acoger a la persona en su realidad emocional	Expresiones útiles y no útiles para atender a niños y adolescentes.
6	El insulto y la agresividad en la comunicación	Rescatando lo bueno en lo malo y reorientando tendencias.
7	¿Problemas u oportunidades? Hacia unas relaciones directas y gratuitas con los demás	Los problemas del día a día como oportunidad de crecer en familia.
8	Cómo felicitar para el crecimiento	¿Siempre? ¿Nunca? ¿Todo? ¿Nada? Cómo corregir y felicitar para el crecimiento.
9	Acompañar a la persona en la crisis vital	Desde el papel de quien sufre o de quien acompaña, un camino de acogida, respeto y crecimiento.
10	El estrés y establecimiento de prioridades	¿Cómo preparar la toma de decisiones en la familia? ¿Cómo favorecer la colaboración familiar y el sentido de unidad? Se puede aprender a valorar juntos qué es lo importante.
11	Los celos en las relaciones	Descubramos qué hay detrás de los celos y cómo ayudar a descubrir las intenciones con los demás.
12	Los prejuicios	Todos tenemos prejuicios... pero podemos ayudar a que no sean la base de las decisiones.
13	Etiquetas personales	Cómo crecer hacia una mentalidad incremental a partir de los juicios sobre otras personas.
14	Ideales y presiones sociales	Reentendiendo las acciones del día a día para actuar desde la interioridad.

Nuestras dinámicas de educación emocional y crecimiento personal

15	Las buenas creencias	Hacia una mentalidad de crecimiento que nos ayude en la familia.
16	Sentimientos y metáforas	Favorecer la expresión de las propias emociones a partir de la realidad que cada uno vive.
17	La toma de decisiones en contextos de duda	Cómo acompañar los dilemas de niños y adolescentes para decidir desde la interioridad.
18	De dónde vengo y adónde voy	Creciendo en el autoconocimiento personal a partir de las emociones.
19	Disfrute, encuentro interpersonal y crecimiento	Distinguirlos para promover el encuentro interpersonal en las acciones del día a día.
20	Las rutinas	¿Actuar por repetición? Vivirlas con sentido.
21	Vivir las discrepancias para el encuentro	Porque las discusiones no solo pueden no separarnos... sino ayudarnos a vivir todavía más cerca.
22	La asertividad	Expresemos lo que pensamos o sentimos en la familia afirmando nuestra relación.
23	La reconciliación	Tanto en la vida personal como en la educación de otras personas, abramos nuevos horizontes de relación.
24	Conciliación familiar: la vida y el trabajo	¿Vivir para trabajar? ¿Trabajar para vivir? Una propuesta alternativa para integrar todos los ámbitos de la vida.
25	Errores y esfuerzo: oportunidad para crecer	Una nueva forma de entenderlos para potenciar a la persona desde su interioridad.
26	Ansiedad y miedos	Son dinámicas que nos influyen a niños y adultos. ¿Los tapamos? ¿Huimos de ellos? ¿O los aprovechamos para ir adelante?
27	Rastros de humanidad	Un viaje desde el comportamiento hacia la interioridad
28	Educando juntos	Los desafíos compartidos de adultos y niños
29	Bullying y problemas de convivencia	Superando etiquetas, creciendo en el encuentro
30	La gran sorpresa	Cómo conocernos gracias a nuestras relaciones
31	El muro roto	Resistencia RESILIENCIA. El dolor como oportunidad para humanizarnos
32	La misma forma de ser	Trabajo y familia. Cómo potenciarnos en cada ambiente

Si en tu institución ves necesario desarrollar alguna dinámica con otra temática, estamos dispuestos a ayudarte. Contacta con nosotros en m.cenoz@uptoyoueducacion.es.

Contacto

Acompañando el Crecimiento

www.acompañandoelcrecimiento.com

info@uptoyoueducacion.com

ACOMPañANDO EL CRECIMIENTO



WWW.ACOMPañANDOELCRECIMIENTO.COM