

Una charla sobre comunicación efectiva para la resolución de conflictos en familia, inaugura este jueves la III Edición del Espacio de Salud y Cuidados del COEGI

Se trata de la primera charla-coloquio de la nueva edición de este ciclo dirigido a los ciudadanos que organiza el Colegio Oficial de Enfermería de Gipuzkoa y que, en 2016, integra un total de seis conferencias en las que se abordarán temas relacionados con: pautas para dormir mejor, la identidad y orientación sexual, la autogestión del duelo, la sexualidad en las personas mayores, y el testamento vital / voluntades anticipadas

Bajo el título: “Resolución de conflictos en familia: Comunicación efectiva”, la primera conferencia, con entrada libre hasta completar aforo, tendrá lugar este jueves, 10 de marzo, a las 18,00 horas en la sede del Colegio en San Sebastián (c/ Maestro Santesteban, 2, 1º).

Con la organización del Espacio de Salud y Cuidados, el Colegio pretende abrir sus puertas a los ciudadanos y acercarles diversos temas relacionados con la salud, las relaciones y el ámbito social, para informarles y contribuir a una mejor calidad de vida de la ciudadanía.

La sede del Colegio Oficial de Enfermería de Gipuzkoa (COEGI) en San Sebastián acogerá este, jueves 10 de marzo a partir de las 18,00 horas, la primera charla de la III edición su Espacio de Salud y Cuidados bajo el título: “Resolución de conflictos en familia: Comunicación efectiva”. Con entrada libre hasta completar aforo, la charla será impartida por el ingeniero y coach, Martín Silva; la psicóloga, Ainara Silva; y la educadora infantil y social, Sonia Pascual y contará asimismo con la intervención de Pilar Lecuona, Presidenta del COEGI.

Los tres ponentes, instructores PET certificados por Gordon Training International, ofrecerán a los asistentes herramientas y habilidades de comunicación eficaces para familias. “Ser madre o padre no significa que instintivamente tengamos que saber cómo actuar en cada momento. De hecho es muy habitual que dudemos e incluso nos sintamos perdidos, frustrados e impotentes en numerosas ocasiones”, asegura la educadora infantil y social, Sonia Pascual. “Es asombroso cómo mediante sencillas técnicas se puede conseguir mejorar las relaciones con los hijos e, incluso, en tus relaciones personales en general”, añade la psicóloga Ainara Silva.

Durante la charla aportarán al público asistentes pequeñas pautas que ayudarán a gestionar las posibles situaciones de conflicto que se van presentando en el día a día, así como maneras eficaces de solucionarlas. “Es esencial saber cómo hablar a los hijos de manera que te escuchen y te tengan en consideración; y, también, saber cómo escucharlos y comprenderlos de modo que confíen en ti para compartir sus preocupaciones al igual que sus ilusiones”, explica Martín Silva.

Una comunicación eficaz

“Nuestro objetivo –explican los ponentes-, es enseñar habilidades para que ser un padre o una madre con el que los hijos puedan hablar sinceramente y tener un vínculo irrompible o para que resuelvan las situaciones de conflicto sin peleas y sin que ninguno de los dos pierda, los dos ganen”, afirma Sonia Pascual. Asimismo, explicarán herramientas esenciales que, a su juicio, todo progenitor debe conocer. “Si se siguen determinadas pautas conseguirán sentir menos frustración y enfado porque se sentirán capaces de resolver los problemas. En consecuencia, habrá menos tensión y resentimiento, y más escucha, diversión y aceptación en la familia”, asegura Martín Silva.

Ainara Silva recuerda una frase del Dr. Thomas Gordon, psicólogo estadounidense en el cual basan su programa y habilidades, “si los padres ignoran permisivamente el comportamiento que no les gusta de sus hijos, sufren; si se basan en el castigo, sus hijos sufren. Y en ambos casos, la relación sufre”. “El modelo del Dr. Thomas Gordon permite que los niños y las niñas desarrollen un sentido de responsabilidad personal, confianza en sí mismos/as, autonomía y creatividad”, asegura Sonia Pascual.

PROGRAMA Espacio de Salud y Cuidados del COEGI

La conferencia del jueves, 10 de marzo, inaugura la III edición del ciclo de charlas-coloquio que organiza el Colegio Oficial de Enfermería de Gipuzkoa con el objetivo de concienciar a la ciudadanía sobre la importancia de la prevención y la educación para la Salud. En 2016, el ciclo integra seis conferencias que se desarrollarán hasta el próximo mes de noviembre en la sede colegial y en las que participarán enfermeros, doctores, psicólogos, representantes de asociaciones, etc. especializados todos ellos en cada uno de los temas que se abordan.

Todas las conferencias son con entrada libre hasta completar aforo y son presentadas y moderadas por la presidenta del COEGI, Pilar Lecuona. Tras las mismas, se abre un coloquio entre los asistentes para que los ciudadanos puedan formular sus dudas e inquietudes a los ponentes.

Los temas que se abordarán y el calendario restante previsto para 2016 es el siguiente:

- 5 de mayo: Por un sueño sano. Cuidado con las pastillas y otras adicciones en la persona mayor. Técnicas de relajación para dormir mejor.
- 2 de junio: Identidad sexual, orientación sexual y erótica. ¿A partir de qué edad se determina el transgénero, la transexualidad y la homosexualidad? Te ayudamos a identificar estas realidades y buscar la ayuda que precisas.
- 29 de septiembre: Autogestión del duelo. Conoce las alternativas de apoyo a tu alcance. El duelo en las personas mayores.
- 27 de octubre: Sexualidad en las personas mayores. Estrategias y consejos prácticos para una vida plena.
- 24 de noviembre: Testamento vital, voluntades anticipadas. ¿Cómo se hace? ¿Dónde puedo hacerlo? Conoce sus ventajas y límites.

Más información

<https://www.facebook.com/coegi>

<https://twitter.com/COEGLenfermeria>

Datos de contacto:

Gabinete de Comunicación

943223750

Nota de prensa publicada en: [Donostia-San Sebastián](#)

Categorías: [Comunicación País Vasco Infantil Eventos Ocio para niños Personas Mayores](#)

NotasdePrensa

<https://www.notasdeprensa.es>