

Gisela Chávez

- Lic. en Derecho
- Psicoterapeuta con maestrías en Educación, Psicoterapia Gestalt y Psicoterapia psicoanalítica
- Conferencista en “Somos tu Familia” y “Sembrando Valor”

Arquidiócesis Primada de México

Comisión Arquidiocesana
de Pastoral Familiar



SUGERENCIAS PARA QUE LOS HIJOS APRENDAN A MANEJAR SUS EMOCIONES

Gisela Chávez

Colaboración para Cenyelitztli, A.C.

Los seres humanos aprendemos a conocer, elaborar y expresar nuestras emociones desde la infancia teniendo como maestros a los padres. Partiendo de la base de que “nadie da lo que no tiene” los padres no podemos enseñar a los hijos lo que nosotros mismos no hemos aprendido, en otras palabras, unos padres que no saben gestionar sus propias emociones, van a ser incapaces de enseñar o acompañar a sus hijos en este importante proceso.

Del manejo de las emociones dependen aspectos trascendentales en la vida de un ser humano como la capacidad para iniciar y mantener vínculos significativos (de amistad, de pareja), la toma de decisiones, el desempeño profesional, la autoestima y muchos más.

Acércate a nosotros

- ☼ Si tienes problemas con tu pareja, hijos, padres, hermanos, con algún familiar o amigo.
- ☼ Si deseas atención psicológica, servicio de escucha y consejería.
- ☼ Si conoces a alguien que requiera ser canalizado por problemas de adicciones, psiquiátricos o legales.
- ☼ Si quieres alguna conferencia o taller.

Línea de atención en crisis

Para personas que se encuentran en una situación de crisis y por algún motivo no pueden acudir al Centro de Apoyo Familiar.



Cenyelitztli, A.C.

Tel. 55361676
55361128



Publicación gratuita

13



Cenyelitztli A.C



@Cenyeliztliac

www.cenyelitztli.org

Año 10 Colección de “Familia a Familia”

