Maribel, Martínez
Es psicóloga especialista en terapia breve estratégica, corriente de la que es pionera en España. Ejerce como psicoterapeuta desde 2001 y es codirectora del Centro de Terapia Breve Sentirse Bien de Barcelona. Ha ejercido la docencia en diversas instituciones educativas y ha colaborado en medios como La Vanguardia , Ara y El Confidencial así como en radio y televisión. Es coautora de los libros Niños sin miedos y Conducir sin miedo (Tibidabo Ediciones).

¿Cuántas veces te lo tengo que decir?

Autor: Maribel, Martínez

Arpa
ISBN: 978-84-17623-12-8 / Rústica / 208pp | 140 x 213 cm
Precio: $ 24.800,00

¿Cuántas veces les decimos las mismas cosas a nuestros hijos sin lograr nuestro objetivo? ¿Cuántas veces hemos de comprobar que no funciona para descartarlo como solución y hacer algo diferente? La psicóloga Maribel Martínez, experta en terapia breve estratégica, nos propone pautas eficaces y sencillas para conseguir que los hijos nos escuchen, nos respeten y nos obedezcan en situaciones normales y corrientes a las que todos los padres nos enfrentamos día a día: ? Los valores: respeto a los padres y los hermanos ? La autonomía personal: vestirse, estudiar, comer, dormir ? La responsabilidad: puntualidad, deberes, colaboración en casa ? La inteligencia emocional: miedo, frustración, pataletas, límites, rabia ? La utilización de las pantallas: móvil, consolas, ordenador, tablet Como en la práctica profesional, en cada capítulo se parte de un caso concreto, se observa cómo se ha creado el problema y qué intentos de solución se han llevado a cabo sin resultado satisfactorio. Se especifica a continuación el objetivo real que se trata de alcanzar y se aportan estrategias prácticas para que los padres puedan resolver el conflicto con eficacia.

¿Cuántas veces les decimos las mismas cosas a nuestros hijos sin lograr nuestro objetivo? ¿Cuántas veces hemos de comprobar que no funciona para descartarlo como solución y hacer algo diferente? La psicóloga Maribel Martínez, experta en terapia breve estratégica, nos propone pautas eficaces y sencillas para conseguir que los hijos nos escuchen, nos respeten y nos obedezcan en situaciones normales