

TALLER GRUPAL - PIF

Capacitación Parental para familias con hijos/as adolescentes

Recursos y herramientas educativas

Estructura

El taller se desarrollará de forma presencial a lo largo de cuatro sesiones con una duración de 2 horas cada sesión. Las fechas y horario serán las siguientes: 7, 14, 21 y 28 de abril de 17:00 a 19:00 horas.

Objetivos

- ❑ Propiciar espacios de reflexión sobre situaciones cotidianas y sobre criterios básicos de funcionamiento de los roles parentales con hijos/as adolescentes.
- ❑ Facilitar el conocimiento de las actitudes y formas de pensar y actuar de los adolescentes que se pueden considerar normalizadas, según el momento evolutivo en que se encuentran.
- ❑ Ayudar a identificar y prevenir las diferentes problemáticas de la etapa adolescente.
- ❑ Dotar de estrategias para evitar las malas prácticas y para mejorar las habilidades comunicativas.
- ❑ Promover la adquisición de pautas y herramientas educativas adaptadas a la etapa evolutiva de sus hijos/as.
- ❑ Capacitar a los padres y madres de recursos y habilidades que posibiliten un crecimiento integral de los hijos y del grupo familiar a través de una parentalidad positiva.

Metodología

Aunque las nociones teóricas son muy importantes, siempre han de perseguir la aplicación práctica, de modo que las familias puedan aplicar lo que se les explique.

Cada sesión tendrá el formato de taller participativo con protagonismo de los asistentes. Se darán unas nociones teóricas y se dará en cada sesión un documento para el debate y la reflexión.

En cualquier caso, la metodología será aquella que siempre tenga su repercusión en las familias participantes. Si no es útil, se cambiará la metodología sobre la marcha.

Contenidos generales

A continuación, se realiza una breve presentación del guion de contenidos a trabajar y sobre los que intervenir en las cuatro sesiones. Son temas claves para la capacitación familiar con hijos e hijas en la etapa preadolescente y adolescente:

- ❏ Comprender la etapa evolutiva de la preadolescencia, sus necesidades evolutivas y cómo acompañar a hijos/as en esta etapa.
- ❏ La importancia de los límites educativos en esta etapa y la autoridad positiva (que no es lo mismo que autoritarismo).
- ❏ Entender que es la resiliencia y herramientas para desarrollar la propia resiliencia y poder educar en la misma
- ❏ La gestión emocional en la familia.

Contenidos de cada sesión

1. INTRODUCCION AL CICLO DE SESIONES.

- ❏ La etapa evolutiva de la preadolescencia. Descripción de sus características y sus necesidades.
- ❏ ¿Qué necesita tu hijo/a preadolescente de ti?
- ❏ Cómo acompañar a tu hijo/a en la etapa preadolescente.

- Q La importancia de “los límites y la autoridad positiva”, “educar para la resiliencia en la vida actual” y la “gestión emocional en la familia” (breve explicación e introducción a las siguientes sesiones y su propósito educativo)

2. LA “AUTORIDAD POSITIVA” COMO ESTILO EDUCATIVO FAMILIAR.

- Q Breve explicación de los distintos estilos de educación familiar y las distintas consecuencias educativas de cada uno de ellos.
- Q Pautas básicas y sencillas para una autoridad positiva.
- Q Los límites en la educación familiar.

3. EDUCAR PARA LA RESILIENCIA

- Q ¿Qué es la resiliencia? Un pasaporte para la vida.
- Q Formas y métodos de educar para la Resiliencia.
- Q La adversidad y su oportunidad: trascender el “positivismo” y aprender a contactar con las oportunidades dentro de las crisis. Aprender y enseñar a extraer el aprendizaje evolutivo de las adversidades.

4. GESTION DE EMOCIONES EN EL CONTEXTO FAMILIAR.

“No podemos educar en aquello que no poseemos”

- Q Autoconocimiento emocional: la emoción como mensajera.
- Q Autorregulación emocional: “responder” en lugar de “reaccionar”.
- Q Gestión de la ira y otras emociones “difíciles”.
- Q Establecer o recuperar la conexión emocional con tu hijos/as.