



## PROYECTO ESCUELA DE PADRES Y MADRES “A TIEMPO”.

### ACTIVIDAD:

Programa Educativo Preventivo para padres y madres.

Es fruto de la experiencia de trabajo con familias durante 25 años.

Supone un espacio de aprendizaje y colaboración para las familias que quieren educar de una forma más eficaz, aportando los instrumentos, las herramientas, los conocimientos y las habilidades para manejar las situaciones más o menos complicadas que pueden producirse en las relaciones familiares.

A Tiempo es también un espacio de encuentro para compartir experiencias, situaciones y vivencias de las que aprender unos de otros. Ahí las familias van a ir descubriendo sus debilidades y fortalezas y así minimizar las unas y potenciar las otras.

### EL PORQUÉ DE UNA ESCUELA DE MADRES Y PADRES:

Porque educar es prevenir y la educación de los niños y niñas está en manos de padres y madres sobre todo y dadas las dificultades del momento actual, educativamente hablando, estamos convencidos que las familias necesitan, asesoramiento, ayuda y apoyo en esta importante tarea y porque:

- Las madres y padres no lo saben todo y necesitan ayuda y formación para llevar a cabo esta magnífica labor de educar.
- Porque los hijos y las hijas no vienen con un manual de instrucciones.
- Porque sobre los padres y las madres recae este maravilloso y difícil reto que supone la educación de los hijos e hijas.
- Porque necesitan formarse para llevar a cabo esta labor.

Nuestra escuela de padres y madres es fruto de la extensa experiencia en el trabajo con familias durante más de 25 años.

### IMPARTIDO POR:

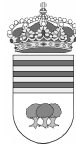
Técnicas en Prevención de La Asociación Resurgir de Antequera.

### DESTINADO A:

- Padres y madres que tienen el privilegio de educar y quieren formarse para hacerlo mejor cada día, conscientes de su responsabilidad.
- A la familia como espacio de aprendizaje en el que se producen dificultades en el manejo de normas y la resolución de conflictos.
- Padres y madres con hijos e hijas en situación de riesgo, con escasa motivación y rendimiento escolar.
- Padres y madres que como los responsables directos, últimos y más importantes de los hijos e hijas.

# ASOCIACIÓN RESURGIR PREVENCIÓN ANTEQUERA

N.I.F. G-29557659 N.R.Provincial 2541, Sec. 1ª



Ayuntamiento  
de  
Encinas Reales  
(CÓRDOBA)



## Objetivos del Programa:

Dar información y potenciar la adquisición de estrategias habilidades y conceptos relacionados con la educación-prevención de los posibles comportamientos de riesgo de los hijos e hijas.

Facilitar una comunicación más efectiva en la familia como instrumento clave en las relaciones familiares (que mi hij@ no me escucha, que no sé cómo hablarle, que siempre estamos dando voces etc.).

Proporcionar a los padres y madres habilidades para el manejo de la ansiedad y el estrés que producen las dificultades diarias en la convivencia familiar.

Establecer pautas para el adecuado manejo de normas y límites en la familia.

Aprender a manejar técnicas eficaces para resolver conflictos en la familia: estilos educativos, negociación etc.

Trabajar la autoestima en los miembros de la pareja como aspecto fundamental para el bienestar personal y los beneficios que reporta en el trato y la educación de los hijos e hijas.

Dar información sobre las drogas de uso más frecuente entre nuestros adolescentes y jóvenes.

Informar y concienciar a los padres sobre el peligro que entraña el mal uso de las nuevas tecnologías, así como de su potencial cuando se hace un uso adecuado de las mismas.

## SESIONES Y CONTENIDOS:

Presentación y 1ª Sesión: “Educar es Prevenir”, toma de contacto, reflexión sobre los objetivos de la prevención, presentación del material, detectar necesidades y compromiso de asistencia

2ª Sesión: “La Comunicación Familiar”. El proceso comunicativo, definición de comunicación, elementos básicos de la comunicación y sus componentes. Habilidades básicas (escucha activa, empatía, expresar refuerzos). Habilidades complejas (resistir la presión decir NO, expresión de críticas constructivas)

3ª Sesión: “El Control Emocional”. Que significa tener ansiedad y como se puede reducir, las respuestas emocionales como detectarlas y manejarlas (autocontrol), pensamientos irracionales como detectarlos y controlarlos. Estilo de vida saludable y mejora del manejo de la relación con los hij@s.

4ª Sesión: “Cómo manejar Normas en la Familia”. Qué son normas, tipos de normas, porque son preventivas, como se aplican las normas, criterios básicos de aplicación y pasos, manejo de consecuencias, refuerzos etc.

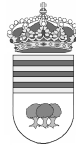
5ª Sesión: “Resolución de Conflictos, Estilos Educativos”. Introducción y justificación, a que llamamos conflicto, actitudes ante un conflicto, la estructura del conflicto, estilos de solución de conflictos.

ASOCIACIÓN RESURGIR (ANTEQUERA)  
Avda. del Romeral Nº 2. C.P. 29200, Antequera  
Telf. 95 270 27 62 Fax. 95 270 48 91  
Móvil 686 753 526  
[prevencionantequera@hotmail.com](mailto:prevencionantequera@hotmail.com)

AYUNTAMIENTO DE ENCINAS REALES (CÓRDOBA)  
C/ CRUZ Nº 4. C.P. 14913, Encinas Reales  
Telf. 957597128 Fax. 957597190  
Móvil 635052299  
[ayuntamiento@encinasreales.es](mailto:ayuntamiento@encinasreales.es)

# ASOCIACIÓN RESURGIR PREVENCIÓN ANTEQUERA

N.I.F. G-29557659 N.R.Provincial 2541, Sec. 1ª



Ayuntamiento  
de  
Encinas Reales  
(CÓRDOBA)



6ª Sesión: Técnicas para la resolución de conflictos “Familia y Nuevas Tecnologías”. Ayuda a tus hijos a hacer un buen uso de internet, el móvil, los videojuegos y la televisión.

7ª Sesión: “Información sobre drogas y otras conductas adictivas”. El modelo comprensivo de Elisardo Becoña. Factores de protección y factores de riesgo. Actitud de las familias ante las drogas y otras conductas adictivas.

8ª Sesión: “Recapitulación”. ¿Qué hemos hecho en estas semanas?

Puesta en Común. Mi experiencia en este grupo, cómo me ha ido, que me llevo. Compromiso

Evaluaciones. Cada miembro del grupo evalúa el programa realizado sesión por sesión además de la asistencia, el clima del grupo etc.

Entrega de diplomas.

Aplauso y foto para el recuerdo.

## Metodología:

El trabajo se realiza con una metodología grupal activa y participativa en la que todos los miembros del grupo son igualmente parte del desarrollo de las sesiones.

Se utilizan dinámicas alusivas al tema que se esté tratando en el momento y técnicas como el feed-back, el role-playing, visualización de videos, música.

También se hace especial hincapié en que el programa es eminentemente práctico y que todas las herramientas, habilidades y estrategias, que vamos adquiriendo, son para aplicarlas en la vida familiar.