



ESCUELA DE PADRES Y MADRES

La escuela de padres y madres es un proyecto psicopedagógico que pretende orientar a los padres y madres en el proceso educativo de sus hijos/as siendo conscientes de que no existe ninguna receta mágica pero sí ciertas pautas educativas y herramientas que faciliten esta labor.

Al mismo tiempo, la escuela de padres es un espacio y punto de encuentro y reflexión donde las familias pueden compartir sus experiencias y realizar una escucha activa, enriqueciéndose del intercambio de experiencias con los demás padres y madres asistentes.

Metodología

La metodología consiste en un ciclo de sesiones de trabajo teórico-prácticas, dirigidas a padres y madres, de una duración aproximada de dos horas cada una, en las que se presentará un tema, se trabajará sobre él de forma práctica y participativa siempre que sea posible y se dedicará un tiempo a comentarios, debates y preguntas.

Todo ello desde una perspectiva positiva y motivadora para las familias que facilite el aprendizaje y la capacitación de los padres y madres asistentes.

Con este modelo de trabajo, se pretende ir más allá de ser un simple ciclo de conferencias, para convertirse en una actividad pedagógica participativa, en el que el punto de partida es la propia experiencia de los padres y madres asistentes.

Temas y contenidos

A continuación, se exponen los temas principales de la escuela de padres y madres para cada una de las sesiones que se realicen y algunos de los contenidos a tratar durante las mismas. Sin embargo, cabe destacar, que la programación es flexible y se pueden sugerir otros contenidos, modificarlos o ampliarlos según los intereses del grupo de padres y madres, dado el carácter participativo, como hemos indicado, que tiene una escuela de familias.

Por todo ello, exponemos detalladamente la primera sesión y, a continuación, los temas y contenidos más relevantes de las sesiones posteriores:

Primera sesión:

Presentación. ¿Qué es educar? Educar la/con inteligencia emocional.

- o Presentaciones y conocimiento mutuo del grupo.
- o Presentar el programa y entregar un ejemplar a cada asistente, solicitando aportaciones, comentarios y/o sugerencias que serán recogidas al final de la sesión para tenerlas en cuenta para el diseño y desarrollo de las sesiones posteriores.
- o ¿Qué es educar? Educar la/con inteligencia emocional. El papel de la familia como principal referente en los hijos/as.



Siguientes sesiones:

- Pautas educativas para educar mejor
 - o Estilos educativos
 - o Normas y límites
 - o Cómo conseguir que las normas se cumplan
 - o Potenciar la autoestima y las habilidades sociales en los hijos/as :Autocontrol, Empatía, escucha activa, Toma de decisiones, Asertividad
 - o Fomentar el pensamiento creativo
 - o Aprender a motivar

- Relaciones y comunicación entre padres e hijos.
 - o Importancia de la comunicación.
 - o Estrategias para entendernos mejor
 - o Actitudes que dificultan la comunicación
 - o Resolución de problemas en la relación padres-hijos
 - o Cómo hablar con los hijos sobre temas delicados: sexo, drogas y alcohol, enfermedad y muerte, divorcio, etc.

- Prevención del fracaso escolar : Enseñar a aprender
 - o ¿Por qué suspenden? Posibles causas del fracaso escolar.
 - o La motivación en la educación actual
 - o Rol de los padres en la educación y formación de los hijos
 - o El autoconcepto.
 - o Posibles soluciones.
 - o Enseñar a aprender.
 - o Las técnicas de estudio y la planificación de las tareas escolares.



- Autoestima para padres y madres.
 - o Los padres y las madres como modelo y fuente de imitación de los hijos/as sobre cómo ser y cómo actuar en la vida a la hora de resolver problemas o enfrentarse a las dificultades.
 - o Motivación y actitudes positivas en los padres y madres.
 - o Autoestima y desarrollo personal.

- Educar para unos hábitos de vida saludables.
 - o Promoción de la salud en la familia.
 - o Cuidando la salud mental
 - o La alimentación saludable y la prevención de los trastornos de la conducta alimentaria. La actividad física.
 - o Educación afectiva y sexual en la familia.
 - o La prevención del consumo de alcohol y drogas.

- El paso a la educación secundaria y la llegada de la adolescencia
 - o Características, cambios físicos, desarrollo intelectual y psico-sexual.
 - o Dificultades en esta etapa: presión de grupo, agresividad, crisis de identidad, drogas, conflictos en la relación padres e hijos, rendimiento escolar, etc.

- Drogas y alcohol
 - o Los padres y madres como agentes de prevención
 - o Conceptos básicos de drogodependencias
 - o Cómo abordar el tema con los hijos/as.
 - o Adolescencia y alcohol.

- Internet, redes sociales y nuevas tecnologías: riesgos y adicciones.
 - o Prevenir de los riesgos del mal uso y adicciones
 - o Juego patológico
 - o Fomentar un uso y unos hábitos adecuados



- Agresividad y violencia.
 - o Posibles causas y prevención
 - o Agresividad en la relación padres-hijos
 - o Acoso escolar (bullying): intimidación y maltrato entre el alumnado.
- Educación para el ocio y el tiempo libre.
 - o La importancia del ocio y el juego para el ser humano y su papel socializador.
 - o El ocio y la realización personal
 - o Educación para el ocio en la familia.

Recursos necesarios para la realización de la Escuela de padres y madres

1. Recursos materiales.

Es necesario un espacio físico donde puedan trabajar unas 30 personas con luz. Internet. Sillas y mesas para los asistentes. Pizarra. Soportes audiovisuales (Portátil con cañón proyector o pizarra digital, pantalla para proyectar para visualizar el material.) Posibilidad de hacer fotocopias de material si es necesario.

2. Recursos personales.

Psicólogo/a para impartir la Escuela de padres y madres.
En este caso, desde nuestro centro contaremos con la participación de nuestra compañera María del Camino Pérez, con gran experiencia en este tipo de actividades, quedando todo ello reflejado en su currículum, el cual dejamos a su disposición si así lo estiman conveniente.

3. Recursos económicos.

70 euros/sesión realizada, incluyendo desplazamiento hasta el centro.

Calendarización:

Propuesta inicial para realizar las sesiones quincenales en horario de 18'30 a 20'30 horas, en la fecha y día que mejor se adapte a cada centro.