

# Vivir la adolescencia en familia

Programa de apoyo psicoeducativo para promover la convivencia familiar



## ¿A quién va dirigido?

El programa va dirigido a madres y padres de adolescentes interesados en temas relacionados con la crianza, educación y desarrollo de sus hijos e hijas.



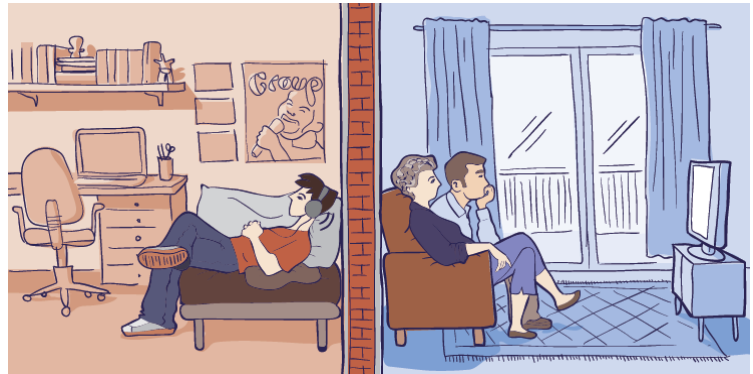
## Características del Programa

Es un programa de METODOLOGÍA GRUPAL, ya que el grupo:

- Enseña estrategias para afrontar problemas cotidianos.
- Ayuda a analizar actitudes propias, contrastándolas con las de otras personas en situación similar.
- Aporta perspectivas para analizar situaciones.
- Pone en marcha procesos de ayuda mutua.
- Recupera sentimientos de esperanza.
- Alienta intercambios de emociones.
- Reduce la sensación de aislamiento social, reforzando fortalezas propias.
- Suma experiencias útiles fuera del grupo.

## Origen del Programa:

El Programa fue creado desde el Departamento de Psicología Evolutiva y de la Educación (Universidad de La Laguna) y el Departamento de Educación (Universidad de Las Palmas de Gran Canaria).



## Objetivos del Programa:

- Apoyar y potenciar el ejercicio de la tarea de ser padres y la vivencia positiva de la adolescencia de sus hijos e hijas.
- Promover el desarrollo personal de los padres y el desarrollo positivo adolescente.
- Reforzar factores de protección y reducir factores de riesgo mediante el aumento de apoyo social.
- Favorecer la coordinación de este y otros programas, recursos y actividades que complementen su eficacia.

## Estructura del Programa:

El Programa está formado por 5 módulos temáticos con cuatro sesiones cada uno, además de la sesión de presentación

**MÓDULO 3**  
**HACIA UN ESTILO DE VIDA SALUDABLE**  
**EN FAMILIA**

**MÓDULO 4**  
**COMPROMETIDOS CON LA**  
**CONTINUIDAD ESCOLAR**

# Vivir la adolescencia en familia

Programa de apoyo psicoeducativo para promover la convivencia familiar



**AULAS  
DE FAMILIA**  
TALAVERA

## MÁS INFORMACIÓN:

656 460 927  658 765 398

E-mail:

[aulas.talavera@actiasocial.org](mailto:aulas.talavera@actiasocial.org)

TALAVERA

## INSCRIPCIONES:

A través de nuestro correo electrónico o nuestro teléfono de contacto

Lugar de realización: Instituto de Ciencias Sociales (ICS)  
Carretera de Madrid, s/n  
Talavera de la Reina

### Desarrollo del Programa

El Programa comienza el **miércoles, 5 de febrero**. Las sesiones se realizarán de forma presencial en Talavera de 17 a 18:30 horas, durante 8 semanas.



Castilla-La Mancha

### MÓDULO 3. HACIA UN ESTILO DE VIDA SALUDABLE

**5 de febrero**

S1. El molino de la vida

**12 de febrero**

S2. El camino de mi hij@ durante la adolescencia

**19 de febrero**

S3. La red de apoyo formal

**26 de febrero**

S4. Cómo vive la sexualidad la/el adolescente

### MÓDULO 4. COMPROMETIDOS CON LA COTINUIDAD ESCOLAR

**5 de marzo**

S1. Una mirada hacia delante

**12 de marzo**

S2. ¿Porqué es importante estudiar?

**19 de marzo**

S3. Mi interés por lo que aprendes

**26 de marzo**

S4. El camino hacia el centro educativo