

ESCUELAS DE FORMACIÓN PARENTAL

1-Habilidades de la vida diaria: (coordinación con los técnicos de hábitos saludables).

Higiene, alimentación saludable, y organización del hogar y de las rutinas.

Estilos educativos.

Parentalidad positiva, competencias parentales.

2-Habilidades de comunicación:

Los tres estilos educativos de comunicación: agresivo, pasivo y asertivo.

Comunicación asertiva, escucha activa y empatía.

3- Inteligencia emocional:

Autoestima y motivación.

Gestión emocional: conocimiento y reconocimiento de las emociones en nosotros mismos y en los demás y expresión emocional.

4-Habilidades sociales y técnicas de mediación: (colaboración con un mediador, abogado de igualdad y técnico de igualdad).

Definición y lista de habilidades sociales.

Técnicas de solución de problemas y habilidades de negociación.

Técnicas de mediación y gestión de conflictos.

Normas y límites por edades, corresponsabilidad en el hogar.

5-Escolar y social:

Bullying y ciberbullying.

Absentismo escolar.

Actividades de ocio y tiempo libre saludables (alternativas en la comarca).

6-Nuevas tecnologías y adicciones: (colaboración guardia civil y técnicos de adicciones)

Nuevas adicciones y legislación vigente.

Técnicas de prevención y lugares de intervención.

Supervisión y control parental.

7- Violencia de género, violencia intrafamiliar y acoso escolar (colaboración de abogado penalista y miembro de la comisión de igualdad).

María Banda Márquez Psicóloga de Programa de Prevención de Riesgo de Exclusión Social de la Mancomunidad Integral Sierra de Montánchez



Escuela de formación parental.

1. Habilidades de vida diaria: higiene, alimentación saludable y organización de rutinas.

2. Habilidades de comunicación: los tres estilos de comunicación: agresivo, pasivo, asertivo. La comunicación asertiva, escucha activa y empatía.

3. Inteligencia emocional: autoestima y motivación.

Gestión emocional: conocimiento y reconocimiento de las emociones en nosotros mismos y en los demás y expresión emocional.

4. Habilidades sociales, solución de problemas, gestión de conflictos con habilidades de negociación y normas y límites por edades. (corresponsabilidad en el hogar).

5. Escolar y social: bullying, ciberbullying y actividades de ocio saludables en la comarca en familia.

Inscríbete en tu AMPA o en el 625611716.



Escuela de formación parental

- **Nuevas tecnologías y adicciones.**
- **Técnicas de supervisión y control parental.**



Inscríbete en tu AMPA
o en el 625611716.

Violencia de género: en tus manos.



Escuela de formación parental.

Inscríbete en tu AMPA
o en el 625611716.