¿Cómo Mejorar las Relaciones con Nuestros Hijos e Hijas?

Programa de asesoramiento y formación para padres y madres de niños y niñas entre 3 y 12 años de edad

¿En qué consiste?

El programa ¿Cómo Mejorar las Relaciones con Nuestros Hijos e Hijas? se puso en marcha tras la firma de un Convenio de Colaboración entre la Universidad de Granada, a través de CICODE (Centro de Iniciativas y Cooperación al Desarrollo) y el Ayuntamiento de Granada, a través de la Fundación Granada Educa. Tendrá una duración de dos cursos académicos 2009-2010 y 2010-2011, y está dirigido a padres y/o madres de los centros escolares granadinos. Este programa ofrece a padres y madres de niños y niñas entre los 3 y los 12 años de edad técnicas y estrategias útiles para el manejo de problemas de comportamiento de sus hijos e hijas que, por su frecuencia, intensidad o persistencia, son suficientes para alterar el funcionamiento familiar. La participación en él, tiene un carácter gratuito.

El desarrollo de este programa se llevará a cabo por expertas de la Clínica de Psicología de la Universidad de Granada a lo largo de ocho sesiones de una hora y media. Las sesiones tendrán lugar una vez por semana, y su finalidad es proporcionar a los padres y madres habilidades para mejorar las relaciones con sus hijos e hijas. Estas habilidades son adquiridas mediante técnicas y estrategias que deberán ser aplicadas a lo largo de la semana por los padres, en forma de tareas para casa.

Con todo ello se pretende que el clima familiar mejore, en la medida que los padres y madres aprendan las técnicas y estrategias ofrecidas y las lleven a cabo.

¿A quién va dirigido?

El programa va dirigido a padres y madres de niños y/o niñas entre 3 y 12 años de edad que no presentan alteraciones o trastornos concretos de comportamiento, por medio de dos programas, uno dirigido a padres y madres de niños entre 3 y 6 años, y otro dirigido a padres y madres de niños entre 7 y 12 años. Para ello, el propio programa incluye un proceso de evaluación de los hijos que cada familia tiene comprendidos entre esas edades, a partir de la información aportada por los propios padres y madres. Si en ese proceso se detectara la existencia de problemas psicológicos clínicamente significativos, se propondría para ellos un tratamiento complementario más individualizado, asesoramiento profesional y/o derivación a otros dispositivos.

¿Cuáles son los objetivos de este programa?

- Aprender a reaccionar frente a las conductas problemáticas de los hijos e hijas en casa (desobediencia, rabietas, enfrentamientos, peleas entre hermanos, desorden, impulsividad…).
- Dotar de estrategias básicas para supervisar desde casa el comportamiento de los hijos e hijas en el colegio y motivar comportamientos más adecuados.
- Enseñar a los padres y madres a mantener una comunicación adecuada con sus hijos e hijas, a resolver conflictos futuros y ser capaces de negociar con ellos acuerdos de convivencia a lo largo de la adolescencia.

¿Qué trabajaremos en las sesiones?

Las ocho sesiones serán grupales, con un número máximo de 10 familias por grupo. Aunque lo ideal es la participación de padres y madres, las sesiones pueden llevarse a cabo con la asistencia de un solo progenitor por familia.

En las sesiones trabajaremos los siguientes temas:

1. “¿Qué motiva el comportamiento de nuestros hijos e hijas?”.
2. “Prestando Atención”.
3. “Cómo incentivar a nuestros hijos e hijas”.
4. “Aprendiendo a ignorar”.
5. “Dando órdenes de forma efectiva”.
6. “Formas de disciplina moderada”.
7. “Colaborando con la escuela”
8. “Resolviendo conflictos”.

Más información

Las asociaciones o centros educativos que deseen participar en este programa, pueden contactar con:

- Coordinadora del Programa en el CICODE
  - Cristina Villalba Augusto. Responsable del Plan de Apoyo a las Familias Andaluzas.
  - cvillalba@ugr.es
  - 958 24 20 07
- Responsable del Programa
  - Prof. Dr. Antonio Fernández Parra. Unidad de Psicología Clínica. Servicios de Atención Psicológica. Facultad de Psicología.
  - afparra@ugr.es
  - 958 24 09 40

Fuente: http://cicode.ugr.es/pages/accion-social/actividades/actividades-abiertas/relaciones_hijos/index