# ¿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:

- o 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
- o 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: https://cicode.ugr.es/pages/accion-social/actividades/actividades-abiertas/relaciones\_hijos/index

Última versión: 2025-11-13 20:48 - 1 dee 2 -

 $Fuente: https://cicode.ugr.es/pages/accion-social/actividades/actividades-abiertas/relaciones\_hijos/index$ 

Última versión: 2025-11-13 20:48 - 2 dee 2 -