

Mejorando la convivencia en la familia

Gonzalo Musitu Ochoa,
Estefanía Estévez López,
Teresa I. Jiménez Gutiérrez

"Cada familia es única y tiene una historia propia singular, pero todas las familias recorren un proceso de desarrollo semejante y experimentan cambios a lo largo del tiempo que se repiten de una a otra... En la vida de una familia con hijos, la llegada de éstos a la etapa de la adolescencia, supone en muchos casos el enfrentamiento a situaciones nuevas para las que los padres dicen a menudo no estar preparados y no saber qué hacer para resolverlas."

Este es el comienzo de esta guía, dedicado especialmente a padres preocupados y ocupados en la tarea de ofrecer a sus hijos las mejores condiciones materiales, afectivas y sociales para su adecuado desarrollo. La guía ofrece un conjunto de orientaciones y actividades prácticas para realizar entre padres e hijos y también para nutrir la caja de herramientas de los profesionales que trabajan con familias y adolescentes. Las actividades que los autores proponen nacen de una larga trayectoria y experiencia de trabajo con familias, adolescentes y profesionales. Además, el punto de partida de este programa de mejora de la convivencia familiar es la más reciente y rigurosa investigación en el ámbito de la familia y el desarrollo saludable durante los años de la adolescencia, cuya revisión fue presentada en la monografía Funcionamiento Familiar, Convivencia y Ajuste en Hijos Adolescentes publicada en esta misma colección. En síntesis, con un fin preventivo, lo que los autores pretenden es propiciar espacios de encuentro y reflexión entre padres e hijos adolescentes mediante la realización de actividades sencillas y flexibles que buscan mejorar el clima en la familia y el ajuste y bienestar de los hijos en su creciente desarrollo personal y social.

diseño: ediciones cinco

Financiado por:



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE SANIDAD
Y POLÍTICA SOCIAL

SECRETARÍA GENERAL
DE POLÍTICA SOCIAL

DELEGACIÓN DEL GOBIERNO
PARA EL PLAN NACIONAL
SOBRE DROGAS



acción familiar

Gta. Quevedo, 7 - 6º dcha. - 28015 Madrid
Tfno: 91 446 10 11 - Fax: 91 446 88 17
web: www.accionfamiliar.es

Mejorando la convivencia en la familia



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE SANIDAD
Y POLÍTICA SOCIAL

SECRETARÍA GENERAL
DE POLÍTICA SOCIAL

DELEGACIÓN DEL GOBIERNO
PARA EL PLAN NACIONAL
SOBRE DROGAS



acción familiar

Este Programa trata de ayudar a la formación de los jóvenes a través de la familia, ofreciendo claves para un mayor conocimiento y comprensión de las peculiaridades de la adolescencia.

Aborda cuestiones relativas a las características propias de esta etapa, la importancia del papel de la familia y su relación con la escuela, la comunicación, los iguales, y determinados problemas como la prevención de conductas de riesgo. Los padres y madres logran adquirir pautas educativas más eficaces, para potenciar el crecimiento y maduración de los adolescentes.

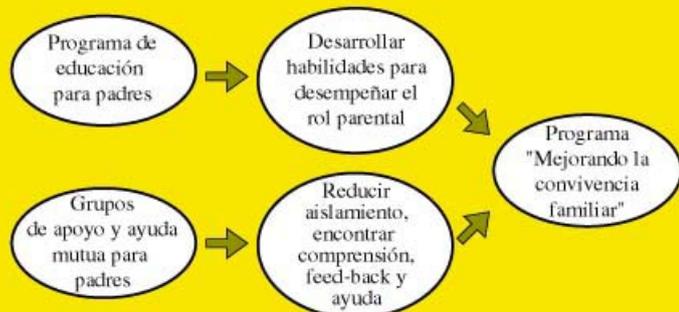
Objetivo General

Propiciar espacios de encuentro y reflexión entre padres e hijos adolescentes, mediante el conocimiento y realización de actividades sencillas y flexibles con el fin de mejorar la comunicación en la familia y favorecer el desarrollo personal de los hijos.

Objetivos

- Informar sobre las características de los adolescentes.
- Revisar normas y reglas de comportamientos .
- Redistribuir responsabilidades.
- Analizar fórmulas de comunicación y resolución de conflictos.
- Organizar el tiempo libre de la familia.
- Prevenir problemas característicos de la adolescencia.

Tipo de Programa



Programa de intervención con las familias en la etapa de la adolescencia.

Descripción

El programa se estructura en seis bloques, con 22 actividades, durante seis sesiones de dos horas.

1. Conocemos el desarrollo en la adolescencia

- 1.1. Cambios en la adolescencia
- 1.2 Necesidades en la adolescencia
- 1.3 ¿Nos conocemos?

2. Distribuimos normas y responsabilidades en la familia

- 2.1 Responsabilidades en la casa
- 2.2 Revisamos las normas y responsabilidades que ya tenemos
- 2.3 Redefinimos las normas y responsabilidades
- 2.4 La familia del futuro

3. Nos comunicamos positivamente

- 3.1 Revisamos lo que nos ayuda o dificulta a comunicarnos
- 3.2 Analizamos señales comunicativas
- 3.3 Mejoramos las habilidades de comunicación
- 3.4 Estilos de comunicación

4. Resolvemos conflictos constructivamente

- 4.1 Estudiamos posibles conflictos
- 4.2 Ideamos formas constructivas de resolverlos
- 4.3 Comprendemos los conflictos familiares
- 4.4 Practicamos la resolución positiva

5. Organizamos el tiempo libre

- 5.1 Analizamos el tiempo libre en la familia
- 5.2 Reformulamos el uso del tiempo libre
- 5.3 "Me gusta compartir mi tiempo contigo"

6. Prevenimos problemas

- 6.1 Una conversación sobre drogas
- 6.2 ¿Qué sustancias consumimos en la familia?
- 6.3 Reflexionamos sobre los comportamientos violentos
- 6.4 Actitud ante la autoridad y las normas socialmente establecidas