



“Programa *Creciendo en familia: La educación emocional y la familia*”

Preparación de facilitadores para la intervención virtual con los talleres de Escuela de Padres

Antecedentes

Hoy en día es claro que para responder a las circunstancias que exige la pandemia, tenemos que revisar la educación emocional de nuestros hijos y familia, con el fin de fortalecer habilidades y competencias socioemocionales y espirituales que nos lleven a superar con éxito este periodo y salir al encuentro de nuevas realidades, unidos en familia.

Esta propuesta digital de Talleres de Escuela de Padres toma la metodología que ofrece el Programa “*Creciendo en familia*” de la Escuela Familiar Católica del Consorcio de Centros Educativos Católicos – Perú, que fue adaptada a la realidad virtual, y las propuestas del libro: “Educación Emocional: Propuestas para educadores y familias”, liderada por el Dr. Rafael Bisquerra (2011)

La metodología responde al modelo social para trabajar con adultos, quienes construyen su propio aprendizaje, el que parte de su sabiduría natural como padre/madre de familia y que, al compartirlo con otros padres de familia, les genera la posibilidad de reconstruir propuestas personales de crecimiento familiar, mejorando así la dinámica interna de su familia.

La educación emocional requiere del entrenamiento de las actitudes y de la conducta, de manera continuada y acompañada. En esta propuesta, el trabajo participativo es el eje, cada taller toma como elemento de motivación un aspecto de la educación emocional que lleva al padre/madre de familia a realizar actividades de manera personal, luego con su cónyuge o con quien le acompañe en la crianza de los hijos y con sus hijos.

Objetivo general

- Que los padres de familia practiquen habilidades socioemocionales que les permita regular sus emociones.

Objetivos específicos

- Potenciar el liderazgo de los padres/madres al organizar la reunión semanal con su familia, replicando lo realizado en el taller.
- Generar en casa un espacio de expresión emocional escrita.
- Que los padres de familia tomen consciencia de que son modelos de persona y que sus hijos los pueden tomar como referentes de regulación emocional.
- Aprender a generar y/o compartir las emociones positivas y el bienestar que producen estas.
- Trabajar la idea que para cuidar a los otros es importante empezar por cuidarnos nosotros mismos.
- Aprender a poner límites adecuadamente a los hijos, con los recursos del diálogo en familia.
- Promover la práctica de la comunicación positiva entre padres e hijos.

Metodología:

El Programa está dirigido a todos los padres de familia.

El taller se realiza de manera virtual con grupos de 8 a 12 familias.

Secuencia de sesiones y temas:

- SESIÓN 1: Introducción y Presentación del Programa.
- SESIÓN 2: *Conociéndome: Mi gestión emocional*
- SESIÓN 3: *Autorregulación emocional*
- SESIÓN 4: *Te regalo mi mejor momento del día*
- SESIÓN 5: *Organizarse para sentirse mejor*
- SESIÓN 6: *Límites y tolerancia a la frustración*
- SESIÓN 7: *Comunicarnos en positivo*

Requerimientos básicos:

- Línea de internet básica que permita a los facilitadores y participantes de los talleres a comunicarse virtualmente a través de las plataformas tecnológicas y otros.

Bibliografía:

- ✚ Annellenas – “El monstruo de colores” – Editorial Flamboyant
<http://www.escuelafranciscovarela.cl/wp/wp-content/uploads/2017/07/El-monstruo-de-colores.pdf>
- ✚ BISQUERRA, RAFAEL (Coord) – “EDUCACIÓN EMOCIONAL: Propuestas para educadores y familias” – 2011 - Editorial DESCLÉE DE BROUWER, S.A. – Bilbao – ESPAÑA.
- ✚ Escuela Familiar Católica del CCEC – PROGRAMA “CRECIENDO EN FAMILIA” – 1998 – Editado en el CCEC – Lima – Perú.
- ✚ Martínez González, Raquel-Amaya - PROGRAMA-GUÍA PARA EL DESARROLLO DE COMPETENCIAS EMOCIONALES, EDUCATIVAS Y PARENTALES – 2009 – Editada por Secretaria General Técnica – Oviedo – España.
- ✚ Pérez-Fuentes, M^a del Carmen, Gázquez, José, Molero África Martos, M^a del Mar, Simón, M^a del Mar, Barragán, Ana Belén Variables - Psicológicas y Educativas para la intervención en el ámbito escolar Volumen II Comps. – 2016 - Artes Gráficas Salvador Distribuye: ASUNIVEP
https://formacionasunivep.com/Vcice/files/libros/LIBRO_VARIABLES.pdf#page=116

**Miraflores, 12 de marzo de 2021.
ESCUELA FAMILIAR CATÓLICA DEL CCEC.**