

Jesús Jarque García
Pedagogo,
Máster en Psicología y Gestión Familiar

jesus.jarque@telefonica.net
www.jesusjarque.com

Propuesta de formación para familias



Charlas para familias y parejas

Curso 2012 - 2013

PRESENTACIÓN

- Los temas formativos que se presentan están dirigidos a los padres y madres con hijos de 2 a 12 años aproximadamente. Los contenidos también están enfocados para que les puedan resultar útiles a las familias con hijos con necesidades especiales.
- Se ha incluido además una charla dirigida a las parejas, sin importar que tengan o no hijos.
- Los contenidos se pueden incluir en sesiones formativas como Escuelas de Padres y Madres o formación para las parejas, como las que organizan los centros escolares, AMPAS, servicios sociales, centros de orientación familiar, etc.
- Pueden proponer otros temas que les interesen, en ese caso se valorará la posibilidad de prepararlos e incluirlos.
- Para consultar la disponibilidad de fechas, recibir mi curriculum, consultar las condiciones o ampliar la información, contacte sin compromiso a través del correo electrónico jesus.jarque@telefonica.net

CARACTERÍSTICAS DE LAS CHARLAS

- Las charlas tienen una duración aproximada de una hora y cuarto, dejando tiempo para que los asistentes puedan intervenir y dialogar.
- Generalmente se entrega un documento resumen para los asistentes.
- El enfoque siempre es práctico, facilitando pautas y estrategias concretas que puedan aplicarse en las condiciones de vida actuales.
- La exposición es amena, acompañada de ejemplos concretos y apoyada con una presentación.

PROPUESTA DE TEMAS

A continuación les presento la propuesta de temas para las charlas de formación

PAUTAS EDUCATIVAS BÁSICAS

TEMA
1

- La charla pretende explicar las técnicas principales que las familias tienen que utilizar en la educación de sus hijos.
 - Algunas de las que se abordan son el acuerdo entre la pareja, disponer de normas y límites, adoptar medidas si se incumplen las normas o escuchar y hablar, entre otras.
-

MANTENER EL AMOR EN LA PAREJA

TEMA
2

- Se comienza diferenciando los conceptos enamoramiento y amor. Desde ahí se ofrecen una serie de estrategias para mantener la vida de pareja en buena forma.
 - Se propone la comunicación, mantener espacios y tiempos para cada uno, cuidar los pequeños detalles, expresar deseos, entre otras estrategias.
-

NO HACE CASO

TEMA
3

- Se analiza este comportamiento habitual de los hijos y cómo afrontarlo.
 - Los contenidos tratan de explicar por qué no hacen caso, situaciones que no ayudan y qué pautas adoptar para ser más eficaces.
-

DESARROLLAR LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

TEMA
4

- Esta charla explica en qué consiste la inteligencia emocional y cuáles son las estrategias que la familia puede utilizar para promover el bienestar psicológico de sus hijos.
 - Algunas pautas que se proponen son el desarrollo de una autoestima ajustada, mejorar la fortaleza de los hijos, manejar las atribuciones, etc.
-

“Siempre en las nubes”

SOBRE LOS PROBLEMAS DE ATENCIÓN

TEMA 5

- Para las familias preocupadas con los problemas de atención, tengan o no trastorno por déficit de atención con hiperactividad.
 - Se explica qué es la atención, los diferentes tipos que existen, los problemas frecuentes y estrategias para mejorar la atención desde el hogar y prevenir dificultades.
-
-

COMER SIN ENFADOS

TEMA 6

- Para muchas familias el momento de la comida es conflictivo. Esta charla ofrece pautas para afrontar la alimentación de los hijos sin enfados ni conflictos.
 - Se presentan orientaciones concretas sobre las cantidades, el tiempo que debe durar la comida y cómo actuar si comen poco o no prueban determinados alimentos.
-
-

DOMIR MEJOR

TEMA 7

- Se afronta el tema del sueño infantil y ayuda a manejar los problemas más frecuentes.
 - Los contenidos ofrecen pautas asequibles para mejorar el sueño de los niños y para tratar problemas como los miedos, dormir solos, las pesadillas o los terrores nocturnos.
-
-

AYUDARLES EN LOS ESTUDIOS

TEMA 8

- Se intenta responder a la pregunta ¿Cómo pueden los padres y madres ayudar a sus hijos en los estudios?
 - Los contenidos abordan medidas generales para ayudar en los estudios y afrontar los problemas más frecuentes: los niños que necesitan a sus padres para hacer los deberes, los que no saben organizarse o los que no quieren estudiar.
-
-

MODIFICACIÓN DE CONDUCTA EN EL HOGAR



TEMA
9

- Las técnicas de modificación de conducta son una herramienta para mejorar el comportamiento. Esta charla explica cómo pueden aplicarlas las familias.
 - Los contenidos se centran en el uso de los refuerzos positivos y en una serie de “reglas de oro” sobre la modificación de conducta.
-
-

“Déjame hacerlo a mí solito”

DESARROLLAR LA AUTONOMÍA PERSONAL



TEMA
10

- Este tema se centra en primer lugar en la importancia de la autonomía en general de los niños en su desarrollo. De manera particular trata sobre los hábitos que deben adquirir los niños de Educación Infantil y cómo enseñárselos.
 - Para ello se explica la importancia de la autonomía y unas estrategias concretas para enseñar los hábitos principales, como son segmentar en pequeños pasos, enseñanza directa, etc.
-
-

PEDAGOGIA PARA PADRES Y MADRES



TEMA
11

- El objetivo de la charla es conocer algunos aspectos pedagógicos básicos y estrategias metodológicas concretas que deben tener en cuenta si deciden enseñar a sus hijos
 - Los contenidos tratan las “reglas de oro” de la pedagogía en general y su aplicación al aprendizaje de la lectura, escritura, cálculo y resolución de problemas.
-
-

MEJORAR LA AUTOESTIMA



TEMA
12

- La autoestima es un aspecto clave en el bienestar emocional de los hijos. El tema se centra en explicar en qué consiste y en facilitar estrategias para desarrollar una autoestima ajustada.
 - Los contenidos hacen un recorrido de lo que es la autoestima, las dimensiones que comprende y algunas pautas muy concretas para su desarrollo.
-
-