

Gracias por darme la oportunidad de reciclarme en mi papel de madre y entender cómo puede pensar y sentirse mi hija. (Madre de alumna de, 1º ESO)



"Todos tenemos cosas que decir, sólo hace falta una oportunidad para expresarlas" (Padre de alumna de 2º ESO)



"Me ha ayudado a conocerme y a comprender a los demás, y no he parado de reírme" (Madre: 1º ESO)

Queridos padres y madres,

Estas son algunas de los comentarios de los padres que participaron el año pasado en el programa que os proponemos. Con la finalidad de mejorar la convivencia y comunicación entre los profesores, padres y adolescentes, os presentamos el **Programa "Aprendiendo a convivir"**.

Esta iniciativa incluye talleres y actividades con una metodología de trabajo práctica y divertida, que serán coordinados por un equipo de profesionales con amplia experiencia en el desarrollo personal.

Vuestra participación -al igual que la de vuestros hijos adolescentes y sus profesores- es esencial (en especial de los padres/madres y los profesores de los alumnos que están en el programa). Estos talleres os ofrecerán una gran oportunidad para comunicaros y entenderos y para saber expresar mejor. Os proporcionará herramientas que facilitarán la mejora de la convivencia tanto en la escuela como en casa. Dispondréis de un espacio para hablar y sentirnos escuchados y apoyados en la no siempre fácil tarea de educar a hijos adolescentes.

Este programa ya ha obtenido gran éxito el curso anterior y durante el mes de octubre y noviembre del 2009 vamos a desarrollarlo en éste centro escolar. **Os adjuntamos la ficha de inscripción e información sobre contenidos, metodología, fechas, horarios.**

iOs esperamos!

Director/a

**INSTITUTO DE EDUCACIÓN SECUNDARIA
CARMEN CONDE**
Avda. de Atenas, 45 bis 28232 Las Rozas (Madrid)
Tfno 91 631 94 87 - Fax 91 631 72 52 - C.C. 28044306
e-mail: ies.carmenconde.lasrozas@educa.madrid.org



**SOLICITUD DE INSCRIPCIÓN
PROGRAMA APRENDIENDO A CONVIVIR-2009**

Nombre y apellidos: _____

Dirección: _____

Teléfono de contacto fijo: _____ móvil: _____

E-MAIL: _____

Nombre de su hijo/a adolescente: _____

Grupo de su hijo/a adolescente: _____

Solicito participar en el programa SI NO

Firma del padre/madre

Por favor, indique si utilizará servicio de atención a menores SI NO

Edad del/los menores (a partir de los 3 años) _____

**Esta ficha debe ser entregada antes del 16 de octubre de 2009
en Jefatura de Estudios**

PROGRAMA APRENDIENDO A CONVIVIR

FAMILIAS

Este programa pretende generar el diálogo entre los adolescentes, el profesorado y las familias, aportando las herramientas necesarias para lograr:

- *Unas relaciones positivas, claras y cercanas entre los tres colectivos.*
- *Un ambiente de aprendizaje, seguridad, comprensión y respeto en el centro educativo y en la familia.*

OBJETIVOS

- Aprender pautas para escuchar activamente.
- Reconocer emociones propias y ajenas.
- Comprender la importancia del lenguaje no verbal en la comunicación.
- Vivenciar la influencia de los roles personales (impulsores o limitantes)
- Encontrar formas de expresión emocional.
- Expresar adecuadamente opiniones y posturas ante situaciones conflictivas.
- Localizar creencias y valores comunes a los tres colectivos (familias, profesorado y adolescentes)
- Mejorar la relación entre todos.

CONTENIDOS

- Niveles de escucha y sus efectos emocionales (enfado, sorpresa...)
- Escucha activa: importancia del lenguaje verbal y no verbal.
- Emociones básicas: descripción de las seis emociones universales, ¿Para qué sirven? ¿De qué nos informan?
- Reconocimiento de emociones (enfado, sorpresa, asco, alegría, tristeza y miedo). ¿Dónde se sienten? ¿Cómo acogerlas, entenderlas y utilizarlas?
- Emoción y conducta (asertiva, agresiva, inhibida)
- Clasificación de creencias en profesores, padres y adolescentes. Herramientas para localizarlas.
- Integración de roles en la conducta cotidiana. ¿Elegimos nuestro rol? ¿Puede cambiarse? ¿Hasta dónde influimos en los demás?
- Técnicas para mejorar la comunicación. Diferenciar entre opinión y hechos, admitir e incorporar sentimientos y puntos de vista del otro, dar opciones, expresar las opiniones propias.
- Herramientas para la resolución de conflictos en la Familia y en el Centro Escolar.

METODOLOGÍA “Aprender haciendo”

- *Sentir y experimentar.*
- *Dinámicas, ejercicios y juegos vivenciales.*
- *Tormenta de ideas, observación, análisis y reflexión.*
- *Diálogo, negociación, acuerdos.*

- *Aprendizaje cooperativo.*
- *Elaboración de un plan de acción individual, alcanzable, real, concreto, con un compromiso individual de cambio.*
- *Preparación de una presentación conjunta para el encuentro final de familias, profesorado y adolescentes.*

SESIONES

El Programa –que se desarrollará durante los meses de octubre y noviembre de 2009- incluye sesiones por separado (adolescentes, padres, profesorado) y sesiones conjuntas. Así, las actividades destinadas a los padres/madres consisten en:

- **3 sesiones de 2 horas** para padres y madres
- **2 sesiones conjuntas:**
 - 1 sesión padres/madres-profesorado (2 horas)
 - 1 sesión padres/madres-adolescentes (2 horas)
- **1 Actividad conjunta final** de 3 horas (adolescentes, familias y profesorado) Más adelante remitiremos información sobre fecha y lugar de celebración de esta actividad.

PROFESIONALES QUE IMPARTEN EL PROGRAMA

La *Consultora Aeris*, responsable de realizar el programa, está integrada por un equipo especializado en desarrollo personal y comportamiento humano. Aplica una metodología a medida, vivencial, sencilla y con soluciones prácticas cuyo objetivo es generar cambio y contribuir a la superación en las personas. Les avala su experiencia en programas innovadores en el campo de la formación de padres, profesores y alumnos.

El equipo de profesionales estará coordinado por:

Ángela Bartolomé García. Especialista en comportamiento humano y gestión de emociones. Actividades formativas en diferentes Centros Educativos e Instituciones. Directora-Fundadora del Centro ALBA Psicólogos, referente en actividades clínicas, educativas y formativas desde 1986. Licenciada en Psicología por la Universidad Autónoma de Madrid

Benito Bernabé Pérez. Experto en Liderazgo, gestión de equipos. Coach y especialista en Formación, con metodologías innovadoras, ponente habitual de diferentes instituciones, profesor de la Escuela Europea de Negocios y colaborador de la Universidad Autónoma de Madrid. Licenciado en Psicología por la Universidad Autónoma de Madrid.

LUGAR-FECHAS-HORARIO

FECHAS Y HORARIO: 22 , 29 de octubre y 3 noviembre de 18:30 a 20:30h en el IES Carmen Conde

5 de noviembre en el IES Rozas I (C/ Real 52) de 18:30 a 20:30h

Se ofrecerá un servicio de atención a menores en el mismo Centro para facilitar la participación de padres/madres en las sesiones.

Para poder constituir el grupo de padres/madres hace falta un número mínimo de 12 personas.

FIRMA DIRECTOR/A CENTRO

Más información: persona de contacto en el Centro/teléfono (Orientador/a, etc.) teléfono: