****

 **Proyecto Padres Protagonistas**

 **Propuesta para las AMPAS curso 16-17**

**“Padres protagonistas”** es un proyecto práctico y sugerente para los padres que buscan cómo acompañar mejor a sus hijos ante los retos educativos que se les plantean.

****

Todas sus actividades pretenden ser una herramienta ante las situaciones diarias. De ahí su carácter práctico.

**Sesiones para Primaria**

1. **Deberes, ¿míos, suyos o nuestros?.**

****

Cada tarde el mismo dilema: pasar tiempo con ellos ante los cuadernos o dejar que resuelvan solos sus problemas.

Todos los padres nos vemos un día u otro ante la tarea de ayudar a sus hijos a hacer las tareas escolares. Pero**, ¿conviene ayudarles a hacer su trabajo o es mejor dejarles que ellos lo hagan solos hasta donde puedan?**

* ¿Hasta qué punto debo ayudarles?
* ¿Cómo conseguir que nuestros hijos hagan los deberes solos?
* ¿Cómo conseguir hábitos de trabajo?
* No me resulta fácil que lo intenten primero solos. ¿Cómo motivarles?
1. **Cómo ayudarles en el desarrollo de su identidad y de su personalidad.**
* Las tres necesidades psicológicas básicas
* Cómo fomentar su desarrollo armónico.
* Los estilos educativos.
* Como educar en positivo

**3. Miedos normales y ansiedad en los jóvenes**

* Qué es normal y qué es un problema
* Manejo de los miedos normales
* Signos de alerta de un problema de ansiedad: cuando acudir a un profesional
* Claves para potenciar la serenidad en nuestros hij@s

**4.Fortalece a tu hij@: claves para afrontar las adversidades de la vida**

* ¿Cómo les ayudamos a afrontar sus dificultades, inseguridades o limitaciones?
* Educar para que puedan superar obstáculos y dificultades.
* Fracaso y superación. Como mejorar el nivel de frustración.
* “Si no le sale bien se hunde”. ¿Qué hago?.

**5.Mi hijo no para quieto. ¿Cómo favorecer la atención y concentración?**

****

**“Se distrae por tonterías,**

**he de estar constantemente a su lado,**

**no deja de moverse en la silla,**

**tarda una eternidad en hacer los deberes,**

**he de repetir la misma orden cinco veces para que obedezca”**

* ¿Cómo fomentar la atención de nuestros hijos?
* ¿Qué tiene mi hijo realmente de hiperactivo? ¿Puede ser que sencillamente sea un niño inquieto y curioso? ¿Cómo se diagnostica un niño hiperactivo?
* ¿Es posible que yo no sepa adaptarme a su ritmo de aprendizaje y por eso su conducta sea tan nerviosa?

**6. ¿Cómo fomentar en mi hijo las diferentes inteligencias a través del juego?**

Mi hijo tiene un coeficiente intelectual de 90.

* -Sabiendo eso, ¿ya me es suficiente? ¿Hay más de una manera de ser inteligente?
* -¿Qué es la inteligencia?
* -¿Y las inteligencias múltiples? ¿Cuáles son?
* -¿Cuáles destacan en mi hijo?
* -¿Cómo podemos aprovechar los padres esta realidad en el día a día?
* -¿Cómo puede actuar la familia? ¿Y el colegio?

**Sesiones para Secundaria y Bachillerato**

**1. “ ¡Mamá no me apetece estudiar!. Se me dan mal las matemáticas.”**

* Principales causas del fracaso escolar
* Principales técnicas de estudio que se deben manejar
* Método para desarrollar el hábito de estudio
* Como potenciar una buena motivación en el estudio
* Orientaciones para padres

**2. Trastornos alimentarios.**

* ¿Qué aspectos hay que educar para prevenir esas situaciones?
* ¿Cuáles son los signos de alarma?
* ¿De qué tengo que estar pendiente?
* ¿Cómo actuar si se diera el caso?

**3. Afectividad y carácter en la adolescencia**

* El sunami afectivo de la adolescencia. ¿Cómo actuar?
* Claves para el desarrollo de la inteligencia emocional
* Educación del talento: inteligencia y voluntad

**4. La amistad en la adolescencia**

* Todos mis amigos lo hacen ¿Por qué yo no?
* ¡Nadie me entiende sólo mis amigos!. ¿Qué papel juega la amistad a esta edad? Como padre ¿Cómo tengo que interpretar esta frase? ¿qué tengo que hacer?
* ¿Amigo de mi hijo?
* ¿En qué influyen los amigos?
* ¿Cómo conozco a las amistades de mi hijo?

**5. El reto de educar hijos con smartphone.**

* ¿Cuánta autonomía hemos de dejarles a la hora de usarlos?
* ¿Conviene estar presentes y moderar su utilización?
* Comunicación face to face y comunicación virtual
* ¿Es posible que nuestros hijos se sientan integrados sin estar todo el día conectados?
* ¿Qué peligros potenciales pueden encontrar en estos medios?
* ¿Se puede controlar el contenido al que acceden nuestros hijos?

**6. ¡Un adolescente en casa!. Cómo favorecer la comunicación con ellos.**

La adolescencia es una etapa de la vida compleja y difícil, un período caracterizado por continuos cambios, en el que el joven tiene que afrontar nuevas decisiones y realizar un esfuerzo permanente de adaptación e integración que se suma a la inevitable aparición de conflictos con el exterior y posibles frustraciones. Los padres observamos sus cambios de conducta y de humor, y en muchas ocasiones no sabemos cómo ayudarlos.

* ¿Qué dificulta la comunicación con los hijos?
* ¿Cómo hablar para que los adolescentes escuchen y escuchar para que los adolescentes hablen?
* ¿Qué callar y que decir al hijo adolescente?

Esta sesión está disponible a partir de enero