

¿QUÉ ES?

“EGOKITZEN: APRENDIENDO A ENCAJAR LAS PIEZAS”, es un programa educativo y de apoyo a las familias separadas creado por la **Universidad de Deusto** para que las madres y los padres puedan proteger y aumentar el bienestar psicosocial de sus hijos en esta situación.

El mensaje que transmite es positivo para las madres y padres porque, aunque el divorcio es un suceso difícil y estresante para las hijas y los hijos, los problemas a largo plazo son evitables.

En definitiva, Egokitzen fomenta en las madres y los padres la responsabilidad de crear un entorno seguro, en el cual las hijas y los hijos no solamente sobrevivan, sino que además consigan crecer con fuerza tras la ruptura parental.

OBJETIVOS DEL PROGRAMA

1. Desarrollar conocimientos y habilidades apropiadas para minimizar el estrés de los hijos, derivado del divorcio y todo lo que este proceso conlleva.
2. Aprender habilidades y estrategias concretas.
3. Permitir reflexionar sobre su nueva situación familiar.
4. Ofrecer pautas concretas de actuación que faciliten la transición hacia un nuevo funcionamiento familiar más satisfactorio para todos/as.

¿CÓMO TRABAJAMOS?

AULAS DE FAMILIA es un Programa del Servicio de Prevención y Apoyo a las Familias de la Consejería de Bienestar Social de la JCCM. Está centrado en el fomento de la Parentalidad Positiva a través de la implementación de Programas desarrollados por equipos de investigación universitarios. Utilizamos la **METODOLOGÍA GRUPAL** como herramienta de trabajo.

El trabajo en grupo con personas que viven la misma situación se considera la manera más efectiva porque:

- Enseña estrategias para afrontar problemas cotidianos
- Ayuda a analizar actitudes propias, contrastándolas con las de otras personas en situación similar,
- Aporta perspectivas para analizar situaciones
- Pone en marcha procesos de ayuda mutua
- Recupera sentimientos de esperanza
- Alienta intercambios de emociones
- Reduce la sensación de aislamiento social

QUIÉN PUEDE PARTICIPAR

Padres o madres separados o divorciados no convivientes, indistintamente del tipo de custodia. No pueden participar ambos progenitores en un mismo grupo.

ESTRUCTURA DEL PROGRAMA

El Programa consta de 11 sesiones, una por semana, de aproximadamente hora y media de duración, en grupos de 10-12 participantes.

CONTENIDOS

SECCIÓN 1. PROCESO DEL DIVORCIO

Sesión 0: Presentación

Sesión 1: Frecuencia, mitos y reacciones ante el divorcio

SECCIÓN 2. MANEJO Y AFRONTAMIENTO DE SITUACIONES DE CONFLICTO

Sesión 2: Hijas e Hijos en medio del conflicto

Sesión 3: Reconocer los disparadores de ira

Sesión 4: Reduciendo la ira

Sesión 5: Resolución de Conflictos

SECCIÓN 3. LA CRIANZA DURANTE LA SEPARACIÓN

Sesión 6: El continuo de crianza y pautas generales.

Sesión 7: Mitos y realidades sobre el mal comportamiento

Sesión 8: Escucha Activa

Sesión 9: Claves para una disciplina positiva y eficaz

Sesión 10: Mantener los cambios aprendidos y desarrollar identidad familiar

PRECIO

Como recurso público, el programa es **GRATUITO**. Tan solo se solicita un compromiso continuado de asistencia.

CALENDARIO DEL PROGRAMA

EGOKITZEN: Aprendiendo a Encajar las piezas comienza el día 8 de octubre de 2020 en **Aulas de Familia de Talavera** (C/ Mariano Ortega, 28) a las 17:00h. El resto de sesiones serán en el mismo lugar las siguientes fechas:

| | |
|-----------|-----------------|
| SESIÓN 0 | 8 de OCTUBRE |
| SESIÓN 1 | 15 de OCTUBRE |
| SESIÓN 2 | 22 de OCTUBRE |
| SESIÓN 3 | 29 de OCTUBRE |
| SESIÓN 4 | 5 de NOVIEMBRE |
| SESIÓN 5 | 12 de NOVIEMBRE |
| SESIÓN 6 | 19 de NOVIEMBRE |
| SESIÓN 7 | 26 de NOVIEMBRE |
| SESIÓN 8 | 3 de DICIEMBRE |
| SESIÓN 9 | 10 de DICIEMBRE |
| SESIÓN 10 | 17 de DICIEMBRE |



AULAS DE FAMILIA

Talavera de la Reina

C/ Mariano Ortega, 28 - Centro Cívico "La Solana" Talavera de la Reina

MÁS INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES

656 460 927  658 765 398

E-mail: aulas.talavera@actiasocial.org



Castilla-La Mancha

Deusto FamilyPsych

Deusto



EGOKITZEN: APRENDIENDO A ENCAJAR LAS PIEZAS

PROGRAMA
PSICOEDUCATIVO
PARA MADRES Y
PADRES



AULAS DE FAMILIA