

## ¿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 8 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 28 de septiembre de 2021 en **Aulas de Familia de Talavera**, a las 17:00h. El resto de sesiones serán en el mismo lugar las siguientes fechas:

SESIÓN 1	5 DE OCTUBRE	17:00 HORAS
SESIÓN 2	14 DE OCTUBRE	17:00 HORAS
SESIÓN 3	19 DE OCTUBRE	17:00 HORAS
SESIÓN 4	26 DE OCTUBRE	17:00 HORAS
SESIÓN 5	2 DE NOVIEMBRE	17:00 HORAS
SESIÓN 6	9 DE NOVIEMBRE	17:00 HORAS
SESIÓN 7	16 DE NOVIEMBRE	17:00 HORAS
SESIÓN 8	23 DE NOVIEMBRE	17:00 HORAS
SESIÓN 9	30 DE NOVIEMBRE	17:00 HORAS
SESIÓN 10	14 DE DICIEMBRE	17:00 HORAS

Las sesiones se realizarán en el **CENTRO CÍVICO LA SOLANA**, Calle Mariano Ortega, 28, Talavera de la Reina.



# AULAS DE FAMILIA

Talavera de la Reina

MÁS INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES

656 460 927 658 765 398

E-mail: [aulas.talavera@actiasocial.org](mailto:aulas.talavera@actiasocial.org)

<https://infanciayfamilias.castillalamancha.es>



Castilla-La Mancha



# EGOKITZEN: APRENDIENDO A ENCAJAR LAS PIEZAS

PROGRAMA PSICOEDUCATIVO  
PARA MADRES Y PADRES  
SEPARADOS O  
DIVORCIADOS



AULAS  
DE FAMILIA