

# Catálogo de actividades EFECTO FAMILIA

La *Asociación Efecto Familia* es una entidad sin ánimo de lucro cuya misión principal es contribuir al bienestar de los individuos y de las familias. Disponer de un entorno familiar adecuado permite tanto a adultos como a menores contar con una red de fortalezas para hacer frente a las dificultades que puedan encontrar. Para ello, Efecto Familia ofrece diferentes servicios de apoyo individual y familiar.

Estos servicios están llevados por profesionales del ámbito de la psicología y de la educación, especialistas en intervención con familias; con diferentes trayectorias académicas y profesionales tanto en centros educativos como en entidades dedicadas a la intervención y el asesoramiento psicológico y familiar.

Desde Efecto Familia hemos diseñado un conjunto de actividades formativas que responden a las necesidades que frecuentemente nos hemos encontrado en las familias. Estas actividades están agrupadas en función de la edad de los/as hijos/as, para que así sea más sencillo encontrar lo que estáis buscando. Consideramos también importante dedicar formación y acompañamiento para resolver aquellas dificultades más generales, relativas al funcionamiento de cualquier familia, independientemente del momento vital de sus miembros.

De este modo, ofrecemos los siguientes conjuntos de actividades:

1. *Primera infancia de 0 a 6 años*
2. *Segunda infancia de 6 a 12 años*
3. *Adolescencia*
4. *Relaciones familiares y resolución de conflictos*

Las propuestas que a continuación os proponemos en cada ámbito de intervención pretenden abarcar muchas de las dificultades y preocupaciones de las familias que solemos encontrar, pero si vuestra inquietud no se encuentra reflejada, no dudes en ponerte en contacto con nosotras. La formación que os presentamos es flexible y nuestro deseo es ajustarnos a la necesidad que nos plantees.

Todas las actividades se desarrollan de **modo grupal**, donde varias familias van a tener la oportunidad de compartir sus experiencias y aprendizajes a lo largo de diversas sesiones. Éstas se desarrollarán mediante una **intervención única o con una frecuencia semanal** a lo largo de las semanas que se deseen. Estimamos que las sesiones deben tener una duración variable entre **90 y 120 min** para alcanzar un mayor aprovechamiento.

Todos los talleres finalizan con el envío de un documento **dossier** donde se recogen todas las propuestas de las familias, los aprendizajes, las estrategias elaboradas y el contenido de la actividad concreta. Cada dossier recoge la experiencia de cada taller, haciendo de éste un documento único de cada grupo.

*¡Esperamos que las actividades propuestas sean de vuestro interés!*

## Primera infancia de 0 a 6 años

Estas actividades están diseñadas para que el encuentro de familias suponga un enriquecimiento de todos los miembros de cada una de ellas. Los contenidos están ajustados a las edades de los más pequeños, trabajando aquellos aspectos más característicos de esta etapa.

Actividad	Destinatarios	Descripción general
<b>El mundo del bebé</b>	Familias e hijos/as de 0 a 3 años	Se trata de una actividad para acudir en familia: padres, madres e hijos/as. Ofrecemos un lugar donde compartir experiencias, preocupaciones, dificultades de crianza, así como orientación acerca del desarrollo de los más pequeños y de las dudas que van surgiendo en estas etapas. Abordando diferentes temas a lo largo de varias sesiones. La creación de este espacio fomenta la relación y el juego entre los miembros de la familia y entre todos los niños y niñas asistentes.
<b>Los primeros años de la familia</b>	Padres y madres	Esta actividad ofrece un asesoramiento y acompañamiento en los primeros años de la familia y del desarrollo físico y cognitivo de los/as pequeños/as cuando van tomando autonomía y se preparan para incorporarse al colegio.
<b>Marcando los límites</b>	Padres y madres	El desarrollo de este taller promueve la revisión conjunta entre padres/madres e hijos/hijas de las normas existentes y reflexionar sobre la conveniencia de establecer y explicitar normas claras, precisas y proporcionadas de regulación de la dinámica familiar para que los hijos e hijas las conozcan e identifiquen.
<b>Dulces sueños</b>	Padres y madres	Esta actividad es un espacio para compartir las experiencia de padres y madres en los hábitos de adquisición del sueño elaborando estrategias para mejorar las rutinas y los hábitos del sueño de pequeños/as y mayores.
<b>Con los juguetes no se juega</b>	Padres y madres	El desarrollo de esta actividad se centra en la reflexión en torno a la figura del juguete, el regalo y sus implicaciones en el desarrollo y educación de los hijos.
<b>¿Y cómo es eso de ser padres y madres?</b>	Padres y madres	La actividad a desarrollar presenta un espacio donde reflexionar acerca de la tarea de ser padres y madres y cómo promover relaciones positivas con sus hijos/as
<b>Comunicando con emoción</b>	Padres y madres	En esta actividad se promueve un espacio dónde mejorar la gestión emocional y la transmisión de estados emocionales en el entorno familiar así como la elaboración de las herramientas para una comunicación asertiva.

## Segunda infancia de 6 a 12 años

Tras los primeros años en la familia los más pequeños de la casa van adquiriendo autonomía y las dificultades que van surgiendo van cambiando: los deberes, los amigos, las normas... Las actividades que proponemos están diseñadas para facilitar estos cambios y crear la buena relación que todo padre y madre desea para adentrarse en el periodo de la adolescencia con seguridad y calma.

Actividad	Destinatarios	Descripción general
<p><b>Yo estudio, tú me ayudas, nosotros aprendemos; Cómo ayudamos a nuestros hijos con sus tareas escolares (E.P.)</b></p>	<p>Familias con hijos o hijas entre 6 y 12 años. La actividad está dirigida tanto a padres/madres como hijos/as.</p>	<p>La creación de este espacio permite la reflexión, tanto padres como hijos, sobre la forma de hacer los deberes y cómo se pueden ayudar mutuamente y mejorar partiendo de los comentarios hechos por ambos a lo largo de las sesiones.</p>
<p><b>¡Llegó el momento! De primaria a secundaria</b></p>	<p>Padres y madres con hijos en 6º de EP</p>	<p>Facilitar a las familias pautas educativas dirigidas a mejorar la dinámica familiar antes y durante la transición de primaria a secundaria. .</p>
<p><b>Comunicarse en Familia</b></p>	<p>Padres y madres con hijos en Educación Primaria</p>	<p>La comunicación es la base de las relaciones humanas. Este taller ofrece la posibilidad de reflexionar y aprender modos para comunicarse mejor, resolver dificultades del día a día y mejorar las habilidades sociales de cada miembro.</p>
<p><b>Televisa2; ¿es importante ver la televisión con nuestros hijos?</b></p>	<p>Familias con hijos menores de 14 años</p>	<p>Favorecer la toma de conciencia por parte de las familias de la importancia del covisionado de los programas de televisión</p>

## Adolescencia

Si hay un momento de especial importancia para la creación de quienes somos, esa es la adolescencia. En esta etapa la búsqueda de metas propias, autonomía y diferenciación con respecto a las figuras de referencia se hace palpable y se une a los cambios físicos y emocionales que conocemos. Ello puede traer consigo dificultades a la hora de comunicarnos y lograr llegar a acuerdos en las diferentes esferas de la vida de nuestro hijo o hija adolescente.

### Actividad

### Destinatarios

### Descripción general

#### Motivando en la adolescencia

Familias con hijos adolescentes

Analizar los cambios, necesidades y motivaciones que se dan en el momento evolutivo de la adolescencia y qué pautas educativas favorecen o dificultan la comunicación paterno-filial.

#### Ellos estudian, nosotros apoyamos

Familias que tengan hijos/as en educación secundaria obligatoria.

Compartir con otros padres y madres las diferentes maneras y estrategias para facilitar que nuestros hijos estudien y hagan sus deberes.

#### Entre tú y yo

Adolescentes de la ESO interesados en conocer más sobre la Educación Sexual

Ofrecer un espacio abierto donde reflexionar sobre la sexualidad desde un punto integral que aúne la identidad y orientación sexual, las emociones y sentimientos que despierta y la protección ante ETS.

## Relaciones familiares y resolución de conflictos

Por último, ofrecemos actividades que permitan tratar otros temas y aspectos relacionados con la educación y con las relaciones familiares. Destacamos en este catálogo algunas de las formaciones que se desarrollamos. Con ellas queremos dejar una pequeña representación de lo que os proponemos en este tipo de actividades, una formación grupal donde el acompañamiento, el asesoramiento y el hecho de compartir experiencias, perspectivas y formas de resolver dificultades generan un conocimiento y un aprendizaje satisfactorio.

**Os recordamos que todas las actividades que aquí describimos son susceptibles de cambios, ajustando contenidos y enfatizando en los aspectos que se soliciten.**

¡Todo esto hará que tu participación en Efecto Familia sea de tu agrado!

Actividad	Destinatarios	Descripción general
<b>Reconstruyendo la familia</b>	Familias en proceso o separadas/divorciadas con hijos con posibilidad de nueva pareja.	El taller facilita que los padres y madres puedan plantear y resolver sus dudas respecto al rol parental en un proceso de separación, en la creación de una nueva familia y acerca de las dificultades de convivencia de dos familias.
<b>Enredados</b>	Familias con hijos o hijas en educación primaria o educación secundaria obligatoria.	Ofrecer un espacio en el que reflexionar sobre el papel de los padres y madres en el uso de internet de sus hijos o hijas y conocer las características de las redes sociales y las nuevas formas de comunicación.
<b>Cómo hablar para entendernos: resolviendo conflictos</b>	Familias con dificultades de comunicación en casa.	Esta actividad ofrece la posibilidad de encontrar nuevas formas de comunicación, revisar los patrones y las dinámicas familiares que no permiten una buena relación y diseñar las bases para generar el cambio deseado.
<b>Mediación entre iguales</b>	Alumnos de Educación Primaria, Secundaria y/o Bachillerato	Favorecer el desarrollo de habilidades de Mediación (escucha activa, empatía, habilidades sociales, comunicación eficaz) para favorecer la resolución de conflictos en el centro escolar de manera pacífica.

## Contacto

Si estás interesado/a en las actividades que hemos propuesto o tienes alguna sugerencia o petición no dudes en ponerte en contacto con nosotras.



**655069719**



**C/Bravo Murillo 359, portal 6  
1º izq. Madrid.**

Metro: Valdeacederas y Plaza Castilla



**[www.efectofamilia.org](http://www.efectofamilia.org)**