

Escuela de padres: Tengo hijos adolescentes, ¿cómo actuar?

Convivir con adolescentes, saber como potenciar sus cualidades y lograr que se desarrollen mental y socialmente sanos es un desafío para cualquier padre. En este Taller-Escuela de padres nos guían en la difícil tarea de educar adolescentes.

La convivencia con un adolescente puede llegar a ser abrumadora. Sin apenas darnos cuenta, aquellos niños que eran tan cercanos se convierten en perfectos desconocidos con ideas, pensamientos, gustos y valores propios siendo el dolor de cabeza de sus padres. ¿Qué pueden hacer los padres ante estas situaciones? :

“Mi hija de 13 años ha empezado a salir con chicos que no me gustan. Le insisto en que no salga con ellos pero no me hace caso”

“Cada vez que paso por su habitación está con el móvil chateando y no sé con quién”

“Acabo de descubrir en mi hija de 16 años está tomando la píldora, y no me ha dicho nada”

“La pillé fumando porros” ¿Cómo puedo tratar estos temas?

En mi experiencia profesional como Psicóloga en las Palmas he podido comprobar que cuando unos padres se plantean tener hijos se proponen amarlos, cuidarlos y facilitarles cualquier situación de sus vidas. Sin embargo, los aprendizajes necesarios para que puedan convertirse en personas independientes, sociales, responsables, seguros de sí mismos no suele ser un camino de rosa, ni fácil, ni mucho menos rápido. En muchas ocasiones hay un desconocimiento de saber cómo actuar para poder potenciar sus cualidades. Lo cierto, es que no nos enseñan a ser padres.

Con este taller, Tengo hijos adolescentes, ¿cómo actuar?, se pretende establecer los cimientos de una relación sana con nuestro hijo adolescente, basada en la comunicación y no en el castigo, con el fin de evitar discusiones, reducir las frustraciones y fomentar una comunicación reflexiva sobre todos los temas desde la hora que llega a casa, hasta tocar temas delicado como las drogas o la elección de unos estudios, entre otros.

El taller Escuela de Padres, Tengo hijos adolescentes, ¿cómo actuar?, es eminentemente práctico y parte de la idea central de que los padres tienen una gran influencia en el comportamiento de sus hijos. Además, este comportamiento es aprendido y puede modificarse. A través de este taller se ayuda a los padres a asumir ese papel protagonista y se ofrece pautas para afrontar de manera positiva los

problemas emocionales, sociales, intelectuales...

La metodología utilizada en el taller, Tengo hijos adolescentes, ¿cómo actuar?, será principalmente dinámica, participativa e interactiva. Se buscará la implicación de los asistentes en las sesiones, trabajando en pequeños grupos para poder realizar una reflexión profunda y conjunta de los contenidos. Se apoyará la exposición con material audiovisual para contribuir a la mejor percepción de los contenidos.

El objetivo principal es que los padres adquieran estrategias de afrontamiento y pautas de actuación para alcanzar sus metas educativas así como conocer las necesidades y características de los adolescentes de tal manera que se desarrolle una inteligencia emocional sana.

La fecha de celebración será los días 8, 9 y 23 de Mayo

Viernes 8: 17:00 a 21:00 h.

Sábado 9: 10:00 a 15:00 h.

Sábado 23: 17:00 a 21:00 h.

Gabinete Paula Cañeque

Telf.: 619007355

C/Antonio María Manrique, nº 3, Planta 3, Oficina 8 ,

(La Minilla), 35003 Las Palmas de Gran Canaria

Datos de contacto:

Psicóloga Paula Cañeque

Gabinete psicológico en Las Palmas

619007355

Nota de prensa publicada en: [Las Palmas de Gran Canaria](#)

Categorías: [Educación](#) [Sociedad](#)

NotasdePrensa

<https://www.notasdeprensa.es>