



PROGRAMA DE TALLERES A PADRES/CIUDADORES



1 COMUNICACIÓN FAMILIAR

OBJETIVOS

- Conocer sobre la comunicación asertiva
- Fortalecer los métodos de comunicación en la familia durante la época de cuarentena

TEMARIO

- Comprendiendo los problemas en la comunicación.
- Técnicas para desarrollar el autocontrol en la familia.
- Estilos de comunicación en la familia
Estilo pasivo, agresivo y asertivo
- Modelo de resolución de conflictos basado en asertividad
- Estrategias para facilitar la comunicación familiar
- Modelo EPA
- Técnica de las 4R
- Mensajes basados en "YO"
- Importancia de los elogios entre los miembros de la familia.



PROGRAMA DE TALLERES A PADRES/CUIDADORES

2

CONVIVENCIA FAMILIAR

TEMARIO

1. Nuevos cambios presentes en la convivencia familiar
 - ✓ Factores que influían anteriormente en la convivencia familiar
 - ✓ Factores que influyen actualmente en la convivencia familiar
2. Importancia del tiempo personal - "Tiempo fuera"
3. Reconocer oportunidades para el desarrollo emocional en la familia.
 - ✓ Reconocimiento y expresión de emociones entre los miembros de la familia.
 - ✓ Crear espacios entre padres para expresar pensamientos acerca de la situación actual.
 - ✓ Establecer la relación entre el pensamiento-emoción-conducta durante la cuarentena.
 - ✓ Técnicas para fortalecer la empatía y conciencia de sí mismo.
 - ✓ Técnicas para el manejo emocional con los niños.
 - ✓ Técnicas para el manejo del estrés y ansiedad en la familia.
4. Estrategias para promover la convivencia familiar durante la cuarentena
 - ✓ Establecimiento de reglas y consecuencias.
 - ✓ Elaboración de rutinas
 - ✓ Convivencia entre hermanos.
 - ✓ Manejo del tiempo de ocio en el hogar.
 - ✓ Técnicas de relajación con los niños.



PROGRAMA DE TALLERES A PADRES/CUIDADORES

3

TRASTORNO POR DÉFICIT DE ATENCIÓN TDA/H

OBJETIVOS

- Informar a los padres sobre esta condición
- Sensibilizar sobre las consecuencias de no atender a los niños con TDA/H
- Conocer estrategias de apoyo para los niños con TDA/H

TEMARIO

- Entendiendo al TDA/H
 - Generalidades
 - Causas y síntomas
 - Comorbilidades
 - Predominancias
 - Diagnóstico
- Tratamiento para el TDA/H
- Consecuencias
- Estrategias de apoyo para la inatención, la hiperactividad y la impulsividad

4

DESARROLLANDO AUTOESTIMA EN LOS NIÑOS CON TDA/H

OBJETIVOS

- Reconocer la importancia del desarrollo de una adecuada autoestima en los niños con TDAH
- Fortalecer la autoestima de los niños con TDA/H

TEMARIO

- Definición de autoestima
- Áreas de la autoestima
- Aspectos que fortalecen o disminuyen la autoestima
- Cómo transmitir mensajes positivos a los niños
- Características de niños con baja autoestima
- Características de niños con una adecuada autoestima
- Estrategias para fortalecer la autoestima en los niños



PROGRAMA DE TALLERES A PADRES/CAIDADORES



LAS DIFICULTADES DE APRENDIZAJE

OBJETIVOS

- Conocer sobre las dificultades de aprendizaje
- Aprender estrategias para apoyar a los niños con dificultades de aprendizaje

TEMARIO

- Definición de las dificultades de aprendizaje
- Dificultades de aprendizaje vs Rendimiento académico
- Tipos de dificultades de aprendizaje
- Cómo ayudarlos en la escritura
- Cómo apoyarlos en la lectura
- Cómo apoyarlos en matemáticas



PROGRAMA DE TALLERES

A PADRES/CUIDADORES

6

APOYANDO A LOS NIÑOS EN LAS TAREAS ESCOLARES/ MÉTODOS DE ESTUDIO

OBJETIVOS

- Conocer sobre los métodos, hábitos y técnicas de estudio
- Aprender estrategias para apoyar a los niños con las tareas escolares

TEMARIO

- Métodos de estudio
- Hábitos de estudio
- Técnicas de estudio
- Tipos de estudiantes según los sentidos
- Recomendaciones para padres en las tareas escolares.

7

DISCIPLINA POSITIVA

OBJETIVOS

- Conocer sobre la disciplina positiva
- Aprender estrategias para ejercer una disciplina firme y amorosa con los hijos

TEMARIO

- Conexión antes que corrección
- Qué es disciplinar
- Disciplina asertiva
- Factores que nos impiden disciplinar
- Maneras equivocadas de educar
- Estilos educativos
- Hablando en positivo
- Aprenda a decir "NO"
- Cómo aplicar una consecuencia
- El elogio como un poderoso motor de enseñanza
- Lo que no debe hacer al disciplinar y soluciones
- Castigos, efectos en los niños



PROGRAMA DE TALLERES A PADRES/CAIDADORES

8

ESTRUCTURA FAMILIAR, REGLAS Y CONSECUENCIAS

OBJETIVOS

- Conocer los componentes de la estructura familiar
- Aprender cuál es nuestro rol dentro de la familia.
- Aprender a establecer reglas y límites a los niños

TEMARIO

- Qué es estructura familiar
- Límites en la familia
- Rol de los miembros de la familia
- Estilos educativos
- Por qué son importantes las reglas

9

BULLYING

OBJETIVOS

- Conocer sobre el bullying
- Obtener estrategias para actuar ante situaciones de bullying

TEMARIO

- Qué es el bullying
- Tipos de bullying
- Cómo se produce el bullying
- Características de las víctimas
- Características de los agresores
- Tipos de agresores
- Autoestima del agresor
- Qué hacer si mi hijo es víctima
- Qué hacer si mi hijo es agresor
- Bullying en Panamá



PROGRAMA DE TALLERES A PADRES/CUIDADORES

10

MANEJAR EL ESTRÉS Y ENTRENAR EL AUTOCONTROL

OBJETIVOS

- Conocer estrategias para manejar el estrés.
- Reconocer la importancia del autocontrol para educar a los hijos

TEMARIO

- Cómo influye el estrés de los padres en la educación de los hijos
- Cuidar de nosotros mismos
- Aprendiendo a relajarnos
- Pensamiento y emociones
- Estrategias para el autocontrol

11

EDUCANDO LAS EMOCIONES EN LOS NIÑOS

OBJETIVOS

- Conocer estrategias para desarrollar habilidades socio emocionales en los niños

TEMARIO

- Cómo aprenden los niños
- Las emociones
- Por qué es importante educar las emociones
- Cómo estimular la inteligencia emocional en los niños
- Comportamientos positivos de los padres
- Qué podemos hacer los padres para educar las emociones.

