

Estimadas/os madres y padres:

En la Comarca de la Sidra desde el año 2002 está funcionando un Plan de Drogas, con la finalidad de educar, informar y promover estilos de vida saludables entre la población de la Mancomunidad.

Dentro de las actividades que organizamos todos los años, desde el 2003, se encuentra la **Escuela de Padres y Madres**.

Pretendemos con ella, ofrecer información y herramientas sencillas para fomentar formas eficaces de comunicación como medio para negociar, poner normas, enfrentar conflictos, favorecer la seguridad y la autoestima, transmitir actitudes y conocimientos, conocer las opiniones, problemas y preocupaciones de hijos e hijas en la infancia y en la adolescencia.

Se trata de que padres y madres descubráis las grandes posibilidades que tenéis, día a día, de actuar del modo más positivo para un adecuado desarrollo de vuestras hijas e hijos.

No hay un único modo de educar, cada familia tiene que encontrar su propio estilo educativo. Pero sí podemos decir que cualquier familia puede mejorar su funcionamiento y que **en toda familia se puede hacer algo para educar con más eficacia**.

La adolescencia es un proceso de cambio. Es una fase muy importante puesto que en ella se adquieren muchos comportamientos y habilidades fundamentales para el buen funcionamiento como adulto. También en algunas ocasiones conlleva conflictos familiares con la consiguiente carga de tensión para los padres y las madres.

Un buen conocimiento de esta etapa y determinadas habilidades nos permitirán, a los padres y madres, ayudar a nuestros hijos/as y a nosotros/as mismos a superarla con éxito.

Hablaremos de:

- La pubertad y sus cambios (físicos y psicológicos)
- Los conflictos que suelen surgir en la adolescencia: Cuestionamiento de normas, demanda de autonomía, formulación de críticas, el grupo de amistades, los estudios, las relaciones sexuales, etc.
- La aceptación y manejo de la adolescencia por parte de padres y madres: técnicas de solución de conflictos, habilidades de comunicación, mantener el papel de autoridad, estrategias para la negociación de las normas, educación en el ocio y el tiempo libre...

Año tras año la mayor dificultad con la que nos encontramos es la de conseguir la participación de las familias en las sesiones de la Escuela de padres y madres, por eso este año nos gustaría que contestases brevemente el siguiente cuestionario para poder adaptarnos mejor a vuestras necesidades y también para que nos deis pistas sobre las cosas que podemos estar haciendo mal.

Muchas gracias por tu colaboración.

1. ¿Sabías de la existencia de esta actividad en el Centro Educativo?

- Sí
- No

2. En caso de haber respondido afirmativamente en la pregunta anterior, ¿has participado alguna vez?

- Sí, pero sólo una vez
- Sí, en más de una ocasión
- No, nunca

3. Cuando no has asistido ha sido por...

- No me venían bien las fechas
- No me venía bien el horario
- No recibí la información
- Poco interés por el tema propuesto
- Otros motivos \_\_\_\_\_

4. ¿Cuándo consideras que debería hacerse la Escuela?

- Durante el primer trimestre
- Durante el segundo trimestre
- Durante el tercer trimestre

5. ¿Qué horario te vendría mejor?

- Horario de mañana
- Horario de tarde
- Horario de tarde, siempre que haya paralelamente “guardería” para poder dejar a mis hijos/as

