

*Llega la Navidad y con ella las vacaciones, ese merecido y anhelado descanso que está lleno de buenos momentos, pero también de “esas negociaciones” por el tiempo ante las pantallas, esas discusiones entre hermanos y todos esos conflictos y dinámicas no muy positivas que vivimos a diario en casa y que en vacaciones se amplifican espectacularmente.*

Desde el A.M.P.A, uniéndonos al espíritu de la Navidad y de ese comienzo de año, cargado de buenos propósitos e intenciones de mejora, os proponemos un VALIOSO REGALO.

Nos ha surgido la oportunidad de acceder a dos Programas de ámbito nacional, que tienen como objetivo mejorar la convivencia familiar en la etapa de la adolescencia. De hecho, uno de ellos se denomina así **“MEJORANDO LA CONVIVENCIA EN LA FAMILIA”**. Este programa es un ciclo de talleres muy prácticos que nos permitirán trabajar pautas concretas para cambiar esos aspectos “problemáticos” de nuestra relación diaria. Consta de 5 o 6 sesiones, una por semana, de dos horas de duración. Probablemente se llevaría a cabo en febrero.

El otro Programa se llama **“FAMILIA CON EMOCIONES”**, y aborda la educación desde el enfoque, tan de actualidad en estos momentos, de la inteligencia emocional. Este consta de un mínimo de tres sesiones, una por semana, de dos horas de duración. Podría llevarse a cabo en el tercer trimestre, en mayo, de manera que complementaría el anterior.

Tanto el día concreto, como la hora en la que se realizarían ambos programas podríamos fijarlo entre el grupo de padres y madres interesados.

Hemos calificado de regalo estos programas porque ambos son un recurso valioso y de calidad dirigidos por profesionales (psicólogos y pedagogos) a los que tenemos la oportunidad de acceder sin coste económico alguno, pero también, y sobre todo, porque pueden darnos *herramientas para educar a nuestro hijos e hijas* en esta nueva etapa en la que se están adentrando. Una etapa que trae nuevas posibilidades y oportunidades, pero también nuevos retos ante los cuales a veces no sabemos muy bien cómo situarnos.

Consideramos además que el valor de esta formación trasciende el ámbito familiar, al facilitar *un espacio donde padres y madres podamos compartir experiencias* y puntos de vista entre nosotros, enriqueciéndonos y generando a la vez una red de vínculos que puede ser fundamental para el buen desarrollo de este incipiente proyecto que está siendo nuestro Instituto.

Ambos programas son muy “codiciados” y *si queremos acogernos a ellos, hemos de solicitarlos la semana de vuelta de vacaciones*. Así que podéis pensarlo en estos días y quienes estéis interesados en participar, tendréis que **enviar un correo a [convivenciaiespicarral@gmail.com](mailto:convivenciaiespicarral@gmail.com) antes del día 10 de enero**, indicando nombre completo, y programa o programas (en el caso de que sean ambos) en los que estaríais interesados.

En el Facebook del Instituto os iremos informando acerca de los Programas.

Buenas vacaciones y feliz Navidad.