

PROGRAMA DE ATENCIÓN A LA ADOLESCENCIA 2025

ACCIONES PARA FAMILIAS

- ENERO 2025.
- FEBRERO 2025.
- MARZO 2025.
- ABRIL 2025.
- MAYO 2025.
- SEPTIEMBRE 2025.
- OCTUBRE 2025.
- NOVIEMBRE 2025.
- DICIEMBRE 2025.

- ENERO 2025

Conferencia: La brújula de las emociones. Aprende a escucharte

Fecha: Jueves, 16 enero de 2025.

Horario: de 18:00 a 19:30 h.

Lugar: Espacio Familia, calle Volturno, 2.

Duración prevista: una hora y media.

Actividad gratuita.

Necesaria inscripción previa.

91 452 27 11

espaciofamilia@pozuelo.madrid

Conferencia: ¿Puede la mediación resolver el conflicto con tu familia? Queremos ayudarte

Fecha: Jueves, 23 enero de 2025.

Horario: de 18:00 a 19:30 h.

Lugar: Espacio Familia, calle Volturno, 2.

Duración prevista: una hora y media.

Actividad gratuita.

Necesaria inscripción previa.

91 452 27 11

espaciofamilia@pozuelo.madrid

▪ **FEBRERO 2025**

Cómo hablar para que sus hijos le escuchen y cómo escuchar para que sus hijos hablen

Orientada a mejorar la comunicación con los hijos mediante técnicas dirigidas a mejorar el manejo de situaciones comunes como enfrentarse a los sentimientos negativos, expresar su enfado sin herir; conseguir la colaboración; establecer límites firmes al mismo tiempo que conserva la buena voluntad; usar alternativas al castigo y solucionar los conflictos familiares pacíficamente. Expondremos las ideas propuestas por las autoras Adele Faber y Elaine Mazlish, cuyo libro da título a esta charla.

Fecha: lunes, 24 febrero de 2025.

Horario: de 18:00 a 19:30 h.

Lugar: Espacio Familia, calle Volturno, 2.

Duración prevista: una hora y media.

Actividad gratuita.

No necesaria inscripción previa.

91 452 27 11

espaciofamilia@pozuelo.madrid

Conferencia: ¿Qué es la adolescencia? Riesgos y oportunidades

Características de la etapa.

Duelos.

Límites.

La importancia del grupo de amigos en la adolescencia.

¿Comunicación o no comunicación con los padres?

Temores y preocupaciones de los padres ante la adolescencia de sus hijos.

Reajuste de los roles parentales frente a este hijo/a que no reconozco.

Fecha: Miércoles, 26 febrero de 2025.

Horario: de 18:30 a 19:30 h.

Lugar: IES Gerardo Diego - Aula Futuro (C/ Irlanda s/n 28224 Pozuelo).

Actividad gratuita.

No requiere inscripción previa.

91 452 27 11

espaciofamilia@pozuelo.madrid

▪ **MARZO 2025**

Conversaciones difíciles. ¿Por qué surgen? ¿Cómo mejorarlas?

Herramientas para manejar adecuadamente situaciones difíciles de tensión y conflicto que pueden aparecer en nuestro día a día.

Fecha: jueves, 6 de marzo de 2025.

Horario: de 18:00 a 19:30 h.

Lugar: Espacio Familia, calle Volturmo, 2.

Duración prevista: una hora y media.

Actividad gratuita.

No necesaria inscripción previa.

91 452 27 11

espaciofamilia@pozuelo.madrid

Conferencia: Posibles trastornos en la adolescencia

Principales características globales de la adolescencia.

Datos epidemiológicos de salud mental en adolescencia.

Relaciones sociales en la adolescencia.

Sintomatología en la adolescencia: relacionados con la regulación emocional (depresión y ansiedad), ideación y conducta suicida, conductas adictivas con y/o sin uso de sustancias, dificultades en el control de impulsos y de la conducta, TCA, Salud Sexual, TDH, y otros problemas.

Factores de riesgo.

Señales de alarma.

Factores protectores.

Fecha: Miércoles, 26 marzo de 2025.

Horario: de 18:30 a 19:30 h.

Lugar: British Council School (C/ Solano 7 - 28223 Pozuelo).

Actividad gratuita.

No requiere inscripción previa.

91 452 27 11

espaciofamilia@pozuelo.madrid

Grupo de apoyo familiar: Para familias con adolescentes

A veces no sé qué piensan mis padres, a veces siento que mis padres me interrogan.

A veces no sé qué piensan mis hijos, a veces quiero llegar a mis hijos y no sé cómo hacerlo.

Dirigido a: familias con hijos adolescentes.

Duración: 3 sesiones, con carácter semanal, distribuidas según el siguiente esquema:

- 17 de marzo: hijos e hijas.
- 24 de marzo: padres y madres.
- 31 de marzo: padres y madres junto con sus hijos e hijas.

Participantes: mínimo 5 familias, máximo 10 familias.

Horario de todas las sesiones: de 18:00 a 19:30 horas.

Lugar: Espacio Familia. C/Volturno, 2.

Actividad gratuita.

Necesaria inscripción previa.

91 452 27 11

espaciofamilia@pozuelo.madrid

▪ **ABRIL 2025**

Conferencia: Escuela de Familias

Uso y abuso de las tecnologías. Mientras que para las generaciones adultas las TRICO son elementos accesorios (podemos pensar innecesarios), para los más jóvenes representan algo fundamental en sus vidas...

Fecha: Lunes, 21 abril de 2025.

Horario: de 18:30 a 19:30 h.

Lugar: Espacio Familia.

Actividad gratuita.

No requiere inscripción previa.

91 452 27 11

espaciofamilia@pozuelo.madrid

Grupo de Apoyo Familiar: Comunicación y resolución de conflictos con un hijo adolescente

Entendiendo a nuestros adolescentes: el cerebro en cambio.

Conflictos y límites.

Herramientas de gestión emocional.

La comunicación que acerca.

Fecha: Miércoles, 23 abril de 2025.

Horario: de 18:30 a 19:30 h.

Lugar: : IES Camilo José Cela (C/ Islas Cíes, 53, 28223 Pozuelo).

Actividad gratuita.

No requiere inscripción previa.

91 452 27 11

espaciofamilia@pozuelo.madrid

▪ MAYO 2025

Conferencia: Escuela de Familia

¿Utilizas el enfado a menudo? ¿Qué nos aporta?

El enfado puede ocupar un lugar mayor o menor en la vida de cada persona. ¿Por qué elegimos estar enfadados, si podemos evitarlo? ¿Cuánto nos enfadamos? Y ¿Cómo?

Fecha: Lunes, 5 de mayo de 2025.

Horario: de 18:00 a 19:30 h.

Lugar: Espacio Familia.

Actividad gratuita.

No requiere inscripción previa.

91 452 27 11

espaciofamilia@pozuelo.madrid

Grupo de Apoyo Familiar: Comunicación y gestión de conflictos familiares

¿Cómo surgen los conflictos? ¿Cómo podemos sacar lo mejor de ellos? Herramientas para mejorar la comunicación. Herramientas para gestionar los conflictos.

Fecha: durante 3 sesiones: jueves 15, 22 y 29 de mayo de 2025.

Horario: de 18:00 a 19:30 h.

Participantes: mínimo 5 familias-máximo 10 familias.

Lugar: Espacio familia.

Actividad gratuita.

Requiere inscripción previa.

91 452 27 11

espaciofamilia@pozuelo.madrid

Conferencia: Adolescencia: internet y redes

Indicadores de alarma.

Factores de protección y de riesgo.

Como poner límites.

Comunicación.

Negociación.

Identificación del problema.

Datos estadísticos.

Fecha: Miércoles, 21 mayo de 2025.

Horario: de 18:30 a 19:30 h.

Lugar: Kensington School (Av. de Bularas 2, 28224 Pozuelo).

Actividad gratuita.

No requiere inscripción previa.

91 452 27 11

espaciofamilia@pozuelo.madrid

Conferencia: Las Familias van al cole

Cómo hablar para que sus hijos le escuchen y cómo escuchar para que sus hijos hablen.

Fecha: Martes, 27 mayo de 2025.

Horario: de 16:15 a 17:45 h.

Lugar: CEIPSO Príncipes de Asturias.

Actividad gratuita.

No requiere inscripción previa.

91 452 27 11

espaciofamilia@pozuelo.madrid

▪ **SEPTIEMBRE 2025**

Uso y abuso de las tecnologías

Fecha: Lunes, 15 septiembre de 2025.

Horario: de 18:00 a 19:30 h.

Lugar: Espacio Familia, (psicología).

Duración prevista: una hora y media.

Actividad gratuita.

Necesaria inscripción previa.

91 452 27 11

espaciofamilia@pozuelo.madrid

Conversaciones difíciles: ¿Por qué surgen? ¿Cómo mejorarlas?

Herramientas para manejar adecuadamente situaciones difíciles de tensión y conflicto que pueden aparecer en nuestro día a día.

Fecha: Jueves, 25 septiembre de 2025.

Horario: de 18:00 a 19:30 h.

Lugar: Espacio Familia, (abogada mediadora).

Duración prevista: una hora y media.

Actividad gratuita.

Necesaria inscripción previa.

91 452 27 11

espaciofamilia@pozuelo.madrid

▪ **OCTUBRE 2025**

Conferencia: ¿Utilizas el enfado? ¿Qué nos aporta?

El enfado puede ocupar un lugar mayor o menor en la vida de cada persona. ¿Por qué elegimos estar enfadados, si podemos evitarlo? ¿Cuánto nos enfadamos? y ¿Cómo?

Comunicación y gestión de conflictos familiares.

Este espacio ha sido creado para dotar a las familias de habilidades y herramienta de comunicación y gestión de conflictos que les ayuden a mejorar la convivencia en casa y las relaciones familiares.

Fecha: Lunes, 6 de octubre de 2025.

Horario: de 18:00 a 19:30 h.

Lugar: Espacio Familia, calle Volturno, 2.

Actividad gratuita.

Necesaria inscripción previa.

91 452 27 11

espaciofamilia@pozuelo.madrid

Grupo de Apoyo Familiar

Comunicación y gestión de conflictos familiares.

Este espacio ha sido creado para dotar a las familias de habilidades y herramienta de comunicación y gestión de conflictos que les ayuden a mejorar la convivencia en casa y las relaciones familiares.

Fecha: Jueves, 16, 23 y 30 de octubre de 2025.

Horario: de 18:00 a 19:30 h.

Lugar: Espacio Familia, calle Volturno, 2.

Actividad gratuita.

Necesaria inscripción previa.

91 452 27 11

espaciofamilia@pozuelo.madrid

▪ **NOVIEMBRE 2025**

Grupo de Apoyo Familiar

Para familias con adolescentes.

Este espacio ha sido creado para dotar a las familias de habilidades y herramienta de comunicación y gestión de conflictos que les ayuden a mejorar la convivencia en casa y las relaciones familiares.

Fecha: lunes 10, 17 y 24 de noviembre de 2025.

Horario: de 18:00 a 19:30 h.

Lugar: Espacio Familia, calle Volturno, 2.

Actividad gratuita.

Necesaria inscripción previa.

91 452 27 11

espaciofamilia@pozuelo.madrid

Brújula de las emociones. Aprende a escucharte

Fecha: jueves 13 de noviembre de 2025.

Horario: de 18:00 a 19:30 h.

Lugar: Espacio Familia, calle Volturno, 2.

Actividad gratuita.

Necesaria inscripción previa.

91 452 27 11

espaciofamilia@pozuelo.madrid

▪ **DICIEMBRE 2025**

Conferencia: ¿Puede la medicación resolver el conflicto con tu familia? Queremos ayudarte.

Fecha: Jueves, 11 de diciembre de 2025.

Horario: de 18:00 a 19:30 h.

Lugar: Espacio Familia, calle Volturno, 2.

Duración prevista: una hora y media.

Actividad gratuita.

Necesaria inscripción previa.

91 452 27 11

espaciofamilia@pozuelo.madrid