

## **ESQUEMA TALLER**

### **CAMBIOS, RECAMBIOS Y AJUSTES: MANUAL PARA PADRES DE ADOLESCENTES**

#### **Presentación:**

Tener un hijo adolescente es un reto, fundamentalmente para él, pero también para sus padres y su familia en general. Una característica de esta etapa que tenéis que tener en cuenta es el cambio. Este cambio se produce de manera sorpresiva, casi nos atreveríamos a decir que de un día para otro. Y es que os habíais acostumbrado a que la evolución de tu hijo se produjera de forma gradual, paso a paso, así había sido desde que nació. Y ahora, de repente, descubres que tu hijo se ha hecho adolescente y que has perdido el niño que era y que nunca volverá a ser.

Ahora tenéis que reinventaros, construir otro modelo parental, más complejo y necesitado de una paciencia a prueba de bomba. Con un problema adicional, y es que el autocontrol y la paciencia que requieren, deben mantenerse de forma casi permanente, es decir, que los adolescentes dan poca tregua.

**Dirigido a:** Padres con hijos preadolescentes o adolescentes (de 11 a 14 años)

**Impartido por:** Lourdes Fernández-Quintanilla.

Orientadora, trabajadora social y terapeuta familiar. Asociación Prisma

**Duración:** Una hora y media

**Objetivos del taller:** Vamos a dedicar este espacio a pensar en el cambio de vuestro hijo ¿Por qué es importante poder hacerlo con información seria y científica? Porque esta información ayuda a poder entender mejor un fenómeno tan complejo, difícil y maravilloso como el que está atravesando vuestro hijo.

El análisis de los cambios, queda estructurados en tres niveles:

- 1.- Cambios propios del adolescente: corporales, forma de pensar, emociones, carácter, relaciones sociales, sexualidad, responsabilidad.
- 2.- Cambios en los progenitores
- 3.- Cambios en el entorno

**Estructura:** Exposición del tema por el profesional de Prisma, promoviendo la reflexión y el debate de todos los asistentes.

**Evaluación del taller:** (mediante breve cuestionario anónimo)