

Sábados: 13, 20, 27 de junio y 4 de Julio  
**Adolescentes**

Cierre con papás y adolescentes  
**Sábado 11 de Julio**

Horario: **de 9:00 a 13:00 hrs.**

Diseñado para adolescentes entre  
**11 y 14 años**

Imparten:

Psic. Sara Gutiérrez Valero

Psic. Raquel Montes Maldonado

Costo:

**\$3,500 pesos**

Lugar: Instituto Prekop México

(Mixcoac No. 31, Col. Merced Gomez,  
Del. Álvaro Obregón, DF.)

Informes:

56 35 33 23 / 56 35 42 64



## TE ABRAZO MIENTRAS CRECES

Contención para adolescentes

Primer sesión

para padres de familia:

**Sábado 6 de Junio del 2015**

**9:30 a 12:30 hrs.**

En el Instituto Prekop nos hemos dado a la tarea de realizar un trabajo integral entre los adolescentes y sus padres.

Los objetivos principales del trabajo con adolescentes en el Instituto son:

- ❖ Identificar los vínculos lastimados entre los adolescentes y sus padres a través de ejercicios.
- ❖ Desarrollar herramientas y estrategias que permitan en el adolescente y su familia observar la dinámica que se establece entre ellos.
- ❖ Al término del taller, poder acercarlos a través de un abrazo de Contención.

*Los padres tienen una participación activa dentro del taller, el Sabado 6 de Junio y en la última sesión el 11 de Julio del 2015.*

Hablaremos de los aspectos que habrá que ajustar para la etapa que atraviesan sus hijos.

## Temario:

### **Reconocimiento del sistema familiar**

- ¿Quién soy?
- ¿Qué lugar ocupo en mi familia?

### **Adolescencia, sexualidad**

- Mi cuerpo , mi complice en este viejo.
- (PNL) enciende tus sentidos para la búsqueda.

### **Autoestima, autoconcepto y autoaceptación.**

- Espejito, espejito ¿Por qué me veo tan...?
- Odio mi aspecto, me gustaría estar más...
- Desarrollo de la empatía

### **Técnicas de comunicación asertiva**

- ¡Mis papás no me entienden!
- Lo que no se habla y duele y se repite.

### **Vida emocional**

- ¿Emociones?¿Es normal lo que siento?
- ¿Dónde guardo mi enojo, mi tristeza y mi miedo?

### **Plan de vida**

- Tomar a los padres .
- Viajando al futuro:¿Cómo seré dentro de algunos años? .