



# **EMPECEMOS. Programa para la Intervención en problemas de conducta infantiles. Manual para el Entrenamiento de padres y madres.**

*Autor: Estrella Romero, Paula Villar, M<sup>a</sup>. Ángeles Luengo, J. Antonio Gómez - Fraguera, Zaida Robles.*



**Aplicación:** Individual o Colectiva

**Ámbito de Aplicación:** Padres y Madres de niños de 5 a 12 años con problemas de conducta.

**Tiempo:** 12 Sesiones estructuradas de 90 Minutos. Cada sesión está compuesta entre **cuatro y siete actividades**.

**Entrenar a los padres en habilidades eficaces para potenciar las conductas prosociales de sus hijos y para reducir sus comportamientos problemáticos.**

**EMPECEMOS** es un programa de intervención dirigido a los padres de los niños con problemas de conducta de inicio temprano. Se trata de un programa estructurado en 12 sesiones grupales semanales en el que los padres aprenden a potenciar las interacciones positivas con los niños mediante el refuerzo positivo y las actividades compartidas. A lo largo de las distintas actividades propuestas en cada sesión, los padres aprenden a prescindir de órdenes innecesarias, a establecer los límites con más claridad y a dar a sus hijos el contexto oportuno para obedecer. No solo busca reducir las conductas disruptivas del niño, sino **potenciar los recursos emocionales, cognitivos y conductuales** necesarios para un desarrollo saludable (por ello se destacan las iniciales **E- Emoción, P- Pensamiento y C- Conducta**).



## **Sesiones de Trabajo**

Este programa pretende maximizar la **fidelidad, consistencia e integridad** de su aplicación, aunque no por ello renuncia a la flexibilidad necesaria para hacer una intervención adaptada a las características y necesidades de cada grupo. En este sentido, los tiempos y el número de sesiones necesarias (individuales o grupales) pueden no ser idénticos en todos los grupos. El Guía del grupo debe valorar cuidadosamente en cada sesión hasta qué punto se han logrado los objetivos fijados y en qué medida puede ser necesario dedicar sesiones adicionales a fortalecer aprendizajes que sean sustanciales para el desarrollo del programa.

### **Esquema de las sesiones y los objetivos del Programa:**

El programa propone distintas actividades que recogen los aspectos a trabajar durante la sesión. A continuación se describen brevemente cada una de las sesiones del programa:

**Sesión 1:** Presentación del programa EmPeCemos.

**Sesión 2:** El comportamiento y sus consecuencias. Supervisar y elogiar para mejorar la relación entre padres e hijos.

**Sesión 3:** Introducir el refuerzo académico en el Hogar.

**Sesión 4:** Mejorar la comunicación familiar.

**Sesión 5:** Ignorar las conductas perturbadoras poco importantes.

**Sesión 6:** Manejar el estrés y entrenar el autocontrol.

**Sesión 7:** Establecer límites a la conducta: órdenes eficaces y reglas familiares.

**Sesión 8:** Establecer metas de buena conducta: los refuerzos tangibles.

**Sesión 9:** Aplicar consecuencias a la mala conducta – consecuencias naturales y lógicas.

**Sesión 10:** Aplicar consecuencias a la conducta – Tiempo Fuera.

**Sesión 11:** Enseñar a los hijos a resolver problemas.

**Sesión 12:** Finalización del programa EmPeCemos.

### **EL JUEGO COMPLETO INCLUYE:**

**1 manual técnico**

**DVD con videos y fichas para las sesiones.**