

CÓMO ENTENDER Y APOYAR A NUESTROS FAMILIARES CON PROBLEMAS DE CONDUCTA (APOYO CONDUCTUAL POSITIVO)

CURSO ON LINE, PARA FAMILIARES. NIVEL DE INICIACIÓN

¿Quieres entender mejor por qué tu hijo/a o hermano/a actúa de esa manera?, ¿qué le lleva a hacer esas conductas?, ¿estamos actuando bien?, ¿podríamos hacerlo de otra forma?

Durante este curso queremos acompañarte y darte pistas que te ayuden a entender a qué pueden deberse esos comportamientos. También que puedas reflexionar sobre cómo estamos actuando y facilitarte algunas ideas que te puedan valer para prevenir esas conductas.

La metodología de Apoyo Conductual Positivo busca capacitar a la familia para analizar mejor las situaciones y también capacitar a la propia persona con discapacidad para conseguir sus objetivos a través de otras vías más adecuadas.

En este curso de iniciación, daremos una visión general de la metodología e ideas básicas de lo que propone esta manera de abordar los problemas de conducta. El fin último, es acompañarte para que tú recojas las ideas que te sean útiles y mejorar el día a día en tu familia.

A QUIÉN VA DIRIGIDO:

A **familiares de personas mayores de 18** años con problemas de conducta en su familia. Esto significa que su familiar presente conductas de una intensidad, frecuencia o duración que limitan o impidan su participación y limitan la vida de la familia para participar en las actividades de la comunidad. (No entrarían aquí personas con problemas de disciplina u otros).

DURACIÓN: 6 semanas, dando comienzo el **7 de mayo** hasta el **17 de junio** de 2018.

Nº DE PLAZAS: 25 plazas

DINAMIZADORA DEL CURSO: V. Almudena Calero Gil, psicóloga. Trabaja actualmente en Asprodisis, como asesora técnica; pertenece al equipo de Apoyo conductual Positivo de Plena Inclusión Andalucía, y apoya a familias desde Equipo SIDI en Málaga.



QUÉ OBJETIVOS BUSCAMOS CONSEGUIR:



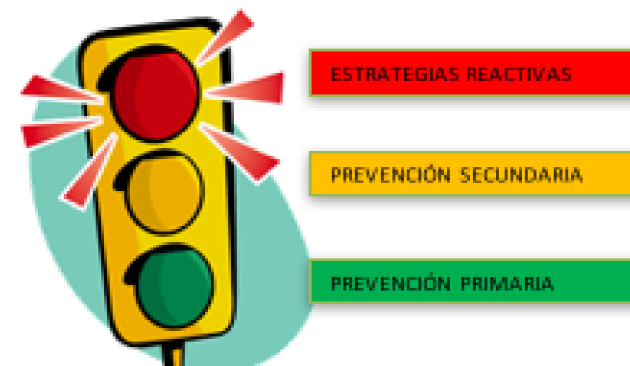
- Generar un espacio de reflexión y aprendizaje compartido entre varias familias
- Generar un espacio de apoyo emocional y comprensión
- Aprender a observar mejor las conductas: detectar desencadenantes lentos y rápidos, y el ciclo conductual
- Aumentar las posibilidades de atribuciones de las conductas problema, mejorando la empatía
- Conocer la importancia de fomentar la participación activa de sus familiares

En el curso no podemos ayudarte a mejorar en concreto la situación de tu familiar, pues no os conocemos. La idea del curso, es que tú mismo/a puedas aprender algunas cosas que te ayuden a entender mejor qué pasa, reflexionar sobre tus actuaciones y quizá algunas pistas sobre cómo mejorar algunas cosas y ayudar aún más a tu familiar.

CÓMO SE VA A DESARROLLAR:

El curso se desarrollará durante 6 semanas, cada semana iniciaremos un tema de los que os presentamos a continuación:

- ✓ Semana 1 (7-13 de mayo): Presentación y principios para abordar los problemas de conducta: el modelo de trabajo de Apoyo Conductual Positivo
- ✓ Semana 2 (14-20 de mayo): Conociéndome mejor, cómo puedo actuar
- ✓ Semana 3 (21 a 27 de mayo): Estrategias de regulación emocional
- ✓ Semana 4 (28 de mayo a 3 de abril): Analizando los episodios: desencadenantes lentos-rápidos, la curva de la conducta. Algunas ideas sobre la función de la conducta
- ✓ Semana 5 (4-10 de Junio): Cómo podemos actuar: prevención primaria. Estrategias para la participación en el día a día (apoyo activo)
- ✓ Semana 6 (11-17 de junio: Cómo podemos actuar: prevención secundaria y estrategias reactivas



Además tendremos **tres reuniones del grupo por Skype: 16 de mayo** de 20-21 h., **3 de junio** de 10-11 h. y **14 de junio** de 20-21 h.

QUÉ NECESITAS:

- Un **ordenador** con conexión a internet
- **Tiempo**, 4 horas semanales para dedicarlo a:
 - Leer las presentaciones en power point en las que la dinamizadora te presentará los contenidos.
 - Ver los videos o leer pequeños artículos cada semana.
 - Participar en el chat e ir escribiendo tus comentarios cada semana sobre lo aprendido, con el resto de participantes. Puedes hacerlo a cualquier hora porque la plataforma irá recogiendo tus mensajes; el resto de participantes irán contestando en los horarios que puedan.
 - Hacer algunos ejercicios sencillos para que puedas hacer desde casa y que te ayudarán a comprender mejor los contenidos.
- Una **cuenta de Skype** (si no tienes, podemos ayudarte a ponerla) para hacer dos reuniones on line a lo largo del curso. Como ves son sólo dos reuniones a las que esperamos que puedas unirte para compartir experiencias y conocimiento.

CUOTAS:

- **Familiares miembros de una entidad de Plena Inclusión: 25 €**
- **Otros familiares: 40€**

CÓMO INSCRIBIRSE:

El plazo de preinscripción será del **10 al 23 de abril**. No se admitirán preinscripciones que lleguen antes o después de esa fecha.

La ficha de preinscripción está disponible en la web, en el siguiente link: http://www.plenainclusion.org/que_hacemos/apoyamos-a-las-familias/apoyos-familias/formacion-familiares/ACP

Se confirmará la plaza por mail a las personas admitidas, según orden de llegada y deberán hacer el pago de la cuota **antes del 26 de abril** al número de cuenta que se le indicará cuando se confirme la plaza.

Si alguna persona renuncia o no hace el ingreso de la cuota en plazo, se utilizará la lista de espera.

A partir del **3 de mayo** se enviarán las claves para acceder al curso.