

ESCUELA DE FAMILIAS

*Horizonte
Proyecto Hombre*

2025-2026

www.horizonteprojectohombremarbella.org



Proyecto

La familia es el primer entorno de aprendizaje y desarrollo personal de niños, niñas y adolescentes. En ella se construyen los valores, hábitos y habilidades que acompañarán a cada persona a lo largo de su vida. Por ello, desde Horizonte Proyecto Hombre Marbella impulsamos la Escuela de Familias, un espacio formativo y participativo que ofrece herramientas prácticas para afrontar los retos educativos actuales.

JUSTIFICACIÓN

La adolescencia y la juventud son etapas de especial vulnerabilidad en las que se consolidan hábitos, valores y estilos de vida. En este contexto, la familia juega un papel esencial como agente preventivo frente a las adicciones y otros problemas de conducta. Sin embargo, los cambios sociales, tecnológicos y culturales han generado nuevas formas de riesgo que requieren una actualización constante de los conocimientos y habilidades parentales.

Datos clave sobre adicciones en España y Andalucía

Según el Informe 2024 del Observatorio Español de las Drogas y las Adicciones (OEDA), las adicciones más comunes entre adolescentes y jóvenes incluyen tanto el consumo de sustancias como las adicciones comportamentales:

Adicciones comportamentales:

- Juego de azar: El 17,7% de los estudiantes de 14 a 18 años ha jugado con dinero en el último año. El 3,4% presenta un patrón de juego problemático [1].

- Uso problemático de internet: Afecta al 20,5% de los estudiantes, siendo más frecuente en chicas (25,9%) que en chicos (15,3%) [1].
- Trastorno por uso de videojuegos: El 5,1% de los adolescentes presenta síntomas compatibles con este trastorno [1].
- Consumo de pornografía: El 66,8% de los estudiantes ha consumido pornografía alguna vez; el 44,5% lo ha hecho en el último mes [1].

Adicciones a sustancias:

- Alcohol: Es la sustancia más consumida. El 75,9% de los estudiantes ha consumido alcohol alguna vez, y el 32,3% ha tenido un episodio de consumo intensivo (binge drinking) en el último mes [2].
- Cannabis: El 28,6% de los estudiantes lo ha probado alguna vez, y el 10,3% lo ha consumido en el último mes [3].
- Tabaco: El 38,2% ha fumado alguna vez, y el 9,8% lo hace a diario [3].

Estos datos reflejan una realidad preocupante: las conductas adictivas están cada vez más normalizadas y accesibles, especialmente a través de dispositivos digitales. Además, se observa un aumento de los problemas emocionales, la impulsividad, la baja tolerancia a la frustración y las dificultades en la gestión de normas y límites en el entorno familiar.

Referencias:

[1] Informe sobre adicciones comportamentales y otros trastornos ...

[2] Monografía sobre alcohol 2024. Consumo y consecuencias

[3] Informe 2024. Alcohol, tabaco y drogas ilegales en España

La familia como factor de protección.

Numerosos estudios coinciden en que la familia es uno de los principales factores de protección frente a las adicciones. Un entorno familiar cohesionado, con normas claras, comunicación afectiva y habilidades de resolución de conflictos, reduce significativamente el riesgo de consumo de sustancias y de desarrollo de conductas problemáticas.

Sin embargo, muchas familias no disponen de herramientas adecuadas para afrontar estas situaciones. La falta de información, la sobrecarga emocional, la dificultad para establecer límites o la escasa comunicación pueden convertirse en factores de riesgo.

¿Por qué una Escuela de Familias?

La Escuela de Familias de Horizonte Proyecto Hombre nace como respuesta a esta necesidad. Su objetivo es empoderar a madres, padres y cuidadores con conocimientos, habilidades y estrategias prácticas para:

- Prevenir el consumo de sustancias y las adicciones comportamentales.
- Detectar señales de alerta en etapas tempranas.
- Mejorar la comunicación y el clima emocional en el hogar.
- Establecer normas y límites saludables.
- Acompañar el desarrollo emocional y social de sus hijos/as.

Este enfoque preventivo no solo reduce el riesgo de adicciones, sino que fortalece el bienestar familiar y el desarrollo integral de los menores.

DESTINATARIOS DE LA ESCUELA DE FAMILIAS

La Escuela de Familias está dirigida a todas aquellas personas que desempeñan un rol educativo o afectivo en el entorno familiar. Se consideran:

Beneficiarios directos:

- Padres y madres con hijos/as en edad escolar o adolescente.
- Tutores/as legales, abuelos/as y otros familiares implicados en la crianza.
- Educadores/as, orientadores/as y profesionales del ámbito social.





Beneficiarios indirectos:

- Hijos/as y menores a cargo, que se benefician de un entorno familiar más saludable.
- Centros educativos, AMPAS y comunidades escolares que promueven la prevención.
- La sociedad en general, al reducir factores de riesgo y fomentar el bienestar colectivo.

METODOLOGÍA

La Escuela de Familias se basa en un enfoque bio-psico-social, que considera la interacción entre los factores biológicos, psicológicos y sociales en el desarrollo de la persona y en la aparición de conductas de riesgo.

Características del programa:

- Estructurado y evaluable: Con objetivos claros y contenidos progresivos.
- Participativo y vivencial: Se promueve el intercambio de experiencias y la reflexión.
- Adaptable: Puede realizarse de forma presencial o telemática, y ajustarse a las necesidades del grupo.

Detalles técnicos:

- Número de sesiones: 10 talleres temáticos.
- Duración: 2 horas por sesión.
- Periodicidad: Semanal, quincenal o mensual, según disponibilidad del centro o grupo.
- Facilitadores: Técnicos especialistas en prevención del equipo de Horizonte Proyecto Hombre.

FINANCIACIÓN

- Coste por taller: 90 €
- Exento de IVA, según el artículo 20 de la Ley 37/1992 de 28 de diciembre.
- Gratuito en la sede de Horizonte Proyecto Hombre Marbella, donde se organiza anualmente.
- Gratuito en Estepona, donde se organiza anualmente.

MATERIALES

Cada sesión incluye:

- Cuadernillo de sesión: Con contenidos teóricos, dinámicas y ejercicios prácticos.
- Material complementario: Guías para el hogar, recursos digitales, fichas de reflexión y bibliografía recomendada.

Estos materiales están diseñados para facilitar la comprensión, fomentar la participación y permitir la aplicación de lo aprendido en el entorno familiar.

ANEXO DE TALLERES

A continuación, se presenta el detalle de los talleres que conforman la Escuela de Familias. Cada sesión aborda una temática específica y está diseñada para ofrecer a las familias herramientas prácticas, conocimientos clave y estrategias aplicables en el día a día. Este recorrido formativo permite avanzar progresivamente en el fortalecimiento del rol educativo y preventivo de madres, padres y cuidadores.

ANEXO DE TALLERES

Nº Sesión	Nombre / Temática	Objetivos y Conocimientos
1	¿Cómo actuamos frente a los problemas con nuestros hijos/as?	Identificar estilos educativos, mejorar la respuesta ante conflictos y fomentar la coherencia educativa.
2	¿Cómo reducir y controlar la tensión emocional?	Aprender técnicas de autocontrol, relajación y gestión del estrés en el entorno familiar.
3	¿Cómo manejar las normas de familia?	Establecer límites claros, coherentes y positivos que favorezcan la convivencia.
4	Comunicación en la familia	Mejorar la escucha activa, la empatía y la expresión emocional para fortalecer los vínculos.
5	Aprender a resolver conflictos	Desarrollar habilidades de negociación, resolución pacífica y mediación familiar.
6	Autoestima y habilidades sociales	Fomentar la seguridad personal, la autonomía y la capacidad de relación con los demás.
7	Educación en inteligencia emocional	Reconocer y gestionar emociones propias y ajenas, promoviendo la autorregulación.
8	Adolescencia: pautas de actuación familiar	Comprender los cambios evolutivos y acompañar desde el respeto y la firmeza.
9	Hábitos saludables en redes sociales y nuevas tecnologías	Promover el uso responsable, prevenir riesgos digitales y fomentar el pensamiento crítico.
10	Información sobre drogas y sus efectos	Conocer las sustancias, sus consecuencias y cómo actuar ante el consumo incipiente.

Contacto

-  contacto@horizonteprojectohombremarbella.org
-  comunicacion@horizonteprojectohombremarbella.org
-  www.horizonteprojectohombremarbella.org
-  952 775 353 / 695 192 835
-  Calle Galveston, 5. 29601 Marbella (Málaga)

Para más información, síguenos en redes sociales:



[horizontemarbella](#)



[horizonteprojectohombre](#)



[Horizontephmar](#)



MARBELLA
PROYECTO
HOMBRE
HORIZONTE