

# PROGRAMA DE PREVENCIÓN FAMILIAR

## ESCUELA DE FAMILIAS 2026–2027



*Horizonte  
Proyecto Hombre*

[www.horizonteprojectohombremarbella.org](http://www.horizonteprojectohombremarbella.org)

The background of the page features a series of stylized, dark brown silhouettes of people holding hands in a circular formation. On the left side, there is a larger, light brown silhouette of a girl in a dress. The overall color palette is warm, with shades of brown and beige.

# PREVENIR TAMBIÉN ES ACOMPañAR

La infancia y la adolescencia no se desarrollan únicamente en el aula.

La familia es el primer entorno donde niños, niñas y adolescentes aprenden a relacionarse, expresar lo que sienten, afrontar dificultades, asumir responsabilidades y tomar decisiones.

Por eso, acompañar a las familias también es hacer prevención. Hoy, madres, padres y cuidadores afrontan nuevos retos relacionados con el bienestar emocional, las relaciones sociales, el uso de la tecnología, los límites, la autonomía y la llegada de la adolescencia.

**LAS FAMILIAS NO NECESITAN  
RESPUESTAS PERFECTAS.  
NECESITAN HERRAMIENTAS PARA  
AFRONTAR LAS SITUACIONES  
REALES.**

La Escuela de Familias de Horizonte Proyecto Hombre ofrece un espacio de formación, reflexión y participación para fortalecer las capacidades de quienes acompañan el desarrollo de niños, niñas y adolescentes.

**Prevenir no es esperar a que aparezca el problema.  
Es preparar a quienes pueden ayudar a afrontarlo.**

## 1. ¿POR QUÉ TRABAJAR CON LAS FAMILIAS?

Las preocupaciones de las familias han cambiado.

Un estudio realizado en España con 1.000 madres y padres con hijos de hasta 11 años situó entre sus principales preocupaciones el acoso y ciberacoso (38 %), el bienestar emocional (35 %) y el uso abusivo de internet y dispositivos (32 %).

Además, el 44 % señaló la falta de tiempo como una de las principales dificultades para contribuir al desarrollo escolar de sus hijos y el 18 % mencionó la falta de conocimientos. (Perspectivas de la crianza en España: preocupaciones y retos de la crianza actual, Zurich Seguros, Kantar y La Granja, 2024).

La prevención familiar debe responder a estas preocupaciones desde una perspectiva práctica, evitando el alarmismo y proporcionando recursos que puedan aplicarse en la vida cotidiana.

**LA INFORMACIÓN ES NECESARIA. PERO LAS FAMILIAS TAMBIÉN NECESITAN SABER QUÉ HACER.**

La evidencia internacional sobre prevención destaca la importancia de fortalecer las habilidades parentales, la comunicación familiar, el establecimiento de normas y límites, la supervisión y la implicación de madres, padres y cuidadores (International Standards on Drug Use Prevention, UNODC y OMS, 2018).

## 2. ¿QUÉ PROPONEMOS?

La Escuela de Familias ofrece talleres específicos para abordar situaciones habituales de la crianza y la adolescencia.

No proponemos enseñar a las familias a educar de una única manera.

No proponemos convertir la prevención en una lista de riesgos.

No proponemos sustituir el papel de madres, padres, centros educativos o profesionales especializados.

**PROPONEMOS:**

- Fortalecer las competencias parentales.
- Mejorar la comunicación familiar.
- Aprender a establecer normas y límites.
- Desarrollar recursos para afrontar conflictos.
- Comprender y acompañar los cambios de la adolescencia.
- Favorecer el bienestar emocional.
- Prevenir riesgos relacionados con tecnologías y sustancias.
- Detectar señales de alerta y saber cuándo pedir ayuda.

**PORQUE EDUCAR MEJOR TAMBIÉN ES PREVENIR.**

### 3. LAS HERRAMIENTAS QUE FORTALECEMOS

La Escuela de Familias se articula en torno a diferentes capacidades que se relacionan entre sí.

#### 01 · EDUCACIÓN Y LÍMITES

Estilos educativos, normas, límites y coherencia.

**Acompañar también significa saber poner límites.**

#### 02 · COMUNICACIÓN Y VÍNCULO

Escucha, empatía, expresión emocional y relaciones familiares.

**La prevención necesita espacios donde poder hablar.**

#### 03 · GESTIÓN EMOCIONAL

Autocontrol, estrés, emociones y autorregulación.

**Las familias también necesitan recursos para gestionar el malestar.**

#### 04 · CONFLICTOS Y ADOLESCENCIA

Resolución de conflictos, autonomía y comprensión de los cambios evolutivos.

**Acompañar no es evitar todos los conflictos: es aprender a afrontarlos.**

#### 05 · PREVENCIÓN DE RIESGOS

Tecnologías, redes sociales, drogas y detección de señales de alerta.

**Informar para poder actuar antes.**

### 4. UNA PREVENCIÓN QUE CONTINÚA FUERA DEL AULA

#### ESCUELA + FAMILIA

La prevención alcanza mayor sentido cuando los diferentes entornos en los que crecen niños, niñas y adolescentes pueden trabajar de forma complementaria.

#### PROGRAMA DE PREVENCIÓN ESCOLAR

Trabajamos directamente con el alumnado.

Fortalecemos competencias emocionales, sociales, cognitivas y digitales para afrontar situaciones cotidianas y de riesgo.

#### ESCUELA DE FAMILIAS

Trabajamos con quienes acompañan desde casa.

Fortalecemos herramientas educativas y preventivas para mejorar la comunicación, los límites, la gestión de conflictos, el acompañamiento y la detección.

**DOS PROGRAMAS.  
UN MISMO OBJETIVO.  
FORTALECER LOS ENTORNOS QUE  
ACOMPañAN EL DESARROLLO.**

La prevención se construye entre alumnado, familias, centros educativos y comunidad.



## 5. ¿CÓMO TRABAJAMOS?

### APRENDER PARA PODER APLICAR

La metodología es participativa, práctica y orientada a situaciones reales de la vida familiar.

Las sesiones pueden incorporar:

#### CASOS PRÁCTICOS

Situaciones habituales de la crianza y la adolescencia.

#### REFLEXIÓN

Espacios para analizar las propias respuestas y buscar alternativas.

#### PARTICIPACIÓN

Intercambio de experiencias y diferentes puntos de vista.

#### HERRAMIENTAS

Estrategias concretas para trasladar a la vida cotidiana.

#### INFORMACIÓN

Contenidos actualizados sobre los temas abordados.

### NO ES SOLO RECIBIR INFORMACIÓN.

### ES REFLEXIONAR SOBRE CÓMO ACTUAMOS Y QUÉ PODEMOS HACER DE OTRA MANERA.

## 6. FORMATO E IMPLEMENTACIÓN

### 10 TALLERES TEMÁTICOS

Cada sesión aborda un contenido específico y puede desarrollarse de manera independiente o dentro de un itinerario completo.

### 2 HORAS POR TALLER

Un espacio suficiente para combinar información, participación y aplicación práctica.

### PERIODICIDAD ADAPTABLE

Semanal, quincenal o mensual, según las posibilidades del centro o grupo.

### PROFESIONALES ESPECIALIZADOS

Los talleres son desarrollados por técnicos del equipo de prevención de Horizonte Proyecto Hombre.

### IMPLEMENTACIÓN

#### 01 · SOLICITUD

Contacto con Horizonte y designación de una persona de referencia.

#### 02 · PLANIFICACIÓN

Selección de talleres, necesidades y calendario.

#### 03 · INTERVENCIÓN

Desarrollo de las sesiones con las familias.

#### 04 · VALORACIÓN

Recogida de la valoración e identificación de necesidades de continuidad.

### UN PROGRAMA FLEXIBLE Y ADAPTABLE A CADA CONTEXTO.

## 7. ITINERARIO DE TALLERES ¿QUÉ TRABAJAMOS CON LAS FAMILIAS?

| TALLER                                                           | ¿QUÉ SE CONSIGUE?                                                                                                    |
|------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 01. ¿Cómo actuamos frente a los problemas con nuestros hijos/as? | Identificar estilos educativos, mejorar la respuesta ante los conflictos y favorecer una mayor coherencia educativa. |
| 02. ¿Cómo reducir y controlar la tensión emocional?              | Aprender técnicas de autocontrol, relajación y gestión del estrés en el entorno familiar.                            |
| 03. ¿Cómo manejar las normas de familia?                         | Establecer límites claros, coherentes y positivos que favorezcan la convivencia.                                     |
| 04. Comunicación en la familia                                   | Mejorar la escucha activa, la empatía y la expresión emocional para fortalecer los vínculos.                         |
| 05. Aprender a resolver conflictos                               | Desarrollar habilidades de negociación, resolución pacífica y mediación familiar.                                    |
| 06. Autoestima y habilidades sociales                            | Fomentar la seguridad personal, la autonomía y la capacidad de relación con los demás.                               |
| 07. Educar en inteligencia emocional                             | Reconocer y gestionar emociones propias y ajenas, promoviendo la autorregulación.                                    |
| 08. Adolescencia: pautas de actuación familiar                   | Comprender los cambios evolutivos y acompañar desde el respeto y la firmeza.                                         |
| 09. Hábitos saludables en redes sociales y nuevas tecnologías    | Promover el uso responsable, prevenir riesgos digitales y fomentar el pensamiento crítico.                           |
| 10. Información sobre drogas                                     | Conocer las sustancias, sus consecuencias y cómo actuar ante un posible consumo incipiente.                          |



## 8. UNA INVERSIÓN EN PREVENCIÓN

Invertir en prevención significa actuar cuando todavía es posible fortalecer recursos y evitar que las dificultades se conviertan en problemas mayores.

**120 € / TALLER**  
**2 HORAS DE INTERVENCIÓN**

La inversión incluye:

- Preparación y adaptación de la sesión
- Profesionales especializados
- Materiales y recursos de apoyo
- Dinámicas y actividades prácticas
- Valoración de la intervención

### **PREVENIR HOY PUEDE EVITAR GRANDES COSTES MAÑANA**

Los problemas familiares, emocionales o de conducta que se consolidan pueden generar un importante impacto personal y familiar y requerir intervenciones profesionales más intensivas y prolongadas.

Por eso, los 120 € por taller representan una inversión temprana en prevención, orientada a fortalecer capacidades antes de que sea necesario afrontar las consecuencias de problemas ya establecidos.

**Prevenir es cuidar.**  
**Prevenir es ahorrar sufrimiento.**  
**Y también es invertir de forma responsable en el futuro.**

La evidencia internacional señala que la prevención puede ser una inversión coste-efectiva al reducir, a largo plazo, determinados costes asociados a problemas de salud, sociales y de conducta (International Standards on Drug Use Prevention, UNODC/OMS, 2018).

## 9. VÍAS DE COLABORACIÓN

### **LA PREVENCIÓN FAMILIAR TAMBIÉN ES UNA RESPONSABILIDAD COMPARTIDA.**

La Escuela de Familias puede desarrollarse mediante diferentes fórmulas de colaboración.

#### **CENTROS EDUCATIVOS Y AMPAS / AFA (Asociación de Familias de Alumnos)**

Organización y financiación de talleres para las familias del centro.

#### **EMPRESAS**

Programas de Responsabilidad Social Corporativa orientados a apoyar a familias y comunidades educativas del entorno.

#### **ADMINISTRACIONES PÚBLICAS**

Convenios, subvenciones, programas municipales y actuaciones de prevención comunitaria.

#### **FUNDACIONES Y ENTIDADES SOCIALES**

Financiación de talleres o programas dirigidos prioritariamente a familias que puedan encontrarse en contextos de mayor vulnerabilidad.

# ¿QUÉ QUEREMOS CONSEGUIR?

No podemos evitar todas las dificultades que encontrarán niños, niñas y adolescentes.

Pero sí podemos ayudar a que las familias estén mejor preparadas para afrontarlas.

MÁS COMUNICACIÓN.  
MÁS HERRAMIENTAS.  
MÁS CAPACIDAD PARA ACOMPAÑAR.  
MÁS PREPARACIÓN PARA DETECTAR.  
MÁS RECURSOS PARA ACTUAR.

La prevención familiar no busca familias perfectas.

BUSCA FAMILIAS CON MÁS RECURSOS  
PARA AFRONTAR LOS RETOS DE CADA  
ETAPA.

# EDUCAR ES ACOMPañAR. ACOMPañAR ES PREVENIR

Cuando una familia cuenta con información, herramientas y apoyo, está mejor preparada para afrontar los retos que aparecen a lo largo del desarrollo.

## ESCUELA + FAMILIA UNA PREVENCIÓN MÁS COMPLETA.

**¿TE SUMAS?**

### **ASOCIACIÓN HORIZONTE PROYECTO HOMBRE**

C/ Galveston, 5 • 29601 Marbella (Málaga)

Programas Terapéuticos y de Prevención

695 192 835 • 952 775 353

[contacto@horizonteprojectohombremarbella.org](mailto:contacto@horizonteprojectohombremarbella.org)

[www.horizonteprojectohombremarbella.org](http://www.horizonteprojectohombremarbella.org)

