



escuela de **familias**

V edición

+info: www.lanucia.es



PROGRAMA 2026

CENTRO JUVENIL LA NUCÍA

V escuela de familias

El contexto familiar constituye el principal espacio de desarrollo y educación a lo largo de la vida. Las relaciones parento-familiares ejercen una influencia significativa en la formación, la educación y el bienestar de chicos y chicas adolescentes. Numerosos estudios señalan que lo verdaderamente determinante para su bienestar no es la estructura familiar, sino la calidad de las relaciones que se establecen en su interior.

Durante la adolescencia, continúa siendo esencial que madres y padres expresen afecto y apoyo, mantengan canales de comunicación abiertos sobre cualquier tema de interés o preocupación, y ofrezcan guía cuando sea necesaria, favoreciendo al mismo tiempo la autonomía progresiva. Todo ello contribuye a mejorar la salud y el bienestar psicológico, potenciar la competencia social y académica, y reducir la aparición de problemas de conducta.

El Ministerio de Sanidad recoge en un informe realizado en 2022 y publicado en 2025 —“La adolescencia española analizada desde el Estudio HBSC-2022: estilos de vida, contextos de desarrollo y bienestar emocional”— un análisis exhaustivo de estilos de vida, contextos y bienestar emocional. Este estudio incluye a adolescentes de 12, 14, 16 y 17-18 años, procedentes de diferentes comunidades autónomas y centros educativos públicos y privados, con el objetivo de obtener una muestra representativa de la población. En total, participaron 33.630 adolescentes escolarizados de entre 11 y 18 años.

En relación con el contexto familiar, el informe destaca varios aspectos clave:

- **Comunicación familiar:** Los adolescentes perciben un nivel de comunicación alto, siendo más frecuente y fluida en los chicos que en las chicas.
- **Apoyo familiar:** La mayoría afirma recibir un apoyo elevado, nuevamente con mayor percepción en chicos que en chicas.
- **Satisfacción familiar:** Más de la mitad se sienten muy satisfechos con sus relaciones familiares.

Por otra parte, los factores que influyen en el entorno juvenil son múltiples. Las conclusiones del informe PISA sobre apoyo familiar y rendimiento académico muestran que, en España, el apoyo familiar está positivamente

asociado con la satisfacción vital de los estudiantes, independientemente de su situación socioeconómica o de su rendimiento académico.

Diversas teorías y estudios recientes (Rodríguez-Fernández, Ramos-Díaz, Fernández-Zabala et al., 2007; You et al., 2018) subrayan la importancia de las experiencias contextuales y de las relaciones del entorno inmediato en el desarrollo adolescente. Los sistemas ambientales que rodean al adolescente moldean su autopercpción, su bienestar emocional y su visión del mundo. La sensación de estar cuidado, valorado y de formar parte de una red de apoyo mutuo —conceptualizada por Cobb (1976) como “apoyo social”— se relaciona estrechamente con el autoconcepto y la inteligencia emocional.

En este marco, se reconocen tres fuentes principales de apoyo durante la infancia y la adolescencia (Izar de la Fuente, 2023):

- La familia
- La escuela
- El grupo de iguales

En estas tres esferas, las y los adolescentes encuentran apoyo emocional, instrumental y formativo, elementos esenciales para su adaptación y crecimiento.

Todos estos datos y evidencias impulsan a la Administración Pública —a nivel nacional, autonómico y local— a poner el foco en el ámbito familiar, atendiendo a las necesidades detectadas y generando espacios de diálogo abierto con las familias. El objetivo es que puedan ser escuchadas, acompañadas y apoyadas mediante recursos públicos que les ayuden a afrontar los desafíos de una sociedad en constante cambio.

En este contexto, la programación anual de la V Escuela de Familias se ha elaborado a partir de las opiniones y aportaciones provenientes de los diferentes ámbitos comunitario, familiar y académico. Los temas seleccionados responden a las necesidades expresadas por las propias familias y profesionales.

No queremos finalizar sin agradecer la implicación de todas las concejalías que participan en este proyecto, así como la labor de los y las profesionales que lo hacen posible.

PROGRAMA



30 ENE 2026

COMUNICACIÓN Y BIENESTAR, S.E.R.

Hora: 18:00 - 21:00 h con *coffee break* (25') Lugar: Centro Juvenil

PONENTE: **Vigela Lloret.** Experta en Inteligencia emocional, comunicación, psicología positiva, *mindfulness* y Gestión emocional.

SÍNTESIS: Mediante una metodología participativa, crearemos un espacio de reflexión en el que podrás adquirir herramientas para gestionar el estrés y las emociones difíciles, utilizando recursos basados en la psicología positiva y la comunicación consciente buscaremos como meta el bienestar emocional para una mejor gestión de la vida familiar. Enseñaremos a nuestros/as hijos/as mediante el aprendizaje por imitación con el ejemplo parental.



06 FEB 2026

CHARLA SOBRE SEXUALIDAD

Hora: 18:30 Lugar: Centro Juvenil Sesiones: 1

PONENTE: **Lara Avargues.** Psicóloga y sexóloga colaboradora en el programa “Pregunta i Enrotlla’t” en la Mancomunidad de La Safor. Programa “69 Raons” de A punt media.

SÍNTESIS: Durante la adolescencia se producen cambios profundos en el ámbito físico, psicológico y social que influyen directamente en la forma en que los jóvenes construyen su identidad y se relacionan con los demás. En este contexto, el acompañamiento familiar cobra un papel esencial, ya que ofrece un entorno seguro donde el adolescente puede expresar sus emociones, resolver dudas y fortalecer su autoestima.



13 FEB 2026

NUEVOS HÁBITOS, VIEJOS RIESGOS:
vaper, alcohol y cannabis

Hora: 18:30 Lugar: Centro Juvenil Sesiones: 1

PONENTE: **Equipo técnico UPPCA La Nucía.**

SÍNTESIS: Abordaremos las tendencias actuales de consumo en la adolescencia, analizando tanto los mitos que suelen generar alarma como los riesgos reales que afectan a esta etapa del desarrollo. Además, ofreceremos herramientas para reconocer señales de alerta y comprender los factores que pueden influir en estas conductas. Del mismo modo, proporcionaremos pautas prácticas dirigidas a madres y padres para saber cómo actuar de manera efectiva, manteniendo la comunicación abierta, estableciendo límites adecuados y brindando un acompañamiento que favorezca decisiones más seguras y responsables por parte de sus hijos e hijas.



20 FEB 2026

ACOSO ESCOLAR, BULLYING Y CIBER
BULLYING: una responsabilidad compartida

Hora: 18:30 Lugar: Centro Juvenil Sesiones: 1

PONENTES: **Beatriz Orts Cortés**, maestra y educadora social y **Silvia Vizcaíno Vicente**, psicóloga y educadora social, creadoras e impulsoras del proyecto de convivencia positiva “Tod@s somos importantes”.

SÍNTESIS: Dialogaremos sobre cómo acompañar y apoyar no solo a quienes sufren acoso, sino también a quienes lo ejercen y a quienes presencian estas situaciones sin intervenir. Asimismo, exploraremos el valor de una comunicación abierta, respetuosa y constante entre la familia y la escuela, entendiendo que el trabajo conjunto es esencial para construir relaciones más seguras, inclusivas y basadas en el respeto mutuo. Este enfoque colaborativo permite prevenir situaciones de violencia, promover la empatía y fortalecer el bienestar emocional de todos los estudiantes.



AJUNTAMENT de LA NUCIA
Regidoria de Joventut
Regidoria de Benestar Social

INSCRIPCIONES



CENTRE JUVENIL LA NUCIA
Avda. Marina Baixa, 8
03530 La Nucia (Alicante)
☎ 96 689 70 70 ☎ 697 112 643
✉ cj@lanucia.es



GENERALITAT
VALENCIANA

IVAJ Institut Valencià
de la Joventut

**xarxa
jove**

 **LA NUCÍA**
CIUDAD DEL DEPORTE