

## CONTEXTUALIZACIÓN

Vivir o convivir con la **espasticidad** no es fácil pero se puede aprender a convivir mejor con ella. Tanto las personas con espasticidad (niños y niñas, adolescentes o adultos) como su entorno más cercano tienen que enfrentarse día a día a las dificultades impuestas por la vida.

Asumir que la **espasticidad** va a ser una molesta compañera de viaje y que hay hechos y realidades que no vamos a poder cambiar no es sencillo. Eso sí, **siempre podemos elegir nuestra actitud ante ella.**

¿Tienes un hijo/a con espasticidad y te angustia su futuro?

¿Te sientes sobrepasado/a por las circunstancias?

¿Te gustaría poder ayudar a tu hijo/a a aceptar su espasticidad y sus circunstancias para que pueda ser más feliz?

¿Y a ti o a tu pareja? ¿Os gustaría poder convivir con su discapacidad con la mayor naturalidad posible?

¿Eres un adolescente con espasticidad y te sientes diferente?

¿Te sientes triste o excluido/a por tener discapacidad?

¿Te gustaría tener una vida social más activa?



ESTE PROYECTO ES POSIBLE  
GRACIAS A LAS BECAS HEALTH  
ACCESS GRANTS IMPULSADAS POR:



COLABORA

APOYA



COMITÉ ESPAÑOL  
DE REPRESENTANTES  
DE PERSONAS  
CON DISCAPACIDAD

PARTICIPA

Hospital Infantil Universitario  
Niño Jesús

COMENZAMOS  
EN OCTUBRE

PLAZAS  
LIMITADAS

¿Quieres participar en  
nuestra Escuela?

Escríbenos a:

[info@convivirconespasticidad.org](mailto:info@convivirconespasticidad.org)

Consulta fechas y horarios en:  
[www.convivirconespasticidad.org](http://www.convivirconespasticidad.org)



**ZonVives**  
con Espasticidad

ESCUELA DE  
AFRONTAMIENTO  
ACTIVO

para familias  
que conviven con  
espasticidad

COMENZAMOS  
EN OCTUBRE

PLAZAS  
LIMITADAS

Dirigido a padres y madres de:

Niños/as de 0 a 5 años

Niños/as de 6 a 11 años

Adolescentes de 12 a 17 años

y dirigido a adolescentes:

de 12 a 17 años



## OBJETIVO GENERAL

Potenciar las capacidades de cada persona y ofrecer herramientas para enfrentar las dificultades derivadas de la discapacidad de forma eficaz y positiva, para mejorar nuestro afrontamiento.

En definitiva,  
**cambiar nuestra actitud.**



## OBJETIVO ESPECÍFICOS

- 1 Crear un espacio de apoyo entre iguales: entre padres de niños/as y adolescentes con espasticidad, profesionales y los propios adolescentes. Un lugar donde se fomente una convivencia activa con la espasticidad.
- 2 Resolver las posibles dudas y temores de las personas que conviven con la espasticidad a través del acompañamiento.
- 3 Facilitar unas claves prácticas que promuevan la vida activa y el bienestar de los participantes.
- 4 Desarrollar las habilidades sociales para facilitar la inclusión.

## PROGRAMA

**1ª Sesión Informativa a los participantes de la escuela.** Tras esta sesión se realizará la 1ª Jornada Informativa (abierta al público en general) sobre los tratamientos.

### Padres y madres de niños/as de 0 a 5 años

- 1 La familia ante el diagnóstico: reacciones y reestructuración de roles.
- 2 Ansiedad, depresión e indefensión.
- 3 Tipos de familia y estilos de crianza ¿Cómo impacta en nuestros hijos/as?
- 4 Los hermanos/as de los niños/as con discapacidad.
- 5 Abordaje de retos educativos comunes y manejo de la disciplina: poniendo límites.
- 6 El juego como clave del desarrollo y la felicidad del niño/a.
- 7 Síndrome del cuidador/a: detección y prevención.
- 8 Relaciones de pareja y figuras familiares significativas.



### Padres y madres de niños/as de 6 a 11 años

- 1 Autoestima y autosuperación.
- 2 Ansiedad y depresión.
- 3 Tipos de familia y estilos de crianza ¿Cómo impacta en nuestros hijos/as?
- 4 Los hermanos/as de los niños/as con discapacidad.
- 5 El juego como clave del desarrollo feliz del niño/a.



- 6 Síndrome del cuidador/a: detección y prevención
- 7 Habilidades sociales y participación social.
- 8 Relaciones de pareja y figuras familiares significativas.

### Padres y madres de adolescentes de 12 a 17 años

- 1 Ansiedad y depresión.
- 2 Los hermanos/as de los niños/as con discapacidad.
- 3 Tipos de familia y estilos de crianza ¿Cómo impacta en nuestros hijos/as?
- 4 Aspectos psicológicos: transición a la vida adulta. Fomentar la autonomía.
- 5 La importancia de la participación social.
- 6 Síndrome del cuidador/a: detección y prevención.
- 7 Habilidades sociales y asertividad.
- 8 Relaciones de pareja y familiares.



### Adolescentes de 12 a 17 años

- 1 Autoestima, autosuperación, autoconcepto (2 jornadas).
- 2 Ansiedad y depresión.
- 3 Relación con hermanos/as.
- 4 Habilidades sociales y participación social (2 jornadas).
- 5 Vida activa (2 jornadas).