

# Índice

<b>Acerca de los autores</b> .....	09
<b>Agradecimientos</b> .....	11
<b>Prólogo</b> , de <i>Eduardo Bunge</i> .....	13
<b>Introducción</b> .....	15

## PARTE I

### Fundamentos para el diseño y la aplicación del PIPs-A

<b>1. Bases para una adolescencia saludable</b> .....	19
Características evolutivas de una etapa vital signada por el cambio ...	19
Desarrollo adolescente: elaboración de un guión personal .....	21
Diferentes perspectivas centradas en la salud.....	22
Intervenciones con adolescentes .....	25
<b>2. PIPs-A: Diseño y lógica del Programa de Intervención</b>	
<b>Psicosocial para Adolescentes</b> .....	29
¿Cómo surgió el PIPs-A?.....	29
Principios-guía del PIPs-A .....	30
1) <i>Afrontamiento adaptativo y uso de estrategias</i> <i>alternativas</i> .....	30
2) <i>Regulación emocional: identificación y manejo de las</i> <i>propias emociones</i> .....	32
3) <i>Comunicación y habilidades interpersonales</i> .....	33
4) <i>Desarrollo y afianzamiento de una autonomía</i> <i>responsable</i> .....	34
¿Cuáles son las características del PIPs-A? .....	35
<b>3. La experiencia PIPs-A: aplicación, evaluación y resultados</b> ...	41
Puesta en marcha de la propuesta.....	41
¿Cómo evaluamos el PIPs-A? .....	42

¿Qué resultados alcanzamos?.....	44
¿Dónde estamos y hacia dónde vamos?.....	45
A modo de cierre.....	46
<b>Bibliografía consultada.....</b>	<b>47</b>

## PARTE II

### Guía para los coordinadores. Pautas para la aplicación de PIPs-A

<b>Encuentro 1.</b> Presentación del Programa .....	53
<b>Encuentro 2.</b> ¿De qué se trata afrontar situaciones difíciles, nuevas, o que suponen cambios? .....	57
<b>Encuentro 3.</b> ¿Cómo afronto mis experiencias? .....	61
<b>Encuentro 4.</b> ¿Por qué es importante ocuparnos de las emociones? ...	63
<b>Encuentro 5.</b> ¿Cómo manejo mis emociones? .....	65
<b>Encuentro 6.</b> ¿En qué consiste la comunicación? .....	69
<b>Encuentro 7.</b> ¿Cómo me relaciono con los demás? .....	73
<b>Encuentro 8.</b> ¿De qué se trata ser adolescente hoy? .....	77
<b>Encuentro 9.</b> ¿Qué significa ser protagonista de mi vida? .....	79
<b>Encuentro 10.</b> Cierre del taller. Integración de contenidos .....	83
<b>Glosario.....</b>	<b>85</b>