

CaixaProinfancia



Aprender
juntos, crecer
en familia
Recordando lo
aprendido



Obra Social "la Caixa"

8

Aprender
juntos, crecer
en familia

Recordando lo
aprendido



A fin de evitar la repetición excesiva de dobles en el texto (niños y niñas, hijos e hijas, padres y madres, etc.) y agilizar su lectura, se ha optado por el masculino morfológico (género no marcado) que tiene valor genérico en las lenguas románicas. Este uso normativo es recomendable, dentro del marco de un lenguaje no sexista, en los casos de continua repetición de los mismos términos.

EDICIÓN:

Fundación Bancaria "la Caixa"

AUTORES:

Universidad de Barcelona

Pere Amorós

Núria Fuentes

Ainoa Mateos

Crescència Pastor

Universidad de La Laguna

M.^a José Rodrigo

Sonia Byrne

Universidad de Lleida

M.^a Àngels Balsells

Universidad de Las Palmas de Gran Canaria

Juan Carlos Martín

Mónica Guerra

DIRECCIÓN DEL PROYECTO

Pere Amorós (Universidad de Barcelona)

DISEÑO GRÁFICO:

Cèl·lula Acció Creativa, SL

ILUSTRACIONES:

Imma Itxart

CORRECCIÓN LINGÜÍSTICA:

Isidro Sánchez

TRADUCCIÓN:

Esther Barnet y Joaquim Obrador

IMPRESIÓN:

Milimétrica Producciones

© de la edición, Fundación Bancaria "la Caixa"

3ª Edición, 2016

Pl. Weyler, 3 – 07001 Palma

D. L.: B 13386-2016

Índice

Introducción 5

Sesiones para padres 9

Sesión 1: Oportunidades de mejora 10

Sesión 2: Los cambios producidos 13

Sesiones para hijos 18

Sesión 1: Cambios en positivo 20

Sesión 2: Opinamos 22

Sesiones para familias 28

Sesión 1: La familia evoluciona 30

Sesión 2: Aprender juntos, crecer en familia 33



Módulo 8

Recordando lo aprendido

Las actividades propuestas en los diferentes módulos tienen como finalidad la promoción de competencias que permitan el desarrollo autónomo de las familias. Los distintos módulos del programa han trabajado las necesidades de las familias: por un lado, con los padres; por otro, con los hijos; y por último, con el conjunto de la familia (padres e hijos).

Lo que se pretende con esta metodología es lograr una corresponsabilidad en la tarea educativa de los hijos. El objetivo del método se centra en la promoción de la parentalidad positiva. Para ello, se han trabajado los siguientes elementos de apoyo, con la finalidad de favorecer un conjunto de conductas positivas que procurarán el bienestar de los niños: 1) los vínculos afectivos en la familia, 2) las prácticas educativas, 3) la comunicación, 4) el contexto escolar: apoyo escolar, corresponsabilidad y uso de las tecnologías, 5) el tiempo de ocio y los recursos comunitarios y 6) afrontar los retos cotidianos.

El presente módulo tiene por objetivo reforzar y reflexionar, cuatro meses después de la participación en el programa, acerca de los elementos principales que facilitan la parentalidad positiva. Su finalidad es valorar si los cambios o los aprendizajes adquiridos durante

el desarrollo del programa se mantienen varios meses después de la participación en el mismo (cristalización del cambio). Se pretende también recoger información sobre el grado de satisfacción y conocer la valoración que hacen los participantes respecto al aprovechamiento de las actividades, tras la oportunidad de ponerlas en práctica en los meses posteriores a la realización del programa.

Módulo 8

Recordando lo aprendido

Objetivo general

Reforzar los aprendizajes para el desarrollo de la parentalidad positiva.

Evaluar la cristalización del cambio.

Competencias

Calidez y afecto en las relaciones.

Sensibilidad ante las necesidades infantiles. Percepción ajustada del rol de los hijos. Percepción ajustada del rol parental. Responsabilidad ante el bienestar de los hijos. Establecimiento de normas claras, razonadas y necesarias.

Control y supervisión del comportamiento infantil. Escucha activa.

Ajuste comportamental.

Implicación en la tarea educativa.

Estimulación y apoyo del aprendizaje de los hijos.

Estrategias para adquirir hábitos escolares y de higiene que fomenten la consecución de los logros académicos y la integración escolar.

Regulación del uso de las tecnologías. Estrategias de ocio compartido.

Sesiones

Padres:

- 1. Oportunidades de mejora.
- 2. Los cambios producidos.

Hijos:

- 1. Cambios en positivo
- 2. Opinamos

Familia:

- 1. La familia evoluciona.
- 2. Aprender juntos, crecer en familia





Sesiones para padres

Entre las necesidades de las personas, especialmente de los niños, se encuentran las relacionadas con el afecto. Las relaciones afectivas desempeñan un papel muy importante en su desarrollo.

La calidad de estos vínculos incide directamente en la autoestima y el autoconcepto. Para facilitar que los niños tengan valoraciones positivas de sí mismos (autoestima y autoconcepto), es importante que reciban afecto y valoraciones positivas de otras personas, especialmente de sus progenitores. Proporcionarles un entorno seguro y estable favorecerá su desarrollo positivo, y contribuirá a que se sientan queridos y aceptados por su entorno.

Es importante que los padres, como modelos de referencia, afronten las situaciones difíciles unidos en familia, con afecto y apoyándose entre sí.

La vida diaria está llena de estas situaciones complicadas, entre ellas, afrontar los retos educativos de los hijos. Las familias juegan un papel muy importante en dicha tarea educativa y requiere de la corresponsabilidad entre la escuela y el ámbito familiar, así como de la corresponsabilidad entre la pareja y entre los miembros de la familia.

Sesión 1

Oportunidades de mejora

Objetivos

Reflexionar sobre los cambios que se producen en los lazos afectivos con los hijos y sus implicaciones en la vida cotidiana.

Contenidos

Los lazos afectivos y el afrontamiento de las situaciones cotidianas.

Actividades

Actividad 1: Nuevos aprendizajes, nuevas relaciones.

Actividad 2: Afrontando el día a día.

Materiales y recursos:

USB "Eres mi modelo" (Módulo 1, sesión 2).

USB "Regulando las emociones" (Módulo 7, sesión 1)

Desarrollo de la sesión

Esta actividad está dedicada a la evaluación de los cambios producidos en lo que respecta a los lazos afectivos y cómo han afectado estos a la vida cotidiana. Para ello, se realizarán dos actividades en las que se repasarán los contenidos trabajados en el módulo 1 y en el módulo 7, con el fin de refrescar los aprendizajes realizados a lo largo del programa en lo que se refiere a la afectividad y al afrontamiento de las situaciones cotidianas. La finalidad de ambas actividades es ayudar a los participantes a reflexionar sobre aquellos elementos que han puesto en práctica a lo largo de estos meses.

Actividad 1

Nuevos aprendizajes, nuevas relaciones

Vídeo-foro

Trabajo en grupo

Trabajo por parejas (familia)

Discusión de grupo

30 minutos

a. Introducción

Se inicia la actividad agradeciendo la disposición de los participantes a que nos encontremos de nuevo y se les explica que, tras los meses transcurridos, seguramente han podido poner en práctica algunas de las orientaciones y reflexiones que se hicieron durante el curso. Ahora nos gustaría que, de una forma amena, recordásemos algunos de esos contenidos y orientaciones.

b. Desarrollo

ACTIVIDAD 1. PARTE 1

Para facilitar el recuerdo de lo aprendido en el módulo, se visualizará el vídeo "Eres mi modelo" (corresponde con el vídeo visionado en el módulo 1, sesión 2).

Para introducirlo, se explicará al grupo que visualizará un vídeo que ya vieron en las sesiones anteriores con una serie de secuencias que muestran la influencia de las relaciones afectivas en la familia sobre las relaciones que se establecen posteriormente con los iguales.

Se les indica que miren estas escenas y si ellos han podido incorporar algunas de estas situaciones en su vida cotidiana.

Orientaciones para la reflexión sobre el afecto:

- Es preciso valorar la importancia del afecto de los padres para ser comprensivos con las necesidades afectivas de los niños.
- Tanto la falta de afecto como la sobreprotección pueden no beneficiar a nuestros hijos.



- Fomentar relaciones de afecto positivas en la familia para lograr el desarrollo óptimo de todos los miembros que la componen.
- Los niños ponen en práctica con sus amigos y sus compañeros las formas de relacionarse observadas en los miembros de su familia.

Una vez repasados los elementos clave del módulo 1, la persona dinamizadora anota en unas cartulinas en forma de nube, algunos “recuerdas” relacionados con el módulo de vinculación afectiva. Se pueden escribir dos “recuerdas” de los que figuran en las orientaciones, así como proponer que los participantes recuerden otros, o bien recordándolos de alguna anécdota surgida durante la realización del módulo.

ACTIVIDAD 1. PARTE 2

Posteriormente, para promover la reflexión, el dinamizador les invitará a compartir sus reflexiones mediante una serie de preguntas que le permitirán valorar el proceso de cristalización de los aprendizajes recibidos

Orientaciones para la discusión de grupo:

- ¿Se han producido mejoras en la relación de afecto con vuestros hijos e hijas?
- ¿Qué elementos consideráis que han favorecido esas mejoras? ¿Qué otros han dificultado el cambio?
- Exponed algunos ejemplos
- ¿Qué podéis hacer para seguir mejorando a partir de ahora?

Se recomienda tomar nota en un documento o grabar en audio las aportaciones que surjan en la discusión del grupo (reflexión) para recoger evidencias de la cristalización de los cambios producidos tras la participación en el programa.

c. Conclusión

Para concluir la actividad, se señalará que es importante que continúen trabajando en la creación de vínculos afectivos estables y sanos con sus hijos para fomentar su desarrollo y autonomía.

La forma en la que los progenitores respondemos a las necesidades afectivas de nuestros hijos repercute directamente en su autoestima.

La relación que establecemos con nuestros hijos tiene una gran importancia en lo que ellos sienten y piensan de sí mismos.

Tanto la falta de afecto como la sobreprotección pueden influir negativamente en el desarrollo de nuestros hijos.

La forma en la que los miembros de la familia se relacionan es el primer modelo que siguen nuestros hijos a la hora de relacionarse.

Los niños ponen en práctica con sus amigos y compañeros las formas de relacionarse observadas en los miembros de su familia.

Debemos implicar a nuestros hijos en las decisiones cotidianas para lo cual debemos escuchar lo que ellos tienen que decir porque son una parte importante de la familia.

Actividad 2

Afrontando el día a día

Vídeo-foro

Trabajo en grupo

Trabajo por parejas (familia)

Discusión de grupo.

30 minutos

a. Introducción

Se introduce la actividad explicando que del mismo modo que en la anterior, se iniciará la actividad repasando lo aprendido a lo largo del módulo 7 en el que trabajaron algunos aspectos importantes para afrontar los retos cotidianos que se presentan en la vida familiar.

b. Desarrollo

ACTIVIDAD 2. PARTE 1

Para facilitar el recuerdo de lo aprendido en el módulo, se visualizará el vídeo "Regulando las emociones" (corresponde con el vídeo visionado en el módulo 7, sesión 1).

Para introducirlo se explicará al grupo que en esta actividad se presentan a los participantes una serie de vídeos en los que los padres regulan de diferentes formas las emociones negativas de sus hijos:

Vídeo 1

Esta estrategia consiste en ignorar las emociones negativas y tratar de reemplazarlas por otras positivas. Con este método, la niña no es consciente de lo que ha sentido, sino que simplemente la madre la distrae del hecho. No es tan negativa como otras situaciones, pero sólo es correcta cuando el disgusto es muy grande y la madre siente que debe aligerar un poco la tensión antes de volver a considerar la emoción.

Vídeo 2

Esta estrategia consiste en que los progenitores rechazan las emociones negativas de los menores y las desapruaban. Esta estrategia no permite que los

niños muestren sus emociones y aprendan a reconocerlas como primer paso para poder controlarlas.

Vídeo 3

Esta estrategia se propone promover la expresión controlada de las emociones negativas, proporcionándole una guía al niño y siendo empático con él. Es una estrategia muy adecuada.

Vídeo 4

La presente estrategia deja que el niño exprese sus emociones, pero sin proporcionarle guía ni control. Es un método muy inadecuado porque el niño se deja embargar por sus estados emocionales y no sabe controlarlos.

Posteriormente, se concluye el visionado del vídeo rescatando algunas ideas clave sobre el afrontamiento del estrés:

- Las pequeñas dificultades y complicaciones cotidianas pueden llegar a generar mucho estrés y malestar en la familia.
- Los sentimientos negativos que se generan ante las situaciones estresantes pueden aumentar aún más el nivel de estrés que sentimos. Si somos capaces de transformar los sentimientos negativos por sentimientos positivos, entonces podemos reducir la sensación de estrés que nos producen determinadas situaciones y afrontarlas de una manera más efectiva.
- Los padres debemos ayudar a nuestros hijos a identificar y analizar las emociones negativas que sienten en determinados momentos, ya que esta es la mejor manera de afrontarlas.
- A través del análisis de las emociones negativas que sienten nuestros hijos, podemos ayudarles a encontrar la mejor manera de afrontarlas y superarlas.

Una vez repasados los elementos clave, la persona dinamizadora anota en unas cartulinas en forma de nube, algunos "recuerdas" relacionados con el

manejo de las situaciones de estrés, y se propone a los participantes que recuerden otros. Se les puede ayudar a recuperar los recuerdos señalando alguna anécdota surgida durante la realización del módulo.

ACTIVIDAD 2. PARTE 2

A partir de las aportaciones del grupo, el dinamizador les invitará a compartir sus reflexiones mediante una serie de preguntas que le permitirán valorar el proceso de cristalización de los aprendizajes recibidos.

Orientaciones para la discusión de grupo:

- ¿Qué tipo de mejoras habéis detectado en la manera de afrontar las situaciones de estrés?
- ¿Qué elementos han favorecido esas mejoras?
¿Qué otros han dificultado el cambio?
- De los aprendizajes sobre el manejo del estrés, ¿qué habéis podido aplicar en mayor medida?
Exponed algunos ejemplos.
- ¿Qué podéis hacer para continuar mejorando a partir de ahora?

Se recomienda tomar nota de la discusión de grupo. Para ello, el dinamizador cuenta con la ficha resumen 8.2. para sintetizar las aportaciones del grupo y recoger las evidencias evaluativas. Si es posible se grabará en audio la discusión de grupo.

c. Conclusión

Para concluir la actividad y la sesión, se señalará que es importante que continúen trabajando en la creación de vínculos afectivos estables y sanos con sus hijos para fomentar su desarrollo y autonomía. Se añadirá que aunque la vida cotidiana está llena de situaciones difíciles, si creemos que podemos manejar las situaciones y afrontarlas de forma positiva, facilitaremos que ese cambio sea posible. No podemos evitar el acecho de las dificultades diarias, pero sí podemos cambiar cómo las afrontamos, evitando que influyan en nuestra familia con sentimientos negativos que afecten a la estabilidad familiar.

Sesión 2

Los cambios producidos

Objetivos

Valorar el afrontamiento de las tareas educativas y la coordinación con el contexto escolar.

Contenidos

La creación de normas, el seguimiento y la supervisión educativa.

Actividades

Actividad 1: Compromiso educativo.

Actividad 2: El uso de las TIC.

Materiales y recursos

USB "Todos juntos es más fácil" (módulo 2, sesión 2).

USB "Mi familia y las nuevas tecnologías" (módulo 5, sesión 2).

Desarrollo de la sesión

La segunda sesión se destina a evaluar los cambios producidos en lo que respecta a las tareas educativas (establecer normas y límites, la corresponsabilidad educativa, etc.) y la coordinación con el contexto escolar.

Para ello, se realizarán dos actividades, una primera en la que se repasarán los contenidos trabajados en el módulo 2 (prácticas educativas) y otra que repasará los contenidos del módulo 5 (contexto escolar, corresponsabilidad en el apoyo a los hijos, gestión del uso de las tecnologías, etc.) con el objeto de poder recuperar los aprendizajes adquiridos a lo largo del programa y reflexionar sobre los cambios relacionados con las tareas educativas y el uso de las TIC: cómo ha evolucionado el proceso de poner normas, la negociación de éstas, la supervisión de su cumplimiento, etc..

Actividad 1

Compromiso educativo

Vídeo-foro

Trabajo en grupo y en pareja

30 minutos.

a. Introducción

Se inicia la actividad agradeciendo a los participantes la asistencia. Se les explica que, en esta sesión van a recordar algunos de los contenidos y orientaciones que se trabajaron, hace unos meses, en el programa respecto a la creación de normas, el seguimiento y la supervisión educativa.

b. Desarrollo

ACTIVIDAD 1. PARTE 1

Para facilitar el recuerdo de lo aprendido en el módulo 1, se visualizará el vídeo de testimonios "Todos juntos es más fácil".

Para introducirlo, se explicará al grupo que el vídeo es el que ya visionaron en el módulo 2 y que en él aparecen testimonios de familias que explican sus experiencias relacionadas con la educación de sus hijos y cómo han conseguido establecer mecanismos para crear un buen clima, con unas normas aceptadas y seguidas por todos. Se trata de testimonios que muestran diferentes maneras de establecer normas y de realizar su seguimiento; son normas y límites relacionados con la organización de la vida doméstica, con las actividades escolares y extraescolares, así como con los hábitos de autonomía.

Antes del visionado del vídeo se plantean algunos elementos en los que los participantes deben fijar su atención para recordar lo que ya trabajaron en el módulo 2 durante el programa:

- Las normas incluidas en los testimonios, ¿sobre qué cuestiones se han establecido? ¿Son necesarias?
- ¿Han participado los hijos en el establecimiento de las normas? ¿Cómo lo han hecho?

- ¿Qué método se sigue para comprobar que las normas se respetan?
- ¿Qué ocurre cuando la norma no se cumple? ¿Saben los niños qué pasará si no se respeta la norma?

Una vez visualizado, el dinamizador rescata algunas de las ideas clave que aparecen en el vídeo y que trabajaron en el módulo 2 para facilitar así que el grupo de participantes recuerde lo que han aprendido. Se puede utilizar una diapositiva para acompañar las ideas que se presentan:

Orientaciones para la reflexión sobre prácticas educativas:

- Algunas normas se pueden decidir entre todos escuchando la opinión y las razones de nuestros hijos. Pero no se trata de que "manden ellos".
- Los padres mantienen su autoridad escuchando, hablando, interesándose, apoyando y mostrando afecto a los niños.
- Una reunión familiar es una buena manera de que los miembros de la familia tengan una agradable conversación y compartan un tiempo para decidir cosas conjuntamente.
- Compartir las decisiones en familia es muy importante para que nuestros hijos sean cada vez más responsables y participativos.

ACTIVIDAD 1. PARTE 2

La dinámica de esta actividad es la misma que la de la primera actividad de la sesión 1 de padres: mediante unas cartulinas se repasan los "recuerdas" más significativos sobre las prácticas educativas.

- ¿Se han producido mejoras en la creación de normas o pautas educativas con vuestros hijos e hijas?
- ¿Qué elementos han favorecido estas mejoras? ¿Qué elementos han dificultado el cambio en las pautas educativas?
- En el proceso de cambio respecto a la creación



- de normas ¿han participado los niños y niñas?
¿Cómo se ha gestionado (hablado, consensua-
do, etc.) con la pareja? Exponednos ejemplos.
— ¿Qué os gustaría hacer para seguir mejorando?

Por último, se realiza la puesta en común. Para ello, se pide a los grupos que comenten algunas de estas preguntas con el resto del grupo. Se recomienda grabar en audio la discusión y recoger las anotaciones en papel de los grupos en caso que se realicen anotaciones escritas.

El dinamizador sintetizará la discusión de grupo en la ficha resumen 7.3 con el fin de recabar evidencias evaluativas de la cristalización de los cambios producidos tras participar en el programa.

c. Conclusión

Para concluir, se destacan algunos elementos importantes para establecer pautas educativas desde la corresponsabilidad y el fomento del vínculo entre la familia y el contexto educativo:

- Es importante que los padres muestren compromiso con los temas escolares.
- Es necesario fijar normas y límites para garantizar el funcionamiento familiar.

Se debe promocionar la corresponsabilidad en las pautas educativa para que todos y todas puedan aportar su opinión.

Actividad 2

El uso de las TIC

Vídeo foro

Trabajo en grupo y en pareja

30 minutos

Introducción

Esta actividad está dedicada a recordar el trabajo realizado en el programa respecto a la coordinación con el contexto educativo y a la gestión del uso de las TIC (Módulo 5).

Desarrollo

ACTIVIDAD 2. PARTE 1

Para facilitar el recuerdo de lo aprendido en el módulo 5, se visualizará el vídeo de testimonios “Mi familia y las nuevas tecnologías”.

Para introducirlo, se explicará al grupo que el vídeo que visualizarán corresponde al que trabajaron en el módulo 5 sobre las nuevas tecnologías.

En el vídeo aparecen testimonios de diferentes familias, que explican en su caso qué TIC usan sus hijos, en qué les ayudan estas TIC y en qué les perjudican. Además, los testimonios explican qué han hecho para que les ayude, y si ha habido problemas comentan cómo los han resuelto.

Se indicará al grupo que presten especial atención a:

- ¿Qué tipo de tecnologías se utilizan más?
- ¿Cómo las utilizan?
- ¿Cómo han resuelto los conflictos que se derivan de ella?
- ¿Ha requerido la coordinación con la escuela?

Una vez visualizado el vídeo, el dinamizador rescata algunas de las ideas claves que aparecen en éste y que han trabajado durante el módulo 5, con el fin de facilitar el recuerdo de lo aprendido durante el programa. Se puede utilizar una diapositiva como herramienta de soporte para

esta parte de la actividad. Algunas de las ideas claves del módulo 5 son:

- La comunicación entre padres y docentes es fundamental para acompañar el proceso educativo de nuestros hijos.
Hablar con el profesorado de nuestros hijos e hijas nos mantiene informados acerca de sus avances, sus progresos, sus necesidades y nos ayuda también a compartir dudas y encontrar soluciones conjuntas a los problemas que identificamos.
- Para que la comunicación entre familia y escuela sea fluida es fundamental confiar en la tarea que desarrolla el profesorado y en la ayuda que nos puede proporcionar.
- Encargarse de la educación de los hijos es responsabilidad tanto de los padres como de las madres u otros tutores.
- Los recursos tecnológicos forman parte de la sociedad actual del conocimiento y son una herramienta más para el aprendizaje y la socialización de los menores.
- En ocasiones, los niños necesitan para su aprendizaje recursos tecnológicos que no tenemos en el hogar, pero sabemos que existen lugares públicos donde pueden utilizarlos.
- Si queremos que las TIC sean una oportunidad y no una amenaza para nuestros hijos tenemos que supervisar y regular el uso que hacen de ellas promoviendo que éste sea responsable.
- Los contenidos que consultan deben supervisarse y seleccionarse teniendo en cuenta la edad del niño o la niña

ACTIVIDAD 2. PARTE 2

La dinámica se pone en práctica de la misma forma que en el ejercicio de la sesión anterior: Por medio de unas cartulinas se repasan los “recuerdas” más significativos sobre las prácticas educativas.

Con el fin de valorar los cambios producidos tras participar en el programa respecto a la corres-

ponsabilidad educativa se pedirá que reflexionen (si es posible, tomarán nota) sobre:

- ¿Se han producido mejoras en el uso de las TIC en casa?
- Qué elementos han favorecido esas mejoras? ¿Qué otros han dificultado el cambio?
- De los aprendizajes sobre el uso de las TIC ¿se han establecido pautas educativas sobre el uso de las TIC? ¿Qué tipo de normas o límites se han fijado?
- ¿Se ha requerido el trabajo conjunto o coordinado con la escuela para la aplicación de las normas de uso de las TIC? Contadnos ejemplos
- ¿Qué podéis hacer para seguir mejorando respecto a la regulación del uso de las TIC?

Si han tomado nota de la reflexión individual o en pareja, se recogerán para reunir más evidencias evaluativas de los cambios realizados durante estos meses.

Posteriormente, se realizará la puesta en común y reflexión con todo el grupo. Si es posible, se tomará nota o se grabará en audio la discusión de grupo para disponer de evidencias evaluativas sobre la cristalización del cambio tras la participación en el programa.

Conclusión

Para concluir se destacan algunos elementos importantes como cierre de la sesión:

Es importante que los padres se impliquen en el uso que hacen sus hijos y su familia de las TIC, que lo supervisen y lo regulen. De esta forma conseguimos que estas tecnologías se conviertan en una oportunidad y no en una amenaza. Es fundamental que tengan claro:

- Dónde encontrar los recursos si los necesitan.
- La necesidad de controlar y supervisar los contenidos.
- La necesidad de regular el uso en pro de un uso responsable.



Sesiones para hijos

Entre las necesidades básicas de los niños, se encuentra la necesidad de afecto. Todos tenemos esta necesidad, aunque, en ocasiones, no es fácil expresarla. Cuando uno no se siente valorado por los demás, se puede generar una autovaloración negativa. Sin embargo, si los otros te muestran afecto y te valoran, esto repercute positivamente en la valoración que uno hace de sí mismo y, por lo tanto, afecta positivamente a la construcción del autoconcepto y la autoestima.

El hecho de que no se perciban estas demostraciones de afecto entre los miembros de la familia o con los amigos y las amigas, no significa que no nos quieran, sino que, en ocasiones, es difícil transmitir e interpretar el afecto.

Además del afecto, hay otras necesidades que contribuyen a hacer que nos sintamos bien o mal. La vida cotidiana está llena de situaciones positivas, pero también encontramos problemas diarios que debemos afrontar. Para afrontarlos, es necesario identificar las habilidades personales que nos permitirán hacer frente al problema, pero también podemos recurrir a las personas próximas que nos pueden ayudar ante un problema: la familia y la escuela.

Además del afecto y de las situaciones de estrés cotidianas, a lo largo del programa se han trabajado otros elementos que se abordarán en este módulo: las pautas educativas y el contexto escolar.

Los niños deben participar de forma corresponsable en su proceso educativo y transmitir sus opiniones en las decisiones que les afectan. Para ello, es necesario desarrollar habilidades que les ayuden a expresar de forma asertiva las opiniones basadas en razonamientos y en motivos justificados, así como aprender a aceptar las opiniones razonadas de los padres. Por último, hay que señalar la necesidad de que los niños adquieran hábitos educativos y de higiene para lograr una plena integración escolar, social y familiar.



Sesión 1

Cambios en positivo

Objetivos

Valorar la evolución de los vínculos afectivos con los padres.

Contenidos

La importancia de los vínculos afectivos en el día a día.

Actividades

Actividad 1: ¡Doce abrazos para ser feliz!

Desarrollo de la sesión

La primera actividad está dedicada a valorar los cambios producidos en las demostraciones de afecto y cómo éstas han contribuido a la vida cotidiana. Se pretende mediante un juego que desarrolla la capacidad de expresión de las emociones y los sentimientos, que puedan relacionarse de forma positiva con sus padres y viceversa (Actividad 1. Parte 1). Después del juego, se retoma la actividad con la discusión de grupo para valorar los cambios producidos en los lazos afectivos después de la participación en el programa (Actividad 1. Parte 2).

Actividad 1

¡Doce abrazos para ser feliz!

Trabajo en grupo (juego)

Discusión de grupo.

60 minutos.

a. Introducción

Se introduce la actividad explicando que se va a iniciar un juego sobre sentimientos y emociones. El dinamizador les recuerda que en el programa trabajaron:

- La necesidad de crear relaciones de afecto estables y sanas, entre padres e hijos para Lograr el crecimiento positivo de los miembros de la familia.
- La importancia de transmitir a otras personas nuestros sentimientos hacia ellas.
- Las expresiones de afecto de los padres y los hijos.

Para realizar el recordatorio de lo trabajado, se pueden utilizar anécdotas que permitan a los niños y niñas recordar lo aprendido respecto a la importancia del afecto. Por ejemplo, se puede recordar que seleccionaron unas fichas con dibujos que representaban diferentes cosas que los padres hacen por ellos, como por ejemplo, jugar, cuidarlos cuando están enfermos, acompañarles al cole, etc.

b. Desarrollo

ACTIVIDAD 1. PARTE 1 (50 minutos)

Para realizar el juego, la persona dinamizadora explica al grupo que van a hacer una actividad sobre las demostraciones de afecto. Se facilita a cada niño 5 o 6 tarjetas adhesivas (pos-it), donde tienen que escribir una frase que les gustaría que les dijese o que a ellos les gustaría decir (si no saben escribir, se podrá realizar un dibujo o pedir a un compañero que le ayude a escribir lo

que desea). Cada participante tiene que escribir una frase de afecto en cada tarjeta adhesiva. Se les concede unos minutos para que puedan pensar las frases y anotarlas. Si los niños pequeños tienen dificultad en inventarse frases se les pueden sugerir algunos ejemplos.

- Ejemplos de frases de afecto: “te quiero”; “te extraño”; “te aprecio”; “me gustas”; “vales mucho”; “eres el mejor”; “eres muy inteligente”; “eres muy simpático”; “me gusta ser tu amigo”; “hay pocos como tú”; “con cariño para ti”; “te llevo siempre en mi recuerdo”; “siempre pienso en ti”; “eres un buen amigo”; “eres una joya”, etc.

Después de que hayan escrito algunas frases, se les explica que el juego consiste en desplazarse por la sala al ritmo de la música con los ojos vendados. Cuando la música pare, tienen que enganchar una tarjeta con una frase afectuosa al miembro del grupo que tengan más cerca. En respuesta a su frase de afecto, recibirá otra de esa misma persona a la que le enganchó su tarjeta ya que ambas estarán una al lado de la otra. En el momento en el que se intercambian las respectivas frases de afecto, antes de leerlas deberán palparse (con los ojos vendados) y averiguar la identidad de la persona a la que le han regalado una demostración de afecto (tarjeta adhesiva con la frase) y viceversa. Una vez que ambos niños se han palpado y han averiguado quién es quién, se leerán alternativamente la tarjeta con su demostración de afecto (frase) y se darán un abrazo (si las tarjetas se caen al bailar, pueden guardarlas en las manos durante el juego). Todos recibirán y darán frases de afecto y abrazos a los miembros del grupo; así, se evita que alguien pueda sentirse excluido por no recibir alguna frase afectuosa.

Si realizan la actividad de forma muy rápida, se les pueden facilitar algunas tarjetas adhesivas extras para permitirles unos minutos más de juego.

Una vez acabada la actividad, se propone a los participantes que se sienten en círculo con sus tarjetas de “afecto y cariño” y se les pregunta:

- ¿Qué sensación os ha provocado escuchar las frases afectuosas de vuestros compañeros? (por ejemplo, alegría, bienestar, confort, etc.)
- ¿Os afecta como personas el trato que otros tienen hacia vosotros?

Para que puedan expresar estas emociones se dejan unos minutos, ya que el tema se reanuda en la última parte de esta actividad: la discusión de grupo.

ACTIVIDAD 1. PARTE 2 (10 minutos)

La segunda parte de la actividad consiste en provocar una discusión de grupo a partir de la actividad de los abrazos. Esta discusión de grupo tiene por objeto conocer qué cambios se han producido, a partir del programa, en la relación con sus progenitores:

- ¿Creéis que expresáis más afecto a vuestros padres y madres a partir del programa? Exponed algunos ejemplos.
- ¿Cómo podéis mejorar la relación con vuestros padres y madres? Poned ejemplos de lo que podéis hacer a partir de ahora.
- ¿Cómo podéis mejorar vuestras relaciones afectivas con otras personas? Dad ejemplos de lo que podéis hacer a partir de ahora

A partir de estas preguntas, se puede reflexionar acerca de si ha habido mejoras en la expresión afectiva de los niños participantes en el programa cuatro meses después de la intervención. Si fuera posible, se grabará la discusión de grupo en audio.

Recomendamos que la persona dinamizadora (durante la sesión o al finalizar la misma) resuma las aportaciones de los chicos en un documento para recabar las evidencias evaluativas sobre la cristalización del cambio.

c. Conclusión

Para finalizar la actividad, se puede concluir, en un lenguaje cercano a los niños, con las siguientes ideas:

- La importancia de relacionarse con cariño y afecto con otras personas, especialmente con los padres.
- El trato positivo de otras personas hacia nosotros nos transmite bienestar, confort y sentimientos positivos.

Se suele decir que necesitamos doce abrazos para crecer y ser felices. Gánatelos y regálalos; ¡busca tu felicidad y la de otras personas!

Sesión 2

Opinamos

Objetivos

Valorar la implicación de los hijos e hijas en la vida cotidiana.

Contenidos

La plena participación en el medio escolar y familiar.

Actividades

Actividad 1: Yo también decido

Actividad 2: Implicados en casa y en la escuela.

Materiales y recursos:

USB Historia animada “Modelos extraños” (módulo 2, sesión 2)

Desarrollo de la sesión

La segunda sesión se centra en la valoración de la implicación de los hijos e hijas en la vida cotidiana.

La primera actividad se destina al trabajo relacionado con la comunicación y la participación en la vida familiar. La segunda actividad tiene como finalidad detectar las fortalezas y las debilidades que han experimentado los niños tras participar en el programa para participar de forma activa en la dinámica familiar.

Actividad 1

Yo también decido

Historia animada.
30 minutos.

a. Introducción

La primera actividad se destina a facilitar el recuerdo de lo aprendido durante el módulo 2 (“Educar a nuestros hijos”).

Una habilidad necesaria para poder participar en la toma de decisiones es la capacidad de escucha activa, para poder negociar y llegar a acuerdos con las otras personas. Para facilitar que los niños recuerden qué trabajaron respecto a esta habilidad de escucha activa y negociación de acuerdos, se visualizará la historia animada “Modelos extraños” del módulo 2, sesión 2.

b. Desarrollo

ACTIVIDAD 1. PARTE 1 (10 minutos)

Se explica al grupo que van a visualizar la historia de Frisk, aquel extraterrestre que conocieron en una sesión del programa, que llegó a casa de la familia Laura y se comportaba de una forma muy extraña (¿Recordáis que no sabían qué darle de comer, que pintaba las paredes, etc.?). Como el vídeo es cortito se puede pasar dos veces.

Se pedirá que presten especial atención a la historia que van a ver, y que traten de recordar qué aprendieron aquel día, por ejemplo, cómo debemos pedir las cosas, la importancia de expresarnos de forma correcta para que los demás puedan entender nuestras necesidades; lo importante de negociar en lugar de imponer nuestras necesidades, etc. Es muy importante que la persona dinamizadora les facilite estos elementos clave para que ellos, puedan relacionar lo aprendido en el programa con el visionado de la historia, enriqueciéndola con el paso del tiempo.

Cuando finaliza la historia, de una forma rápida (no se trata de entrar en un debate profundo, como pudiera darse en el módulo 2, sino de recor-

dar lo aprendido) se apela al recuerdo mediante algunas preguntas como las siguientes: ¿Se ha integrado Frisk? ¿Escucha a los demás?

ACTIVIDAD 2. PARTE 2 (20 minutos)

Se pedirá al grupo que formen dos círculos, uno dentro del otro de manera que las personas del círculo interior miren hacia el exterior y las personas del círculo exterior miren hacia el interior. Así, cada participante coincidirá cara a cara con otra persona.

Se indicará a los niños que las personas del círculo exterior formularán preguntas a las personas del interior. Estas preguntas tienen que ser relacionadas con la forma en que pedimos las cosas en casa, cómo las pedimos, cómo nos comunicamos, etc. Para facilitar la comprensión del juego, será preciso facilitar ejemplos como los siguientes:

¿Cómo pides a tus padres poder jugar un rato más a la play?; ¿Cómo les preguntas a tus padres si te pueden ayudar con los deberes? ¿Cómo pides a tus padres si puedes quedarte un rato más jugando en la calle con tus amigos?

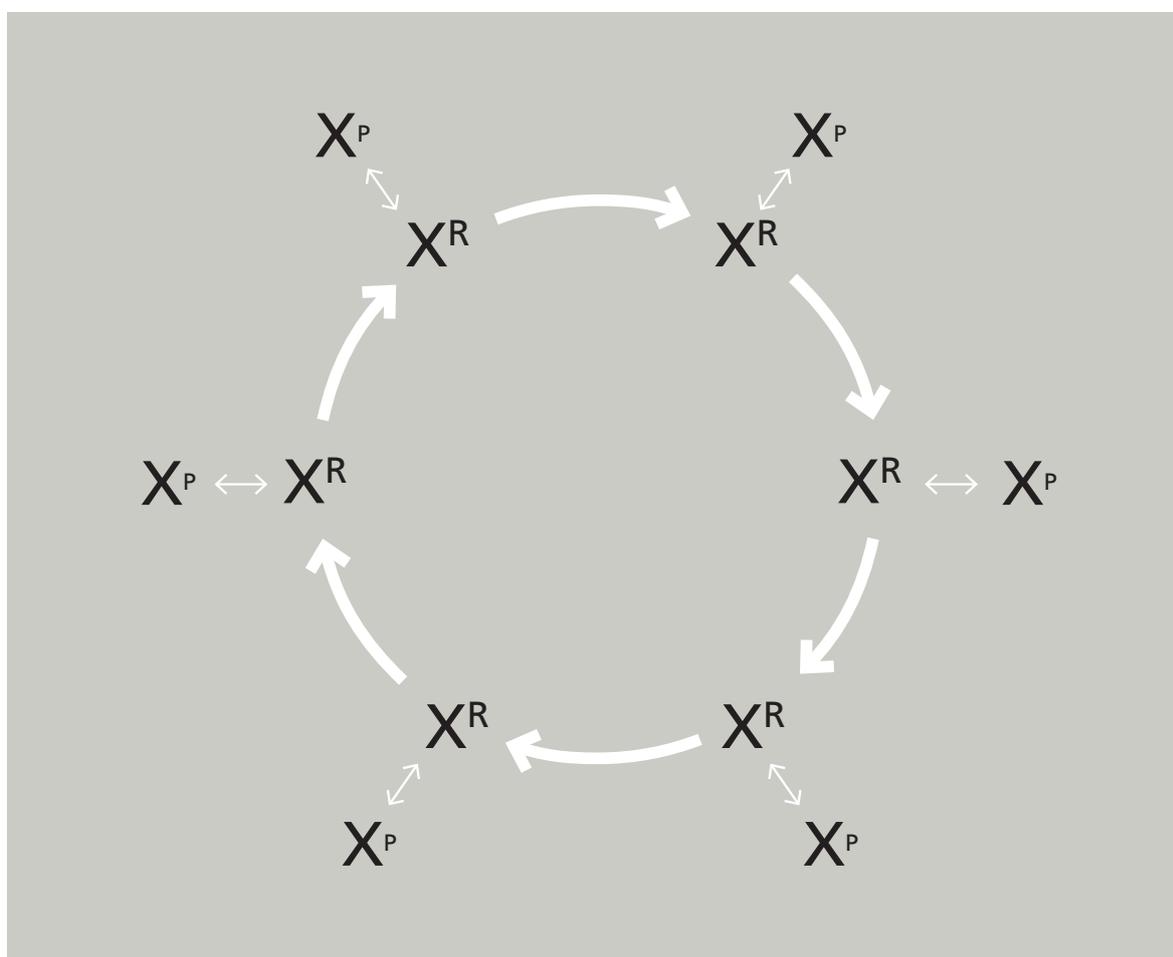
La persona del círculo interior responderá a la pregunta explicando cómo pide las cosas, cómo actúa, etc. Si a la persona que formuló la pregunta le parece que su compañero utiliza una estrategia asertiva se intercambiará el lugar con la persona a la que preguntó (el niño del exterior pasa al círculo interior, y el del interior al círculo exterior). Es importante indicar a los participantes que deben dar respuestas con argumentos para que su compañero pueda decidir si su estrategia es adecuada o no y si le cambia el puesto en el círculo (si los que han respondido aceptan el cambio, en la siguiente ronda de preguntas serán ellos quienes las formulen). Además, para incentivar un poquito más el juego se dirá a los niños que recuerden cuántas veces su compañero le ha intercambiado el lugar porque ha valorado positivamente su forma de expresarse: cuantas más veces acepten el cambio, significa que más asertivos han sido en sus actuaciones!

Cada vez que se formula una pregunta-respuesta (en cada pareja respectivamente), se intercambian o no su posición, el círculo interior avanzará una posición en el sentido de las agujas del reloj. De este modo, se formarán nuevas parejas y se podrá repetir el proceso: la persona del círculo exterior formula una pregunta y la del interior responde. Todos podrán preguntar y responder, ya que cuando se valora positivamente una estrategia de nuestra pareja en el juego, se intercambia la posición (del interior al exterior). Los movimientos que se pueden dar de los participantes, durante el juego, se recogen en la siguiente figura:

c. Conclusión

Se concluye la actividad resaltando la importancia de que para ser escuchados, primero tenemos que escuchar nosotros. Sin esta habilidad no se puede participar en la vida familiar ni escolar y de ahí que sea preciso que lo recordemos siempre y que lo apliquemos en nuestro día a día.

Para poder participar en la toma de decisiones, no es suficiente con dar nuestra opinión, sino que también hay que dejar que todo el mundo se exprese y además respetar las ideas de los demás, aunque sean muy diferentes a las nuestras. Tenemos que argumentar nuestras respuestas y buscar estrategias para expresarnos de forma adecuada y sin faltar al respeto a los demás.



Actividad 2

Implicados en casa y en la escuela

Trabajo en gran grupo: la pared que habla.
30 minutos.

a. Introducción

La segunda actividad se centra en la valoración de las fortalezas y las debilidades para la implicación y la participación activa en la gestión de la vida familiar y/o escolar.

Se introduce la actividad recordando algunos de los temas que se trabajaron respecto a la corresponsabilidad en las decisiones de la familia y la escuela. Orientaciones para la persona dinamizadora:

- Las dificultades y las oportunidades que ofrece el contexto escolar.
- Los hábitos básicos que ayudan a la integración escolar.
- La expresión adecuada de argumentos.
- La aceptación de las opiniones y los puntos de vista distintos.

b. Desarrollo

ACTIVIDAD 1. PARTE 1

Antes del inicio de la actividad, la persona dinamizadora preparará el espacio de trabajo. Se empalearán las cuatro paredes con papel de mural y en cada uno habrá una pregunta relacionada con las cuestiones personales que dificultan intervenir en las decisiones (debilidades), los elementos personales que facilitan la intervención (fortalezas), los elementos externos que dificultan la participación (amenazas); y los elementos externos que facilitan la participación (oportunidades). A continuación, se muestran las preguntas que debe contener cada mural:

MURAL 1: PARTICIPO MÁS PORQUE...

¿Qué rasgos o actitudes facilitan que podáis intervenir en las decisiones familiares (normas, pactar uso de juegos, etc.)? ¿Y en la escuela?

— Ejemplos: pregunto el porqué de una norma, intento negociarla, propongo alternativas, etc.

MURAL 2: PARTICIPO MENOS PORQUE...

¿Qué rasgos o actitudes (forma de ser, carácter, etc.) dificultan que podáis participar en las decisiones familiares (normas, pactar uso de juegos, etc.)? ¿Y en la escuela?

— Ejemplos: no me atrevo a proponer alternativas, no sé cómo argumentar mis opiniones, etc.

MURAL 3: PARTICIPO CON PAPÁ Y MAMÁ EN...

¿Qué características de vuestros padres facilitan que podáis participar de forma activa en casa? ¿Y en la escuela?

— Ejemplos: dialogan con nosotros, se acuerda en familia, etc.

MURAL 4: NO PARTICIPO CON PAPÁ Y MAMÁ EN...

¿Qué características de vuestros padres dificultan que podáis participar de forma activa en casa? ¿Y en la escuela?

— Ejemplos: no dialogan con nosotros, no nos permiten que opinemos, etc.

Se explicará que en cada pared hay un mural. En ellos encuentran algunas preguntas que deben ser respondidas entre todos. Para facilitarles la actividad, la persona dinamizadora leerá todos los murales y explicará, con ejemplos, qué tienen que responder ante cada mural. Se les recordará que deben anotar los elementos que facilitan lo que ha mejorado en los últimos meses para que puedan participar en la familia y en la escuela. En las preguntas de elementos que dificultan su participación, deben anotar los que continúan sin cambios y que no facilitan su participación.

Cada participante puede responder a las preguntas y murales que quiera. Para ello, disponen de rotuladores y pinturas. Pueden anotar sus respuestas de forma divertida, con colores y pinturas. No es necesario que contesten los murales

por orden, sino que cada uno puede ir al mural que más le apetezca. Es importante que los participantes entiendan las preguntas de cada mural.

ACTIVIDAD 1. PARTE 2

Después de haber escrito en los murales, se realizará una breve puesta en común de la actividad.

Para ello, se proponen las siguientes preguntas:

- ¿Creéis que a partir del programa habéis participado más en casa? Poned algunos ejemplos de vuestra participación en casa
- ¿Qué dificultades habéis tenido para participar más en casa? Contadnos ejemplos de lo que podéis hacer a partir de ahora para mejorar
- ¿Creéis que a partir del programa habéis participado más en la escuela? Podéis usar algunos ejemplos de vuestra participación en la escuela.
- ¿Qué dificultades has tenido para participar más en la escuela? Contadnos ejemplos de lo que podéis hacer para mejorar

Estas preguntas permitirán reflexionar sobre la mejora o no de la realidad de los niños y las niñas participantes en la sesión.

Recomendamos que la persona dinamizadora (durante la sesión o al finalizar la misma) resuma las aportaciones de los chicos en un documento para recabar las evidencias evaluativas sobre la cristalización del cambio.

c. Conclusión

La actividad concluye recordando a todos que para participar en la gestión de la vida familiar (normas, ocio, uso de tecnologías, etc.) y escolar (mejorar relaciones con el profesorado, alumnado, etc.), es necesario entrenar las habilidades sociales y comunicativas: expresar las cosas de forma asertiva, no imponer opiniones, sino argumentarlas y debatirlas, pedir ayuda cuando se necesita, mostrar nuestros sentimientos, compartir nuestras necesidades, buscar soluciones, etc.



Sesiones para familias

Para afrontar las situaciones complejas del día a día y los conflictos que se generan en el intercambio de opiniones e intereses con otras personas, se requiere el uso de habilidades comunicativas que permitan la resolución asertiva de conflictos.

La comunicación es un elemento que condiciona el funcionamiento de la vida familiar, al regular las interacciones que en ella se producen. Establecer buenos niveles de comunicación entre los padres y los hijos facilita el conocimiento y el encuentro personal entre los miembros de la familia.

Otro factor que facilita el conocimiento familiar es compartir el tiempo de ocio juntos. El juego está presente en todas las culturas y en todas las edades, principalmente en la infancia. Es una actividad libre, con pocas imposiciones, aceptada por todos los participantes. Para poder realizar actividades de juego y ocio, el barrio y la ciudad donde residimos ofrecen una amplia gama de recursos para compartir los espacios de ocio en familia: parques, plazas, centros cívicos, ludotecas, bibliotecas, etc.

El ocio compartido en familia rinde grandes beneficios a todos, ya que favorece el sentimiento de perte-

nencia al grupo familiar, y permite que cada uno exprese sus deseos, sus necesidades, sus gustos, etc. En este contexto distendido, se facilita la creación de vínculos afectivos, la comunicación, la resolución compartida de los problemas y el conocimiento entre los miembros de la familia.



Sesión 1

La familia evoluciona

Objetivos

Reflexionar sobre el proceso de mejora de la comunicación familiar y la resolución de conflictos.

Valorar los cambios en la gestión y la planificación del ocio en familia.

Contenidos

Las habilidades comunicativas.

La resolución de conflictos.

La gestión y la planificación del ocio familiar.

Actividades

Actividad 1: El teléfono.

Actividad 2: Adivina, adivinanza.

Desarrollo de la sesión

La primera actividad se inicia con el juego tradicional de “el teléfono”. Con este juego se retoma el proceso de comunicación de una forma divertida. Después se da paso a la discusión evaluativa sobre las mejoras o dificultades que han encontrado las familias para practicar las habilidades comunicativas que se trabajaron en el programa.

La segunda actividad recoge, mediante una lluvia de ideas, algunas de las actividades en familia que han compartido en los meses transcurridos desde que finalizó el programa. Con la posterior discusión se busca identificar aquellos aspectos que han facilitado o dificultado este ocio compartido, así como la propuesta de mejora y compromiso de todos los participantes para lograr un ocio satisfactorio para todos los miembros de la familia.

Actividad 1

El teléfono

Discusión dirigida.

30 minutos.

a. Introducción

Se introduce la actividad recordando algunos de los elementos trabajados en el transcurso del programa en relación con la comunicación y el papel clave que ésta juega en los procesos de gestión del conflicto. Orientaciones para la persona dinamizadora:

- La comunicación determina el tipo de relaciones intrafamiliares y extrafamiliares.
- Mantener buenos niveles de comunicación familiar permite profundizar en los lazos y vínculos afectivos con los miembros de la familia, así como el conocimiento y encuentro personal.

La búsqueda de alternativas ante las situaciones de conflicto mediante el desarrollo de diferentes habilidades sociales y comunicativas. Promoción de la resiliencia.

Todos hemos jugado en alguna ocasión al juego de “el teléfono”. Es un juego muy sencillo, que permite comprobar que un error de comunicación puede desencadenar un mensaje erróneo. El objetivo de la actividad es evidenciar que para resolver los conflictos es necesario que las partes implicadas hablen directamente y de forma asertiva, sin mensajeros, ya que el mensaje se puede distorsionar y consecuentemente agravar el problema.

Esta primera parte de la actividad preparará el ambiente para poder evaluar mediante la discusión la evolución del proceso comunicativo en la familia a partir de la participación en el programa.

b. Desarrollo

Se propone a todos los participantes que se sienten cómodamente formando dos círculos, sen-

tados cerca los unos de los otros, ya que jugarán al juego de “el teléfono”. Cada círculo constituirá un equipo. Es importante que ambos equipos cuenten con adultos y niños.

Las personas dinamizadoras explicarán que el juego consiste en decir una frase o palabra y que ésta se pase rápidamente al compañero de al lado y así, sucesivamente, hasta el final de la cadena. La última persona de la cadena dirá en voz alta el mensaje que le ha llegado. Si el mensaje que llega al final de la cadena resulta ser erróneo, es decir no corresponde con el que se transmitió inicialmente, se pedirá a cada participante que diga en voz alta (en el mismo orden en que se transmitió el mensaje) qué entendió y qué frase pasó a su compañero, para detectar dónde se cortó la comunicación. Cuando alguna persona transmite mal el mensaje (para evitar que se sienta mal o genere un malestar) es importante recordar a los participantes que:

Todos nos equivocamos en alguna ocasión y transmitimos de forma errónea un mensaje. Este error puede darse por diferentes elementos que interfieren en la comunicación: por ejemplo, que la persona anterior no nos haya transmitido de forma clara el mensaje, que nosotros no hayamos escuchado bien o con suficiente atención, que haya mucho ruido y dificulte el entendimiento, etc. Sea de una forma u otra, tenemos que tratar de transmitir los mensajes de forma clara y sin distorsiones para que lleguen de forma adecuada a su destinatario.

El juego durará unos 15 minutos con el fin de que quede tiempo para la discusión de grupo. La cadena o ronda de mensajes se podrá repetir tantas veces como sea posible en los 15 minutos de juego.

Se instará a los participantes a transmitir de forma clara y adecuada el mensaje, ya que compe-

tirán en dos equipos (círculo 1 y círculo 2). Quienes transmitan más mensajes correctos serán los ganadores.

Antes de pasar a la discusión de grupo, el dinamizador señalará la importancia de comunicarnos de forma asertiva, clara y concisa cuando queremos resolver un problema. De lo contrario el problema se agravará hasta el punto de que las partes implicadas entenderán mensajes contradictorios. Los mensajes se confunden y más cuando intervienen diferentes personas, ya que, como en el juego de “el teléfono”, se pueden transmitir de forma errónea, aun cuando no existe esta intencionalidad.

La segunda parte de la actividad consiste en discutir en gran grupo los cambios que se han producido en la comunicación para resolver los conflictos en la familia desde la participación en el programa. Para ello, la persona dinamizadora puede utilizar las siguientes preguntas:

En los últimos meses...

- ¿Habéis podido poner en práctica, en vuestra familia, las habilidades de comunicación que trabajasteis en el programa? Poned algunos ejemplos.
- ¿Qué cosas han facilitado el que las pusierais en práctica? Contestan los padres y los hijos en turno.
- Poned ejemplos de situaciones en las que ha mejorado la comunicación en la familia
- Contadnos ejemplos de situaciones en las que no ha mejorado la comunicación en la familia.
- ¿De qué manera podéis seguir mejorando la comunicación en la familia a partir de ahora?

Se destinarán unos 15 minutos para la discusión de grupo. En esta parte de la actividad es importante que las personas dinamizadoras orienten el debate en el sentido de averiguar si las relaciones comunicativas y la resolución de conflictos han

mejorado en las familias después de la participación en el programa.

Se recomienda resumir las aportaciones de la discusión de grupo en un documento con el fin de recabar evidencias evaluativas sobre la cristalización del cambio.

c. Conclusión

La actividad concluye reforzando la idea de que la comunicación es un elemento clave para la resolución de los conflictos cotidianos, así como para la participación activa y corresponsable de cada uno de los miembros de la familia.

Actividad 2

Adivina, adivinanza

Trabajo en grupos.
25 minutos.

a. Introducción

Se recuerda que uno de los temas que desarrollamos era el juego y el tiempo libre y que para recordarlo vamos hacer un juego de adivinar lo que piensa el otro.

b. Desarrollo

Se hacen grupos por familias. Dentro de estos grupos trabajarán por separado los padres y los hijos. Cada grupo de familia dispondrá de tres tarjetas con preguntas (3 preguntas dirigidas a los padres y 3 dirigidas a los hijos).

- 1. ¿Cuál es el juego que más te gusta?
 1. ¿Cuál es el juego que más gusta a vuestros hijos?
- 2. ¿A qué juegas con tu padre, y con tu madre?
 2. ¿A qué jugáis con vuestros hijos?
- 3. Indica un día de excursión o una salida que hiciste con tus padres que te gustara mucho
 3. Indica un día de excursión o una salida que hiciste con tus hijos que te gustara mucho

En el caso de que los hijos muestren dificultades para escribir la respuesta, pueden dibujarla o pedir ayuda a la dinamizadora. Cuando las familias hayan respondido a sus preguntas, la dinamizadora recogerá las tarjetas por grupos de familia para, posteriormente, en gran grupo, comprobar cuántas preguntas han acertado cada familia. Es importante no mezclar las tarjetas que se recojan en cada grupo, ya que éstas servirán para comprobar si los padres y los hijos contestaron lo mismo a cada pregunta.

Para ello, la persona dinamizadora preguntará a cada padre la primera cuestión y se comprobará si corresponde con la respuesta de su hijo o hija. Si aciertan obtendrán un punto. Luego se pasará a la siguiente familia y así sucesivamente. Una vez finalizada la primera ronda, se repetirá el proceso para la segunda pregunta y la tercera.

Se anotarán los resultados para saber qué familia acertó más preguntas.

Acabado este juego, se reflexiona en grupo sobre el ocio en familia. Para ello, se formularán las preguntas que proponemos más adelante. Para hacer atractiva la discusión, en cada pregunta se lanzará un globo al aire, y deberán tocarlo aquellas personas (niños o adultos) que han podido poner en práctica la actividad que se les indicará en la pregunta.

- ¿Habéis podido poner en práctica dentro de vuestra familia algunas actividades de ocio que trabajasteis en el programa? ¿Cuáles?
- Exponednos ejemplos de situaciones en las que se han podido organizar actividades de ocio. ¿Qué cosas lo han facilitado?
- Niños, cuando habéis propuesto a papá o a mamá jugar con vosotros ¿se animan a hacerlo? ¿Pensáis que ahora juegan más que antes de haber participado en el programa?

La persona dinamizadora tratará de profundizar en las aportaciones de cada una de las personas

que salieron a tocar el globo pero también en aquellas que no han podido poner práctica la actividad de ocio en familia.

Se recomienda grabar en audio la discusión de grupo o anotar las ideas principales de la discusión en un documento para recabar evidencias evaluativas sobre la cristalización del cambio

c. Conclusión

Para cerrar la actividad, se invita a seguir pensando estrategias para fomentar el juego y el ocio compartido, recordando los beneficios que comporta para toda la familia: se estrechan lazos afectivos, se incrementa la confianza en la otra persona, se establecen reglas de juego y se enseñan a respetarlas, etc. Concluye la actividad animando a todos a seguir compartiendo el juego.

Sesión 2

Aprender juntos, crecer en familia

Todo programa tiene que comenzar con una sesión destinada al conocimiento grupal y debe terminar con una sesión de despedida. Estos momentos son fundamentales para crear un clima agradable de confianza en el grupo y para clausurar y dar por finalizado como se merece todo el esfuerzo realizado.

Objetivos

Celebrar la consecución de los objetivos planteados y la clausura del programa.

Actividades

Actividad 1: Estamos de fiesta.

Desarrollo de la sesión

Un programa grupal de trabajo experiencial en el que todos los participantes han compartido y aprendido juntos, debe terminar con una celebración realizada del mismo modo, es decir, con todo el grupo unido celebrando sus logros.

Actividad 1

Estamos de fiesta

Fiesta.

60 minutos.

a. Introducción

Después de tanto esfuerzo y trabajo, la mejor manera de clausurar este programa es a través de una celebración conjunta, en la que todos los participantes, padres, hijos y personal dinamiza-

dor, compartan un tiempo en común de disfrute y orgullo por los logros obtenidos.

b. Desarrollo

Para el desarrollo de esta actividad, la persona dinamizadora hablará previamente con los participantes (preferiblemente en la sesión anterior) para organizar esta fiesta. Los aspectos que deben decidirse previamente están relacionados principalmente con los alimentos que se quieran llevar a la fiesta, poniendo cada uno algo de su propia cosecha y especialidad, de manera que todos puedan disfrutar de la variedad de alimentos que finalmente se incluyan.

Además de esto la fiesta debe incluir alguna actividad o juego que el grupo desee realizar. Este juego puede ser propuesto previamente por los participantes, en cuyo caso el dinamizador sólo se encargará de organizarlo, o bien, puede ser propuesto por la persona dinamizadora en la misma fiesta.

De este modo, se pretende que todos los participantes en el programa pasen un rato distendido en común, de diversión y alegría, de reconocimiento por su implicación y esfuerzo. En el transcurso de la fiesta, es una buena idea que los propios participantes hablen y comenten en voz alta sus logros ya que, de este modo, todo el mundo pueda apreciar y valorar lo conseguido.

c. Conclusión

Se les explicará que esto es el principio de un camino y que mientras se recorre surgirán alegrías y dificultades, pero que aprender juntos y crecer en familia es un reto que tenemos que asumir.



Fundación Bancaria "la Caixa"