

Crecer Felices en Familia II

PROGRAMA PSICOEDUCATIVO DE PARENTALIDAD POSITIVA PARA
PROMOVER EL DESARROLLO INFANTIL Y LA CONVIVENCIA FAMILIAR

Versión grupal

COORDINACIÓN:

DRA. MARÍA JOSEFA RODRIGO LÓPEZ (ULL)
DR. JUAN CARLOS MARTÍN QUINTANA (ULPGC)



Financiado por
la Unión Europea
NextGenerationEU



CRECER FELICES EN FAMILIA II

Coordinación:

Dra. María José Rodrigo López (ULL)

Dr. Juan Carlos Martín Quintana (ULPGC)

Equipo de trabajo:

Universidad de La Laguna (ULL)

Dra. Sonia Byrne

Dra. Miriam Álvarez Lorenzo

Dra. Arminda Suárez Perdomo

Dña. Adriana Álamo Muñoz

Dña. Miriam del Mar Cruz Sosa

D. Nauzet Gutiérrez Rodríguez

Dña. María del Carmen Miguélez Martín

Universidad de Las Palmas de Gran Canaria (ULPG)

Dra. Sonia Padilla Curra

Dña. Ágata Ojeda Arnau

D. Graziano Pellegrino

Ilustración: Domingo Varela Guimerá

Producción y realización audiovisual: Iván Martín Rodríguez

Casting y coordinación de producción: Guacimara Correa Tavío

Maquetación: Tragsatec

I.S.B.N.: 978-84-7812-845-7

Depósito Legal: M-30903-2022



Financiado por
la Unión Europea
NextGenerationEU



ÍNDICE

PARTE 1. DESCRIPCIÓN DEL PROGRAMA

Presentación.....	9
Prefacio.....	11
1. INTRODUCCIÓN.....	13
2. JUSTIFICACIÓN.....	15
3. MARCO CONCEPTUAL.....	17
4. CARACTERÍSTICAS DEL PROGRAMA.....	20
5. OBJETIVOS.....	21
6. COMPETENCIAS QUE FOMENTA EL PROGRAMA.....	22
6.1 Competencias parentales.....	22
6.2 Competencias infantiles.....	24
6.3 Competencias familiares.....	24
7. METODOLOGÍA, IMPLEMENTACIÓN Y EVALUACIÓN.....	24
7.1. Implementación en la versión grupal.....	27
7.2 Implementación en la versión domiciliaria.....	29
7.3 Evaluación.....	31
8. REFERENCIAS.....	34

PARTE 2. MÓDULOS Y SESIONES. Versión grupal

MÓDULO 0. UN MOMENTO PARA CONOCERNOS.....	43
Introducción.....	43
Objetivos.....	43
Sesiones que componen el módulo.....	43
SESIÓN 0. Un momento para conocernos.....	45
MODULO 1. EL DESARROLLO DEL VÍNCULO AFECTIVO.....	53
Introducción.....	53
Objetivos.....	54
Sesiones que componen el módulo.....	54
SESIÓN 1. Cómo se establecen las relaciones de apego.....	55

SESIÓN 2. La sensibilidad de el/la cuidador/a ante las necesidades de el/la niño/a	69
SESIÓN 3. Cuando la niña o el niño nos lo pone difícil	84
SESIÓN 4. Los tipos de apego y sus consecuencias para el niño y la niña	94
MÓDULO 2. APRENDER A CONOCER A NUESTRO/A HIJO/A	113
Introducción.....	113
Objetivos.....	114
Sesiones que componen el módulo	114
SESIÓN 1. Las necesidades de la infancia	115
SESIÓN 2. Cómo es mi hijo/a.....	132
SESIÓN 3. La línea del desarrollo.....	151
SESIÓN 4. Educando entre pantallas.....	167
MÓDULO 3. APRENDER A REGULAR EL COMPORTAMIENTO INFANTIL.....	189
Introducción.....	189
Objetivos.....	190
Sesiones que componen el módulo	190
SESIÓN 1. Observamos el comportamiento de nuestro hijos e hijas	191
SESIÓN 2. Establecemos normas y ponemos límites al comportamiento infantil	202
SESIÓN 3. Educamos para la convivencia.....	218
SESIÓN 4. No hay una solución única.....	228
MÓDULO 4. LA PRIMERA RELACIÓN CON LA ESCUELA	237
Introducción.....	237
Objetivos.....	238
Sesiones que componen el módulo	238
SESIÓN 1. Mi hijo/a va a la escuela.....	239
SESIÓN 2. La importancia de la familia en el apoyo escolar	255
SESIÓN 3. Cómo fomentar la relación familia-escuela	263
SESIÓN 4. Los espacios de encuentro y colaboración con la escuela.....	277
MÓDULO 5. EDUCAR, ¿UNA TAREA EN SOLITARIO?	299
Introducción.....	299
Objetivos.....	299



Financiado por
la Unión Europea
NextGenerationEU



Sesiones que componen el módulo.....	300
SESIÓN 1. Descubriendo la red.....	301
SESIÓN 2. Apoyos importantes en mi vida.....	308
SESIÓN 3. Buscando apoyos para cada problema	322
SESIÓN 4. Tejiendo redes: cómo utilizar los apoyos sociales de mi entorno.....	330



Financiado por
la Unión Europea
NextGenerationEU



Presentación

Como Delegado del Área de Gobierno de Familias, Igualdad y Bienestar Social del Ayuntamiento de Madrid es para mí un placer presentar este manual de trabajo para la intervención grupal y domiciliaria con familias vulnerables.

*El Programa “**Crecer Felices en Familia II**” adaptado al contexto de la Ciudad de Madrid por los equipos de investigación de las Universidades de La Laguna y Las Palmas de Gran Canaria que dirigen María José Rodrigo y Juan Carlos Martín, representa un avance en el área que dirijo y para la transformación los servicios sociales de Madrid y su adaptación a los estándares del siglo XXI. El trabajo interdisciplinar, la estandarización y la apuesta por la utilización de prácticas basadas en la evidencia son la piedra angular del proceso de cambio que los servicios sociales de Madrid deben experimentar en los próximos años.*

Quisiera aprovechar estas líneas para agradecer la colaboración de la Secretaría General de Objetivos y Políticas de Inclusión y Previsión Social del Ministerio de Inclusión, Seguridad Social y Migraciones, cuyo aporte ha sido fundamental para que este proyecto de intervención se materialice con tan altas garantías científicas.

José Aniorte Rueda

Delegado del Área de Gobierno de Familias, Igualdad y Bienestar Social



Financiado por
la Unión Europea
NextGenerationEU



Prefacio

Existen múltiples factores por los que en las dos últimas décadas estamos experimentando una profunda transformación de los servicios públicos de atención a la ciudadanía. La política social no es una excepción, y menos aún lo es la que está en el ámbito de los servicios sociales. El convenio que firmó en 2021 el Ayuntamiento de Madrid con el Ministerio de Inclusión Seguridad Social y Migraciones es un buen ejemplo de algunos de estos cambios y, por ello, una posible palanca para impulsar la transformación de nuestros servicios sociales. Este convenio canalizó una subvención directa de más de diez millones de euros procedentes de los Fondos Europeos *Next Generation* para la definición de itinerarios de intervención que favorecieran la recuperación de la autonomía para las familias más vulnerables. Este objetivo fue rápidamente vislumbrado por el propio Delegado del AGFlyBS, José Anierte Rueda, que encargó al entonces Coordinador General del AGFlyBS, Emiliano Martín, y a mí mismo como Director General de Innovación y Estrategia Social (DGlyES) diseñar un programa de intervención con familias vulnerables con menores a cargo, quienes según todos los datos de que disponemos son las víctimas más directas de todas las crisis que afrontamos en este siglo XXI. Además, era para nosotros un requisito irrevocable que este programa estuviera altamente estandarizado y que, además, contara con un aval científico que permitiera considerarlo una “práctica basada en la evidencia”. La estandarización de los procedimientos de trabajo en los servicios sociales municipales y la adopción de prácticas de trabajo con apoyo en la evidencia empírica son dos prometedoras líneas de cambio que solo pueden contribuir a crear sistemas de atención a la ciudadanía más eficaces y eficientes.

Encontrar un programa que satisficiera todos estos requisitos simultáneamente no resultaba fácil. La elección de colaborar con los equipos de investigación que dirigen María José Rodrigo desde la Universidad de La Laguna y Juan Carlos Martín desde la Universidad de Las Palmas de Gran Canaria fue para el Ayuntamiento de Madrid la alternativa más solvente sin necesidad de salir de España. Un trabajo previo fue el programa "Crecer Felices en Familia I" y su aplicación en diversos lugares del territorio español, que había quedado documentado en varias publicaciones científicas de primer nivel internacional. En muchas de ellas se presentaba el resultado de evaluaciones experimentales de su validez y, al conocer los materiales con los que en otras experiencias se había ordenado su trabajo, nos dimos cuenta del extraordinario interés que para el Ayuntamiento podría tener el innovador sistema de trabajo que había puesto en marcha.

Materializar esta colaboración supuso que el Ayuntamiento de Madrid firmara el primer contrato particular con las dos universidades canarias al amparo de la Ley de la Ciencia. Poner en marcha su aplicación con las más de 1500 familias vulnerables que el Ayuntamiento de Madrid seleccionó para este proyecto, supuso un extraordinario reto. Nada de ello habría sido posible sin la colaboración de diversas personas como Amor González y Begoña Varela (Ministerio de Inclusión, Seguridad Social y Migraciones), Virginia Tarrío, subdirectora de la DGlyES y el equipo del Departamento de Planificación (Nuria Macarrón, Fuensanta Madrigal, Cristina Bullido, Ángel Maroto o Pablo Sanz), la Secretaría General Técnica del AGFlyBS (José Ángel Manzano, Julia de la Cruz y Margarita Ávila),

la Dirección General de Familias, Infancia, Educación y Juventud (Sonia Moncada y Alfredo Artuñedo), la Dirección General de Servicios Sociales y Emergencia Social y la red de los centros de servicios sociales de los veintidós distritos de Madrid y al actual Coordinador General del AGFlyBS (Alejandro López) y su equipo.

Esperamos que estos materiales que publica el Ayuntamiento de Madrid sean un testimonio del valor de la transferencia de conocimiento entre universidades y otras administraciones públicas, y del mejor trabajo interdisciplinar que llevan a cabo psicólogos, educadores sociales, trabajadores sociales del plan de empleo temporal diseñado para este proyecto. Creo que hablo en nombre de todos ellos cuando manifiesto el deseo de que los servicios sociales sigan orientándose por la evidencia científica más solvente que tengan a su alcance.

Héctor Cebolla Boado
Director General de Innovación y Estrategia Social

1. INTRODUCCIÓN

El nuevo modelo integral de Servicios Sociales Municipales desde el enfoque de la Parentalidad Positiva¹ emanado del Consejo de Europa y difundido ampliamente en España, se centra en potenciar una intervención capacitadora centrada en las figuras parentales con funciones de cuidado y educación de personas menores a cargo, basada en la evidencia científica y la experiencia profesional consensuada, priorizando de modo corresponsable la intervención preventiva psicoeducativa y social, desde una perspectiva de innovación y desarrollo social. El Ayuntamiento de Madrid, en concreto el Área de Gobierno de Familias, Igualdad y Bienestar Social, consciente de la necesidad de reforzar las políticas de inclusión y mantener la sostenibilidad social de nuestro modelo de bienestar, se ha propuesto poner a prueba el potencial complementario y reparador de dichas intervenciones preventivas desde el enfoque de la Parentalidad Positiva prestando apoyo a las familias que tengan personas menores a cargo y sean beneficiarias de programas de garantía de ingresos. Con ello se da respuesta a la situación comprometida que viven muchas familias jóvenes con personas menores a cargo como consecuencia de las crisis económicas que se han sucedido en la Ciudad de Madrid desde 2008 y hasta la crisis sanitaria desencadenada por los Estados de Alarma que se sucedieron desde marzo de 2020 para la contención de la pandemia por el virus SARS-Cov-2. Esta iniciativa se inserta plenamente en la política del Ministerio de Inclusión, Seguridad Social y Migraciones que, en el Real Decreto 938/2021, de 26 de octubre, manifiesta compartir el objetivo de complementar la prestación monetaria que acompaña al ingreso mínimo vital con una atención integral de las personas más vulnerables para garantizar su derecho a la plena inclusión social y laboral, todo ello dentro del marco del Componente 23 del Plan Nacional de Recuperación, Transformación y Resiliencia de España.

La iniciativa que aquí se presenta utiliza como recurso central el programa ***Crecer Felices en Familia II: un programa psicoeducativo de Parentalidad Positiva para promover el desarrollo infantil y la convivencia familiar***, en su doble versión grupal y domiciliaria. Está destinado a dotar a las figuras parentales de las capacidades y estrategias necesarias para el cuidado y educación de los/as hijos e hijas de edades comprendidas hasta los 7 años, así como mejorar la calidad de la convivencia en sus hogares. Se trata de familias en las que, debido a su mayor vulnerabilidad psicosocial, es más probable que encuentren dificultades para ejercer la parentalidad de forma positiva. Estas funciones parentales son muy importantes ya que la adaptación personal, escolar y social en la infancia depende del modo en que las figuras parentales organizan la vida familiar e interactúan con sus hijos e hijas desde edades muy tempranas (Rodrigo, Máiquez, Martín y Byrne, 2008). La puesta en marcha de esta iniciativa se ha llevado a cabo con la colaboración de

¹ El término "parentalidad" derivado de "parental" (del latín 'parere' (parir, dar a luz), -nt- (sufijo que indica agente, el que hace la acción), más el sufijo -al (relativo a), se refiere al rol de cuidado y educación que ejerce el padre (paternidad), la madre (maternidad) u otras figuras parentales sustitutivas, aunque no está incluido en el Diccionario de la Real Academia Española.

un equipo de expertos provenientes de la Universidad de La Laguna y de la Universidad de Las Palmas de Gran Canaria.

La versión inicial de este programa denominada “Crecer Felices en Familia”, que data del año 2009, se elaboró por encargo de la Gerencia de los Servicios de Protección de Menores de la Junta de Castilla y León, como parte de las acciones psicoeducativas y comunitarias de preservación familiar dirigidas a las familias usuarias de los Servicios Sociales en situación de riesgo psicosocial y con hijos e hijas en la franja de edades de cero a 5 años. En esta versión inicial también colaboró un equipo de ambas universidades canarias en el diseño y elaboración de los materiales que conforman tanto la versión grupal (Rodrigo, Máiquez, Byrne, Rodríguez-Ruiz, Martín, Rodríguez y Pérez, 2009) como la versión domiciliaria (Máiquez, Rodrigo, Padilla, Rodríguez-Ruiz, Byrne y Pérez, 2012), gran parte de cuyos miembros participan en la elaboración y puesta en marcha de la nueva versión.

En su versión actual el programa *Crecer Felices en Familia II* conserva los aspectos centrales que han constituido sus puntos fuertes, tales como su doble versión grupal y domiciliaria, su manualización con una estructura modular y en sesiones, su grado de concreción de las actividades a realizar, la facilidad de manejo de los materiales de trabajo propuestos y la aplicación de la metodología experiencial tanto en sesiones grupales como en visitas domiciliarias (Rodrigo, Máiquez y Martín, 2010b). Al mismo tiempo, en la versión actual se superan las desventajas del tiempo transcurrido al permitir su nuevo anclaje en el enfoque europeo de la Parentalidad Positiva, llevar a cabo la actualización científica del marco teórico en el que se basa, dotar de mayor presencia en los materiales didácticos a las nuevas realidades de diversidad familiar, y permitir la inclusión de contenidos inspirados en nuevas áreas de socialización, como por ejemplo la necesaria regulación del uso de pantallas en la infancia desde la parentalidad digital (Laws et al., 2019).

El programa *Crecer Felices en Familia II* se inscribe dentro de las políticas europeas en materia de Parentalidad Positiva que consideran que los cambios y retos a los que se enfrentan las familias actuales requieren que se dé una mayor prominencia y apoyo al ejercicio de la parentalidad responsable y respetuosa con los derechos de la infancia. El programa es respetuoso con la diversidad familiar proveniente de los nuevos formatos de familia, su variado origen cultural y las diferentes capacidades funcionales de sus miembros. Asimismo, se basa en los principios de la igualdad de género dentro de la familia y en su inclusión social. La Recomendación (19/2006) del Consejo de Europa sobre *Políticas de Apoyo a la Parentalidad Positiva* define la parentalidad positiva como “Un comportamiento parental que asegura la satisfacción de las principales necesidades de los niños y las niñas, es decir, su desarrollo y capacitación sin violencia, proporcionándoles el reconocimiento y la orientación necesaria que lleva consigo la fijación de límites a su comportamiento, para posibilitar su pleno desarrollo” (p. 6). La tarea parental debe dirigirse a lograr vínculos afectivos sanos, protectores y estables; proporcionar un entorno estructurado en rutinas y hábitos basados en normas y valores adecuados; fomentar la estimulación del desarrollo y brindar oportunidades de aprendizaje para la infancia y adolescencia, así como asegurar el reconocimiento de sus logros y la promoción de capacidades;

todo ello en un entorno seguro y saludable libre de violencia verbal, física y emocional (Daly, 2012; Rodrigo *et al.*, 2010a, 2010b, 2011). Consultar la página oficial <https://familiasenpositivo.org> para más información sobre el enfoque de la parentalidad positiva tal como se está desarrollando en España.

Para llevar adelante la tarea parental y cumplir los objetivos citados del desarrollo infantil, la Recomendación anima a los gobiernos a adoptar un planteamiento proactivo para que las figuras parentales adquieran una mayor conciencia del carácter de su función, de los derechos de la infancia, de las responsabilidades y obligaciones que emanan de éstos y de sus propios derechos (Ochaita y Espinosa, 2012). En concreto se postula el apoyo a las figuras parentales en varios frentes. En primer lugar, facilitarles información, orientación y, sobre todo, espacios de reflexión sobre su propio modelo educativo familiar. En segundo lugar, proporcionarles tiempo para sí mismos y para compartir en familia, mediante políticas de conciliación entre la vida personal, familiar y laboral. El empleo parental es uno de los factores condicionantes de una parentalidad positiva (Repetti y Wang, 2014). En tercer lugar, promover la confianza en las propias capacidades parentales de modo que obtengan satisfacción con la tarea de ser padres y madres y no se sientan frustrados y desactivados ante tanta presión para “hacerlo bien” según estándares ajenos. Por último, es fundamental proporcionarles apoyos sociales para superar dificultades y reducir el estrés parental y familiar que suele ir asociado al uso de pautas educativas inadecuadas. En suma, el enfoque de la parentalidad positiva está teniendo una gran aceptación en Europa y, particularmente, en España al proporcionar un lenguaje común para que los investigadores interesados en el ámbito de la familia, los equipos profesionales que trabajan en los servicios de apoyo y los responsables de las políticas de familia puedan llevar a cabo una reflexión conjunta sobre lo que supone el ejercicio de la parentalidad en el escenario social actual y las necesidades de apoyo que demanda dicho ejercicio (Daly, 2012).

2. JUSTIFICACIÓN

El programa Crecer Felices en Familia II, en su versión grupal y domiciliaria, se enmarca en las acciones de intervención temprana centradas en la familia y, en concreto, en los cuidadores principales. Se entiende por intervención temprana todas aquellas acciones de prevención, diagnóstico e intervención que se dirigen a los primeros años de vida de un ser humano (Shonkoff y Meisels, 2000). Estas acciones están destinadas a promover la salud física y mental de las figuras parentales y sus hijos e hijas, desde el embarazo hasta los primeros años de la vida, especialmente en aquellas poblaciones en riesgo biológico, psicológico y social. Desde la vertiente de las figuras parentales se busca fortalecer su equilibrio psicológico y sus competencias educativas y sociales, ya que de ese modo se asegura un ejercicio adecuado de las funciones parentales. También se hace hincapié en reforzar o ampliar la red de apoyos sociales con la que cuentan dichas figuras para llevar a cabo su tarea educadora. Desde la vertiente de la infancia se pretende estimular su desarrollo físico y psíquico, con el fin de sentar unas bases sólidas para la construcción de la personalidad y del comportamiento, así como proporcionar un

buen ajuste a los primeros contextos de desarrollo que son la familia, la escuela y los iguales. Con la intervención temprana se pretende proporcionar a la infancia un buen comienzo reduciendo las desigualdades sociales, como por ejemplo las situaciones de pobreza o de grave precariedad económica, que reducen las oportunidades de alcanzar las cotas de bienestar y logros deseadas, debido a sus efectos perniciosos sobre el desarrollo neurobiológico (Luby et al., 2013).

Hay buenas razones para desarrollar una intervención temprana centrada en la familia. En primer lugar, el desarrollo humano es de naturaleza social e interactiva, lo que implica atribuir a la familia, como contexto básico en el que la interacción tiene lugar, una responsabilidad decisiva en el desarrollo infantil (Bruner, 1988; Kaye, 1986; Rogoff, 1993; Vygotsky, 1995). En segundo lugar, en los primeros años de vida se producen algunos de los avances más relevantes del desarrollo humano que se traducen en cambios en la estructura y funcionamiento cerebral y en la consecución de multitud de hitos evolutivos (Shonkoff y Fisher, 2013; Shonkoff y Phillips, 2000). En consecuencia, en esta etapa se asientan los pilares competenciales básicos, tanto afectivos como cognitivos y sociales, que van a ser la clave del desarrollo posterior, lo que la convierte en un buen momento para llevar a cabo acciones preventivas de los problemas de comportamiento.

En tercer lugar, las rutinas diarias constituyen la mayor fuente de experiencias y oportunidades para el aprendizaje de los niños y las niñas, lo cual asigna a la familia una responsabilidad muy clara en la promoción del desarrollo infantil en los entornos naturales y ecológicos en los que la infancia vive. Por ello, el programa Crecer Felices en Familia II insiste, tanto en su versión grupal como domiciliaria, en la importancia que tiene la organización de rutinas y actividades en la vida cotidiana. La estrategia de capacitar y reforzar a las figuras parentales en su rol educador es básica para proporcionar a los hijos e hijas un entorno estimulante, protector y seguro que satisfaga sus necesidades básicas, aun en las situaciones más adversas (Shah et al., 2016). Estas necesidades pueden quedar sin cubrir debido a la extrema vulnerabilidad de la infancia y a que se trata de una etapa de crianza muy demandante que requiere una inversión de tiempo y esfuerzo muy considerable, a veces incompatible con las duras condiciones de vida del cuidador principal.

Por último, se ha optado por utilizar un programa basado en evidencias como es el programa Crecer Felices en Familia II que cumple con los requisitos para poder avalar su implantación: (a) está basado en una teoría; (b) cuenta con un manual en el que se describen de forma estructurada sus contenidos y actividades; (c) en la versión inicial se ha evaluado su efectividad de acuerdo con los estándares de calidad; y (d) se han identificado los factores que influyen en el proceso de implementación y su impacto en los resultados (Flay et al., 2005; Gottfredson et al., 2015; Rodrigo y Callejas, 2021). En efecto, la evaluación del programa inicial en ambas versiones ha mostrado su efectividad en su aplicación en los Servicios Sociales de la Junta de Castilla y León, Ayuntamiento de Lleida en Cataluña y en Servicios Sociales, Centros educativos, Programa CaixaProinfancia de la Fundación La Caixa y en recursos de apoyo a madres y padres jóvenes de la Fundación Hestia en Canarias. Se han obtenido mejoras en las actitudes parentales ante la crianza y educación, mejor percepción y más ajustada de las competencias parentales, reducción

del estrés parental y mejora del escenario educativo familiar (Álvarez, Rodrigo y Byrne, 2018; Álvarez, Byrne y Rodrigo, 2020; Álvarez, Byrne y Rodrigo, 2021; Álvarez, Padilla y Máiquez, 2016; Álvarez, Padilla, y Rodrigo, 2021).

En suma, la intervención temprana centrada en la familia, y más concretamente basada en la capacitación de las figuras parentales mediante un programa basado en evidencias, es un buen recurso para incrementar los factores de protección y disminuir los factores de riesgo en el desarrollo infantil. Crecer Felices en Familia II sigue las directrices de los programas eficaces que tienden a plantear acciones en tres niveles (Iwaniec, Herbert y Sluckin, 2002): (a) comunitario, dando respuesta a las múltiples necesidades de los padres para facilitar la conciliación con labor parental y reducir el estrés que conlleva la realización de dicha tarea; (b) grupal, potenciando el aprendizaje de competencias y la combinación de apoyos informales y formales; y c) domiciliario, entrenando secuencias concretas de interacción cuidador-hijo/a para estimular su desarrollo y organizar adecuadamente las rutinas de la vida cotidiana. Los niveles (b), y (c) están asegurados con la aplicación del programa ya que son imprescindibles para su efectividad. Pero se completan con las acciones del programa en el nivel (a) centradas en la búsqueda de apoyos sociales, tratándose sobre todo de familias en desventaja social o con un nivel importante de estrés.

3. MARCO CONCEPTUAL

Avances en las teorías psicobiológicas han puesto el acento de la intervención temprana en la promoción del desarrollo cognitivo y socioafectivo en la infancia a partir de la potenciación de su entorno familiar y más concretamente de las capacidades educativas de las figuras parentales. Este programa se basa en tres marcos teóricos que componen los pilares básicos que han inspirado sus contenidos: el modelo de Sistemas de Desarrollo para la Intervención Temprana, la teoría del Apego y la teoría de la Autorregulación, que describimos con detalle a continuación (Figura 1).



Figura 1. Pilares conceptuales del programa "Crecer Felices en Familia"

El modelo de **Sistemas de Desarrollo para la Intervención Temprana** (Guralnick, 2011, 2013) apunta a la calidad de los patrones de interacción familiar como la principal dimensión que marca la diferencia entre aquellos contextos promotores del desarrollo y los contextos de riesgo. Dentro de los patrones de interacción familiar identifica tres componentes: (1) las interacciones cuidador/a-beber; (2) las experiencias de aprendizaje desplegadas por la familia; y (3) el entorno seguro y saludable proporcionado por la familia.

Las interacciones cuidador/a-bebe son aquellos intercambios comunicativos a través de los cuales se construye una relación en el formato diádico adulto-niño/a. Gracias a la sensibilidad del adulto hacia las señales infantiles y a un clima de afecto y respuesta adecuada a sus necesidades, se desarrolla una sincronía que permite a ambas partes ajustar sus respuestas, compartir estados psicológicos del otro y co-construir un marco discursivo y afectivo con una buena conexión socioemocional. En este marco, cada parte adquiere un rol concreto. El niño o la niña demanda de las figuras parentales apoyo e información para satisfacer sus necesidades y orientar su comportamiento. A su vez, las figuras parentales enseñan a sus hijos/as nuevos conocimientos y competencias a través de una variedad de procesos comunicativos y negociación de significados para crear realidades compartidas entre unos y otros.

Las principales experiencias de aprendizaje que se dan en la primera infancia tienen lugar en el contexto familiar. En dicho contexto, se llevan a cabo rutinas y actividades que constituyen escenarios de aprendizaje en los que niños y niñas adquieren sus primeros conocimientos y competencias. El desarrollo de actividades cotidianas facilita la interiorización de las normas y valores, que constituyen la base para su posterior autorregulación. Gracias a dichos marcos normativos, niños y niñas pueden predecir, anticipar y guiar su comportamiento de acuerdo con una realidad social compartida.

En cuanto al entorno seguro y saludable proporcionado por la familia, las figuras parentales constituyen los principales valedores de la salud de sus hijos e hijas durante la primera infancia. El estado tan inmaduro que presentan los humanos en el nacimiento hace que dependan de manera prácticamente absoluta de los cuidados de los otros durante los primeros años de vida. Por ello, la familia adquiere la gran responsabilidad de proporcionar un entorno físico y mental que sea seguro. Un entorno seguro para la salud física debe contar con un espacio exterior adecuado, condiciones de higiene y medidas de prevención frente a riesgos físicos (v.g., caídas, golpes, intoxicaciones). Además, un entorno seguro también se caracteriza por la estabilidad y el establecimiento de marcos normativos claros, así como por estar libre de riesgos psicológicos como el estrés, las relaciones tóxicas o la violencia física o emocional. A través de las actividades de la vida cotidiana, se pueden construir escenarios educativos en los que se adquieren aprendizajes significativos y se promueve el desarrollo infantil.

En esos espacios interactivos y sobre todo durante las interacciones diádicas adulto-bebé se forja el establecimiento de relaciones de apego en la infancia. En este sentido, hay que señalar la importancia de la **Teoría del Apego** especialmente a partir de los primeros meses de vida como un pilar fundamental del desarrollo (Bowlby, 1969, 1977, 1980; Ainsworth, Blehar, Waters y Wall, 1978; Trevarthen, 1993; Stern, 1994; Goldberg, Muir y Kerr, 1995). Los estudios sobre el

apego y sus efectos a largo plazo, tanto para el desarrollo humano como para la salud física y mental, han proporcionado los métodos e instrumentos necesarios para poder hacer una intervención temprana encaminada a promover un adecuado vínculo afectivo infantil con sus cuidadores. Concretamente, Egeland, Weinfeld, Bosquet y Cheng (2000) distinguen tres líneas de intervención encaminadas a reforzar dicho vínculo que, en modo alguno, son excluyentes. La primera se encamina a promover la sensibilidad del cuidador, ya que ésta se relaciona con la calidad del vínculo de apego que forma el niño o la niña. La sensibilidad es la habilidad del cuidador para percibir e interpretar de modo adecuado las señales e intentos de comunicación implícitas en la conducta del niño preverbal y, sobre la base de esta identificación y comprensión, poder responder a las señales con prontitud y de modo apropiado de modo que se satisfagan las necesidades del niño.

La segunda línea de intervención se dirige a modificar las representaciones parentales sobre la naturaleza del vínculo afectivo. Así, se analizan los modelos internos de apego del cuidador para fomentar una relación con el hijo o hija más armónica, libre de sentimientos de hostilidad, rechazo e incompetencia, y que sea capaz de cubrir sus necesidades afectivas. Los modelos internos inadecuados se han podido forjar en el propio historial en la infancia de las relaciones de apego del cuidador con sus padres o cuidadores y, de modo inadvertido, pueden estar influyendo en la construcción de su relación actual con su hijo o hija. En este sentido, es muy útil promover la reflexión de los padres sobre su propia experiencia de apego en su infancia como medio de fomentar el reconocimiento de las necesidades afectivas de sus hijos e hijas (Fonagy et al., 1996). Esta es una habilidad que se denomina “mentalización”, o dotar de mente al otro y reconocer sus estados mentales a partir de la comprensión de los suyos propios. Ello permite, a su vez, que el niño o la niña reciban orientación sobre cómo reconocer y manejar sus propios estados mentales y puedan desarrollar una buena autorregulación emocional (Fonagy, Gergely y Target, 2007).

Por último, en la tercera línea de intervención están aquellos programas diseñados para mejorar el apoyo social y comunitario de los padres o cuidadores. Este tipo de intervenciones tienen como objetivo el fomentar no sólo una relación afectiva del niño o de la niña con el cuidador principal, sino también atender y reforzar el papel de éste reforzando sus capacidades, así como satisfacer sus necesidades como tales. En el trasfondo está la idea de que mejorar las condiciones en las que se lleva a cabo la parentalidad es un modo seguro de favorecer el bienestar infantil. Estas tres líneas de intervención sobre el apego están recogidas y desarrolladas en el programa Crecer Felices en Familia II.

El tercer pilar teórico sobre el que se asienta el programa que presentamos es la **Teoría de la Autorregulación**, definida como la capacidad para ejercer el control sobre los propios estados internos (pensamientos, emociones, impulsos o deseos) o sobre las respuestas ante el ambiente (resolución de tareas, comportamientos) con el fin de alinear el “yo” con estándares normativos y/o socialmente deseables (Vohs y Baumeister, 2004). Según otra definición “la autoregulación es la capacidad del individuo de regular por sí mismo, la emoción, la atención y la conducta con el fin de responder con eficacia a las demandas internas y externas” (Raffaelli, Crockett y Shen,

2005, pp. 54-55). Es un concepto afín al de autocontrol, definido como la capacidad para inhibir impulsos socialmente no deseables ni aceptables y alterar o regular los pensamientos, emociones y la propia conducta para conseguir promover los impulsos adecuados (Muraven y Baumeister, 2000; Tangney, Baumeister y Boone, 2004).

Esta capacidad autorregulatoria es fruto de la biología y de los procesos de socialización desde los primeros meses de vida. Los padres o cuidadores tienden a ejercer el rol de “reguladores ocultos” o reguladores externos que ayudan al niño en su empeño de lograr un comportamiento socialmente aceptable (Sanders y Mazzucchelli, 2013). Así, las respuestas de los padres ante los estados de malestar del bebé, como, por ejemplo, orientar su atención hacia objetos externos para distraerle, le sirven a éste para superar dichos estados. Con el tiempo, el bebé podrá controlar sus propios recursos atencionales para regular sus impulsos y estados emocionales, alcanzando con ello una de las primeras piezas clave para el desarrollo de la autorregulación emocional. La influencia del control atencional en la regulación emocional en estas primeras edades se ampliará a la regulación cognitiva al final de la niñez que permite el control del pensamiento y planificar la ejecución de la acción o bien su inhibición (Bernier, Carlson & Whipple, 2010; Eisenberg et al., 2003).

Las capacidades autorregulatorias son, junto con la existencia de vínculos afectivos seguros, una de las claves para fomentar la resiliencia en la infancia incluso en entornos adversos (Osofsky y Thompson, 2000). Ambas son capacidades que dependen mucho de la calidad de la relación que el padre o la madre establece con el niño o niña de modo que el énfasis del programa en la mejora de las habilidades parentales está muy justificado. Los niños y las niñas con apego seguro tienen un buen desarrollo de su yo, presentan una mayor capacidad para establecer relaciones saludables con los demás y se enfrentan a los retos del mundo con una base de seguridad y confianza en sí mismos y en los demás. Por su parte, los niños y las niñas con buenas capacidades autorregulatorias saben controlar su atención de modo flexible, reprimen sus impulsos, controlan o inhiben las emociones según las situaciones, saben suprimir o iniciar una actividad de acuerdo con las demandas afectivas y sociales, toleran la frustración en pequeñas dosis y saben retrasar la obtención de gratificaciones. Ambos tipos de capacidades incrementan la resiliencia infantil, lo que les protege de presentar problemas de conducta, de comportamiento antisocial o los problemas emocionales en el futuro.

4. CARACTERÍSTICAS DEL PROGRAMA

El programa Crecer Felices en Familia II en su doble versión tiene las siguientes características:

- Está centrado en promover el desarrollo de la infancia desde el nacimiento hasta los 7 años, así como la convivencia familiar.
- Se estimula la reflexión sobre las ideas de los padres respecto al comportamiento con los hijos e hijas y conocer los hitos del desarrollo más importantes.

- Tiene una orientación muy práctica dirigida al entrenamiento de pautas concretas de actuación y secuencias de interacción.
- El facilitador o facilitadora tiene una función de acompañamiento, asesoramiento, apoyo y modelaje para las figuras parentales.
- Se sigue un esquema de colaboración con la familia y de su participación en las tareas de cuidado y educación, mediante el refuerzo de sus capacidades y de su protagonismo e implicación en la tarea.
- Es un programa flexible, ya que se puede llevar a cabo según las siguientes combinaciones: (1) sólo el programa grupal en aquellos casos donde la problemática familiar no requiera de una atención domiciliaria continuada; (2) Sólo el programa de apoyo domiciliario para aquellos casos en que se sigue un programa de tratamiento familiar individualizado; (3) la combinación de los dos programas. En este caso se van a realizar los dos programas, primero el grupal y después el domiciliario.

El programa se dirige a todo tipo de familia con al menos un hijo o hija de esta franja de edad en cualquiera de estas circunstancias:

- Madres y padres con un nivel socioeconómico bajo combinado con condiciones de riesgo y vulnerabilidad social.
- Madres y padres con escasas capacidades parentales y/o que tienen hijos o hijas con problemas de salud, y/o temperamento difícil.
- Madres y padres con problemas de salud, con inestabilidad emocional y/o ligero retraso mental.
- Madres y padres de población migrante.
- Madres y padres con historia de haber sufrido negligencia o maltrato físico y/o emocional en su infancia.
- Madres adolescentes y/o con embarazos no deseados.

5. OBJETIVOS

El objetivo general es la promoción del desarrollo infantil a través de la mejora de las competencias parentales y las condiciones que facilitan la parentalidad positiva, aumentando los factores de protección y disminuyendo los factores de riesgo.

Los objetivos específicos del programa son los siguientes:

- Promover el desarrollo de apegos seguros en la infancia.
- Animar a las figuras parentales a reconocer y reaccionar positivamente ante los progresos evolutivos de los hijos e hijas.
- Enseñar a las figuras parentales habilidades básicas de cuidado y seguridad infantil.

- Ayudar a identificar y responder a las necesidades de los hijos e hijas.
- Ayudar a distinguir y entender los estados mentales de los hijos e hijas y promover su autonomía física y emocional.
- Ayudar a las figuras parentales a identificar y responder a los intentos de comunicación verbal y no verbal de los hijos.
- Enfatizar la riqueza cognitiva y afectiva del juego y resolución de tareas conjuntas padres e hijos.
- Orientar a las figuras parentales sobre la enseñanza de hábitos durante las rutinas cotidianas, así como en el ocio familiar.
- Ofrecer pautas para la regulación del comportamiento de los hijos e hijas con arreglo a las normas.
- Hacer conscientes a las figuras parentales sobre sus percepciones y atribuciones del comportamiento infantil y los estados emocionales que éste les suscita.
- Promover la reflexión sobre las consecuencias de la propia conducta en el desarrollo de los hijos e hijas.
- Favorecer los factores de protección y reducir los de riesgo mediante la reducción del estrés, el incremento del apoyo social y la satisfacción de las necesidades de los padres a múltiples niveles.
- Fomentar el disfrute de la parentalidad, de la relación con el niño o la niña y de la convivencia familiar.

6. COMPETENCIAS QUE FOMENTA EL PROGRAMA

6.1 Competencias parentales

La tarea parental en la sociedad actual es muy compleja ya que requiere varias competencias para llevarla a cabo en tres frentes. La *parentalidad diádica* se instala muy pronto con el establecimiento de respuestas afectivas de la figura parental a las acciones comunicativas del niño o de la niña como expresión de sus necesidades básicas (v. g., llanto, miradas). Este ajuste diádico realizado muy tempranamente va a garantizar la construcción de un apego seguro por parte del niño o de la niña con enormes ventajas para su desarrollo físico y mental. Casi en paralelo, se instala la *parentalidad en equipo* para llevar a cabo todo un diseño de las tareas implicadas en el cuidado y educación del bebé a realizar. La gran diversidad de formas de familia está propiciando equipos parentales muy diferentes, constituidos por individuos solos, con parejas y con la ayuda complementaria de otros miembros de la familia (abuelos o exparejas) e incluso de allegados. Por último, se requieren habilidades para el establecimiento de la *parentalidad social en red* que permite el establecimiento de redes de apoyo social informal y el

uso efectivo de los recursos formales comunitarios, así como los apoyos que encuentra en Internet. Con el establecimiento de vínculos afectivos débiles o inexistentes con el/la bebé, un equipo parental ineficaz, en conflicto o insuficiente en su tarea de cuidar y educar y viviendo con una red social escasa en vecindarios con un desarrollo comunitario empobrecido es muy difícil llevar a cabo un ejercicio positivo de la parentalidad (Rodrigo *et al.*, 2015).

A continuación, profundizamos en tres grupos de habilidades parentales en más detalle.

Habilidades educativas

- Calidez en las relaciones con los hijos y reconocimiento de sus logros alcanzados en la medida de sus posibilidades.
- Control y supervisión del comportamiento infantil gracias a la comunicación y fomento de la confianza en sus buenas intenciones y capacidades.
- Estimulación y apoyo al aprendizaje: fomento de la motivación, proporcionar ayuda contingente a las capacidades infantiles y planificación de las actividades y tareas.
- Adaptabilidad a las características del niño o de la niña: capacidad de observación, perspectivismo (ponerse en el lugar del otro) y reflexión sobre las propias acciones y sus consecuencias.

Habilidades de desarrollo personal y resiliencia

- Autorregulación emocional.
- Manejo adecuado del estrés parental.
- Habilidades de comunicación y de resolución de conflictos.
- Optimismo y afrontamiento positivo de la adversidad.

Habilidades de autonomía personal y búsqueda de apoyo social

- Implicación en la tarea educativa al considerarse capaces para llevar a cabo el rol parental.
- Responsabilidad ante el bienestar infantil.
- Visión positiva del niño y de la familia.
- Buscar ayuda de personas significativas con el fin de complementar el rol parental en lugar de sustituirlo o devaluarlo.
- Acuerdo en la pareja sobre criterios educativos y los comportamientos que deben seguirse con los hijos e hijas.
- Identificar y utilizar los recursos para cubrir las necesidades como padres y como adultos.

6.2 Competencias infantiles

Desarrollo de habilidades resilientes a través de dos vías principales: el fomento de vínculos seguros y el desarrollo de estrategias de autorregulación personal. Más concretamente, se plantea promover los siguientes aspectos del desarrollo infantil:

- Desarrollo de apegos seguros.
- Adquisición de hábitos que acompañan a las rutinas y actividades habituales.
- Desarrollo del lenguaje y la comunicación.
- Aprendizajes básicos para la estimulación del desarrollo: atención, juego, planificación y resolución de tareas.
- Regulación emocional, cognitiva y conductual.
- Ajuste positivo a los contextos primarios mediante el fomento de la autoestima y de las habilidades sociales.

6.3 Competencias familiares

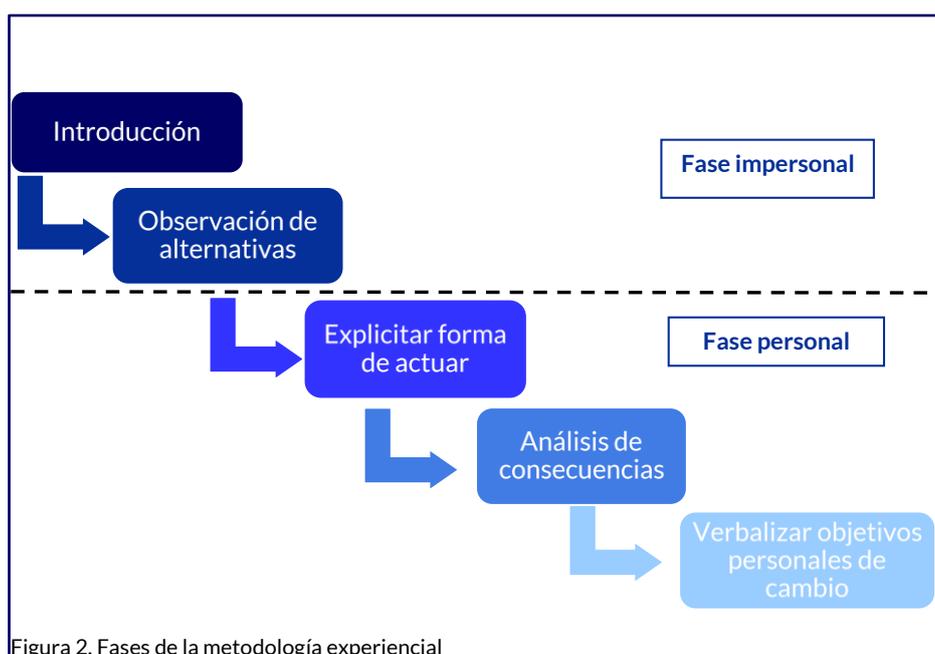
- Incrementar las relaciones y muestras de afecto, la comunicación y la implicación de todos los miembros de la familia en la vida cotidiana.
- Favorecer la relación entre los hermanos y hermanas (si es el caso) respetando los espacios de atención de cada uno y motivando la participación y realización de actividades conjuntas.
- Respaldar una distribución de tareas familiares que sea fruto del consenso familiar y de los principios de igualdad de género.
- Disfrutar de un ocio familiar lo más rico posible en experiencias y planificado hasta lo razonable, teniendo en cuenta los intereses y capacidades de todos sus miembros.
- Abrir espacios de participación escolares y extraescolares de relación de los hijos e hijas con amigos/amigas y compañeros/compañeras de clase, mediante contactos con el profesorado y propiciados entre las familias.

7. METODOLOGÍA, IMPLEMENTACIÓN Y EVALUACIÓN

Para la impartición de las sesiones de los programas de educación parental basados en evidencias recomendamos la *metodología experiencial* (Rodrigo *et al.*, 2010b). Los programas que se sitúan en este modelo, a diferencia del modelo academicista o técnico, llevan a cabo una reconstrucción del conocimiento episódico cotidiano en un escenario sociocultural de encuentro con otros participantes. Esto supone que la tarea principal que van a realizar los participantes es identificar, reflexionar y analizar sus propias ideas, sentimientos y acciones en los episodios de

la vida cotidiana. En este modelo se tienen en cuenta las creencias o ideas previas de los padres y las madres, ya que a partir de éstas y de las situaciones cotidianas, y mediante un proceso inductivo de construcción del conocimiento cotidiano-experiencial, van a ir construyendo su conocimiento como un “traje a la medida” sin seguir modelos ideales ni dejarse llevar por la discapacidad social.

La metodología experiencial está fundamentada en la observación de situaciones donde aparecen otras familias (fase impersonal) para que amplíen su punto de vista y sus conocimientos sobre otras formas de actuar. Esta fase es seguida por la aplicación de las situaciones al modelo educativo propio (fase personal) y la observación y análisis de las posibles consecuencias del modelo propio sobre la vida familiar para que lleguen a la formulación de compromisos de cambio en la propia vida familiar, si así lo consideran oportuno (Figura 2). Por ello se recomienda la visualización de los episodios cotidianos que permiten su fácil comprensión incluso en poblaciones sin alto grado de alfabetización o con escaso dominio del idioma local.



La tarea de la persona facilitadora es la de apoyar el proceso de construcción compartida del conocimiento en el grupo. Esto se consigue adoptando los siguientes principios: construcción del conocimiento como un miembro más del grupo; apoyar la iniciativa personal y reforzar los sentimientos de competencia; invitar a la negociación y a la búsqueda de consenso; partir de las preocupaciones y necesidades de los padres; proporcionar pistas que ayuden a los padres a descubrir los medios necesarios para solucionar los problemas y regular el clima emocional. Además de estas características, la persona facilitadora debe poseer dominio en el desarrollo de

dinámicas de grupos con habilidades tales como manejo de estados emocionales, recursos motivacionales, normas, turnos de palabra y respeto hacia las intervenciones de los demás.

En el marco de esta metodología experiencial se utilizan una serie de técnicas específicas:

Diálogos simultáneos.

Consisten en la organización del grupo en parejas o subgrupos para la discusión, debate, o estudio de un material presentado en el programa, de un asunto propuesto por la persona facilitadora o surgido en el grupo.

Discusión dirigida.

Se trata de discutir sobre un tema entre todos los miembros del grupo. El tema a debate tiene que poder tratarse desde diferentes perspectivas, pues de otra forma no se dará el debate.

Trabajo en pequeños grupos.

Se divide al grupo en parejas o pequeños subgrupos, cada uno de los cuales trabaja un tema con objeto de llegar a conclusiones parciales. Más tarde, de los informes de todos los pequeños subgrupos se extrae la conclusión general.

Estudio de casos.

Trata de la descripción detallada de una situación concreta (real o ficticia) sobre la que se pide a los participantes que, en el grupo grande o en pequeños grupos, analicen todos los factores que hay que tener en cuenta ante esta situación o conducta. Se ponen en común y se sacan conclusiones.

Juego de roles.

Consiste en representar una situación imaginaria, que se pueda transferir a la vida real, en la que las personas expresen sus propias emociones y reacciones ante la situación, con el objeto de intercambiar información para adquirir una mejor comprensión sobre un tema. Esta representación se puede hacer con guiones elaborados que los actores solo tienen que leer y representar, o bien partiendo de una historia base sobre la que los actores tendrán que elaborar sus propios papeles, en función de cómo perciben la situación o de cómo piensan ellos que actuarían en una circunstancia semejante.

Vídeo-fórum.

Se utiliza un vídeo para presentar y analizar un caso, unas escenas, o un tema. Previamente, se presenta el vídeo y se destacan ideas. Tras su visionado, la persona facilitadora formula una serie de preguntas referidas a su contenido y destinadas a favorecer la reflexión y generar un debate en el grupo sobre el tema de que se trate.

Fantasía guiada.

Consiste en pedir a los participantes que se imaginen una situación determinada, que va siendo descrita por la persona facilitadora de la manera más realista posible. Al mismo tiempo, se van

dando indicaciones sobre los aspectos o preguntas en las que se debe focalizar la atención. Posteriormente, una vez terminada la fantasía, se pide a los participantes que comenten su experiencia.

Compromisos.

Experiencias de transferencia de aprendizajes adquiridos en el grupo a la vida familiar que fomenta la implicación en los procesos de cambio que se proponen en las sesiones. Pueden ser los siguientes: a) Selección de una actividad a realizar con su hijo/a; b) Implementar una estrategia a llevar a cabo en determinadas situaciones; c) Reflexionar sobre sus propias actuaciones y crear una solución alternativa; d) Realizar observaciones sobre su propia conducta; e) Realizar observaciones sobre el comportamiento del hijo/a; y f) Identificar pensamientos y sentimientos propios. Es clave transmitir a los padres la importancia de establecer un compromiso personal de cambio que sea espontáneo, pero siempre que éste sea realista y ajustado a las características y realidades de cada familia. La persona facilitadora junto con el grupo debe ayudar a establecer los objetivos de cambio en términos específicos y operativos, para que les resulte más sencilla su formulación y su posterior cumplimiento.

Recuerda.

Ejercicios de síntesis y consolidación del conocimiento aprendido durante la sesión mediante respuestas de verdadero y falso ante una serie de enunciados que reflejan los contenidos aprendidos.

Entrenamiento con base en rutinas y secuencias de estimulación.

En la visita al hogar se establece un espacio para practicar secuencias de interacción padre/madre-hijo/a dirigidas por la persona facilitadora. Así, los padres pueden poner a prueba sus actuaciones y cobrar confianza y seguridad en la práctica de interacciones concretas, así como de rutinas cotidianas y actividades a realizar. Este tipo de entrenamiento es el que mayoritariamente se lleva a cabo en el Programa de apoyo domiciliario.

7.1. Implementación en la versión grupal

Llevar a cabo una buena implementación del programa es fundamental para poder poner a prueba su efectividad (Rodrigo, 2016). La duración de las sesiones grupales será de una hora y media y la frecuencia recomendada es semanal. Para una correcta implementación del programa es necesario disponer de unas instalaciones adecuadas que permitan desarrollar las actividades planificadas para los/las participantes durante las diferentes sesiones. Para ello, es necesario disponer de una sala grande con una mesa redonda y sillas, acorde al número de participantes, así como de un espacio de relajación con colchonetas y/o mantas para las actividades de relajación y/o fantasías guiadas, y un espacio de café y refrescos, que se utilizará para la merienda de los/las participantes. Se requiere además otro espacio para que los niños y niñas jueguen bajo la supervisión de una o dos personas voluntarias mientras los/las participantes desarrollan las sesiones grupales con las personas facilitadoras.

Respecto a las personas facilitadoras necesarias para la correcta implementación del programa, es necesario formar a tantas como sean necesarias en función de las características de los/las destinatarios (número de participantes, número de hijos/as, edades de los/as hijos/as, etc.); no obstante, el número mínimo de personas facilitadoras para desarrollar el programa de manera adecuada es de dos. Tienen que ser formadas en el enfoque conceptual, la metodología a seguir y en los módulos de contenidos y sesiones del programa para que acudan a las mismas con la mayor preparación posible que deberá completarse con sesiones previas de manejo de las actividades para que se conozcan perfectamente y no se pierda tiempo recordando cómo realizarlas.

A continuación, se detalla la estructura de módulos y sesiones de la versión domiciliaria:

Módulo 1. El desarrollo del vínculo afectivo

- Sesión 1. Cómo se establecen las relaciones de apego
- Sesión 2. La sensibilidad de el/la cuidador/a ante las necesidades del niño o la niña
- Sesión 3. Cuando el niño o la niña nos lo pone difícil
- Sesión 4. Los tipos de apego y sus consecuencias para el niño y la niña

Módulo 2. Aprender a conocer a nuestro/a hijo/a

- Sesión 1. Las necesidades de la infancia
- Sesión 2. Cómo es mi hijo/a
- Sesión 3. La línea del desarrollo
- Sesión 4. Educando entre pantallas

Módulo 3. Aprender a regular el comportamiento infantil

- Sesión 1. Observamos el comportamiento de nuestros hijos/as
- Sesión 2. Establecemos normas y ponemos límites al comportamiento infantil
- Sesión 3. Educamos para la convivencia
- Sesión 4. No hay una solución única

Módulo 4. La primera relación con la escuela

- Sesión 1. Mi hijo/a va a la escuela
- Sesión 2. La importancia de la familia en el apoyo escolar

- Sesión 3. Cómo fomentar la relación familia-escuela
- Sesión 4. Espacios de encuentro y colaboración con la escuela

Módulo 5. Educar, ¿una tarea en solitario?

- Sesión 1. Descubriendo la red
- Sesión 2. Apoyos importantes en mi vida
- Sesión 3. Buscando apoyos para cada problema
- Sesión 4. Tejiendo redes: cómo utilizar los apoyos sociales de mi entorno

7.2 Implementación en la versión domiciliaria

En la visita domiciliaria es muy importante establecer una relación de confianza con las figuras parentales, ya que se pueden sentir criticados, vigilados, se pueden sentir avergonzados por las condiciones de su hogar o pueden tener miedo de que se puedan derivar consecuencias negativas de las visitas (vg., retirada del hijo o hija). Es una relación en la que no se debe prejuzgar, “dar una clase” o criticar lo negativo que observamos, puesto que con esto va a decrecer su confianza básica en nosotros y nuestros propósitos de ayuda. Por el contrario, hay que remarcar los aspectos positivos, los puntos fuertes para, a partir de estos, ir desarrollando un acercamiento positivo que tenga una finalidad de apoyo y acompañamiento para consolidar lo aprendido en el programa grupal (Shanti, 2020). Asimismo, es muy importante animar la participación de la figura paterna si es posible, dado que son una fuente de estimulación del desarrollo infantil muy importante y además se promueve el acuerdo de la pareja en pautas educativas (Wells y Exner-Cortens, 2016).

A continuación, se detalla la *secuencia básica* para el establecimiento de una buena y fructífera relación con las figuras parentales de cuidadores principales durante las visitas (adaptado del Programa “Parents too soon” del Departamento de Human Services del Estado de Illinois, USA):

1. Comienzo de la relación: Orientación

- Se trata de construir una relación basada en la seguridad y confianza.
- Se dan a conocer los objetivos del programa, las actividades, las expectativas del programa y lo que se espera de ellos/as.
- Se identifican los puntos fuertes de la familia.
- Se planifica el trabajo futuro (horarios, normas, etc.).

2. Escuchar y comprender: Aceptación

- Se descubre cómo es la vida de la familia, así como sus sueños y deseos.

- Se reconocen y apoyan los puntos fuertes de la familia y sus logros (cómo hacen lo que hacen bien).
- Se identifican las oportunidades que el programa ofrece a la familia.
- Se clarifican las expectativas y deseos de las familias respecto al programa.
- Se clarifican los roles y límites de las personas facilitadoras.
- Se acuerda trabajar conjuntamente.

3. Ayudar a considerar alternativas: Comprensión mutua

- Se anima y permite a las familias utilizar sus propias estrategias y mostrar sus capacidades.
- Se proporciona información en los momentos precisos de forma clara y comprensible.
- Se descubre la existencia de otros modos alternativos de hacer las cosas.
- Se apoya y anima a las familias a que tomen decisiones.
- Se despliega una variedad de roles para complementar las necesidades de las familias.
- Se elaboran planes conjuntos para alcanzar determinados objetivos o cubrir determinadas necesidades tanto de los padres como de los hijos e hijas.

4. Apoyar la experimentación: Acuerdo

- Se prueban determinados comportamientos y se adaptan a las características y necesidades de los hijos e hijas.
- Se explora y se habla acerca de cómo les van las cosas.
- Se felicita por el trabajo realizado y los logros conseguidos.
- Se reflexiona acerca de los sucesos cotidianos para identificar nuevos problemas.
- Se acuerdan nuevos objetivos y planes de acción para abordarlos.
- Se construye un sentido del cumplimiento de lo acordado y planeado.
- Se reconocen nuevas habilidades y la mejora de las anteriores.

5. Cambio: Nuevos compromisos

- Se revisa y se habla de lo que se ha conseguido, los obstáculos surgidos y cómo se han superado.
- Se reconoce lo logrado y se refuerza tomando como comparación el cómo se empezó.
- Se consideran opciones para lo que falta por conseguir.
- Se plantean compromisos y se trazan planes para lograrlo.

6. Despedida: Confianza en el futuro

- Se manifiestan los sentimientos sobre el fin de las visitas.
- Se recuerdan los logros obtenidos y las nuevas percepciones sobre su rol.
- Se centran en el futuro.
- Se revisan los recursos personales, familiares y comunitarios.
- Se refuerzan los sentimientos de la propia competencia y se transfiere el apoyo del programa al de las redes tanto personales como institucionales.
- Se hacen planes para el proyecto de vida.

El contenido de las visitas gira en torno al entrenamiento en las rutinas: alimentación, sueño, aseo, baño, juego, paseo y actividades de estimulación propuestas. Además, las rutinas se articulan en períodos de tiempo para que se adapten mejor a las edades de los niños y las niñas de la familia: 0-6 meses, 6 a 12 meses, 12 a 18 meses, 18 a 24 meses, 2 a 3 años, 3 a 4 años, 4 a 5 años, 5 a 6 años y 6 a 7 años.

Se recomienda que la duración de las visitas sea de una hora y media aproximadamente y la frecuencia recomendada es semanal. Si las figuras parentales están siguiendo el programa grupal y el domiciliario, normalmente no a la vez sino en secuencia, se deben propiciar reuniones de coordinación entre el personal técnico responsable de ambos. Es una situación ideal el que lo lleve el mismo personal que ha llevado la versión grupal.

7.3 Evaluación

Se plantea un diseño que cumpla con los estándares internacionales de calidad para una evaluación de la efectividad (Flay et al., 2005; Gottfredson et al., 2015). Según dichos estándares, el diseño debe permitir demostrar que los objetivos del programa se han alcanzado y que la intervención produce mayoritariamente efectos positivos en los participantes y en sus familias en las dimensiones analizadas, todo ello en contraste con un grupo control. Asimismo, se debe demostrar el posible impacto en los resultados del programa de las condiciones de implementación en condiciones reales.

El diseño de evaluación debe cumplir los siguientes objetivos:

- Reducir la posible existencia de sesgos no controlados en la composición de los grupos.
- Distinguir con rigor estadístico entre los resultados alcanzados en los distintos componentes de la intervención.
- Cubrir en los resultados del programa las dimensiones claves en el ejercicio de la parentalidad positiva, así como las derivadas de la implementación del programa.
- Minimizar los sesgos de subjetividad en la obtención de las respuestas utilizando instrumentos estandarizados.

- Minimizar los sesgos en la obtención de la información de las familias, debidos a su grado de conocimiento con la persona que recoge dicha información.

Para alcanzar los objetivos descritos el diseño de evaluación debe tener las siguientes características:

- (a) **Ser experimental** al permitir una atribución causal de los resultados alcanzados a la participación del programa. Para ello, se recomienda utilizar un ensayo controlado aleatorizado “randomized controlled trial, RCT” (Schulz et al CONSORT Statement, 2010) que permite asignar al azar a los participantes que siguen el programa Crecer Felices en Familia II y los que no lo siguen. Además, se registran medidas previas al programa, inmediatas a la finalización del programa y de seguimiento una vez terminado el programa.
- (b) **Ser componencial** al poner a prueba los efectos diferenciales de sus componentes en varios grupos. Para ello, es recomendable que el grupo control sea un grupo activo donde se llevan a cabo acciones alternativas a la aplicación del programa. Si se trata de tres grupos se puede aplicar en todos ellos un componente de preparación para la inserción laboral; en el segundo grupo se añade un componente de respiro consistente en actividades de apoyo a la conciliación familiar-laboral; en el tercer grupo se añade un componente psicoeducativo consistente en la implementación del programa Crecer Felices en Familia II en su versión grupal y domiciliaria.
- (c) **Ser multidimensional** al evaluar sus resultados en varias dimensiones de los hijos e hijas, de las figuras parentales y de la familia, del contexto familiar, así como del programa.
- (d) **Ser multi-informante** ya que los registros se hacen a partir de las informaciones provenientes de las figuras parentales, del personal técnico de los servicios sociales a los que acuden las familias y del personal técnico facilitador en las sesiones del programa Crecer Felices en Familia II.
- (e) **Tener externalizada** la recogida de información de las familias en los tres grupos de la intervención siguiendo el mismo procedimiento.

En cuanto a las dimensiones a analizar para probar la efectividad del programa, se debe entender que el ejercicio de la parentalidad depende de varias dimensiones. En la Figura 3 se ilustran las dimensiones que deberían tenerse en cuenta para la evaluación.



Figura 3. Dimensiones a evaluar en la intervención que condicionan el ejercicio de la parentalidad positiva

Como se observa, las dimensiones se ordenan en círculos concéntricos que representan los sistemas de influencias según el modelo ecológico de la parentalidad (Belsky, 1984) y del desarrollo humano (Bronfenbrenner, 1987; Bronfenbrenner y Evans, 2000), desde las influencias más próximas hasta las más distantes, así como las interrelaciones entre éstas. El desarrollo del niño y de la niña está relacionado con su edad, sexo, estatus de desarrollo y ajuste evolutivo percibido. Dicho desarrollo se relaciona, a su vez, con las influencias de su entorno más próximo conformado por las figuras parentales según sus actitudes y prácticas educativas, cómo perciben sus capacidades parentales, el estrés parental y su red de apoyo. Todo ello se enmarca, a su vez, en el funcionamiento del sistema familiar según su capacidad de cohesión, adaptabilidad a los retos y la resiliencia de sus miembros.

El contexto donde se mueve la familia es también clave según indica su perfil sociodemográfico y de riesgo psicosocial, así como dos aspectos claves que son la precariedad económica percibida y la gestión de la conciliación familiar y laboral. Por último, hay que considerar la influencia de la calidad del apoyo que brinda el propio programa de intervención, donde hay que tener en cuenta el perfil del personal técnico, su entrenamiento, la conformación de los grupos de participantes, la monitorización de las sesiones, la participación y satisfacción de los participantes, así como la organización del servicio y el desarrollo profesional del equipo técnico que lo implementa. La buena calidad de la implementación del programa redundará no solo en la obtención de mejores resultados en las familias participantes, sino que también se acompaña de una mejora en la organización del servicio y de las competencias de los profesionales, lo cual puede contribuir a su sostenibilidad en el servicio.

En suma, el reto del diseño de evaluación de la efectividad es poder registrar las dimensiones y variables relativas al sistema de influencias descrito, con el fin de poder desarrollar hipótesis relevantes sobre el impacto de la intervención que se pondrán a prueba cuando se analicen los resultados, teniendo en cuenta el poder modulador de la calidad de la implementación del programa. Todo ello permite analizar los cambios observados en dicho sistema de influencias que, más allá de la constatación de cambios aislados, tratan de ilustrar el impacto de la intervención en la complejidad de la ecología de la parentalidad positiva y del desarrollo infantil.

8. REFERENCIAS

Ainsworth, M.D.S., Blehar, M., Waters, E., y Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the Strange Situation*. Hillsdale, NJ: Erlbaum Assoc.

Álvarez, M., Rodrigo, M. J., y Byrne, S. (2018). What implementation components predict positive outcomes in a parenting program? *Research on Social Work Practice*, 28(2), 173-187.

Álvarez, M., Byrne, S., & Rodrigo, M. J. (2021). Social support dimensions predict parental outcomes in a Spanish early intervention program for positive parenting. *Children and Youth Services Review*, 121, 105823.

Álvarez, M., Byrne, S., & Rodrigo, M. J. (2020). Patterns of individual change and program satisfaction in a positive parenting program for parents at psychosocial risk. *Child & Family Social Work*, 25(2), 230-239.

Álvarez, M., Padilla, S., & Rodrigo, M. J. (2021). El apoyo social en los programas domiciliarios y grupales de educación parental. *Bordón: Revista de pedagogía*, 73(2), 9-24.

Álvarez, M., & Padilla, S. y Máiquez, M.L. (2016). Home and group-based implementation of the “Growing up happily in the family” program in at-risk psychosocial contexts. *Psychosocial Intervention*, 25(2), 69-78.

Belsky, J. (1984). The determinants of parenting: A process model. *Child development*, 83-96.

Bernier, A., Carlson, S. M. y Whipple, N. (2010). From external regulation to self-regulation: Early parenting precursors of young children’s executive functioning. *Child Development*, 81, 326–339.

Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss: Attachment* (2nd ed.). London: The Hogarth Press.

Bowlby, J. (1977). The making and breaking of affection bonds: Aetiology and psychopathology in the light of attachment theory. *British Journal of Psychiatry*, 130, 201-210.

Bowlby, J. (1980). *Attachment and loss: Vol. 3. Loss, sadness and depression*. New York: Basic Books.

Bronfenbrenner, U. (1987). *La ecología del desarrollo humano*, Barcelona, Paidós.

Bronfenbrenner, U., y Evans, G. W. (2000). Developmental science in the 21st century: Emerging questions, theoretical models, research designs and empirical findings. *Social development*, 9(1), 115-125.

Bruner, J. (1988). *Realidad mental y mundos posibles*. Barcelona: Gedisa.

Consejo de Europa (2006). Recomendación Rec 19 del Comité de Ministros a los Estados Miembros sobre *Políticas de Apoyo a la Parentalidad Positiva*. Recuperado en: <http://www.msssi.gob.es/ssi/familiasInfancia/parentalidadPos2012/docs/informeRecomendacion.pdf>

Daly, M. (2012). *La parentalidad en la Europa Contemporánea: un enfoque positivo*. Madrid: Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad. Recuperado en: <http://www.msssi.gob.es/ssi/familiasInfancia/parentalidadPos2012/docs/ParentalidadEuropacomtemp.pdf>

Egeland, B., Weinfeld, N., Bosquet, M. y Cheng, V. (2000). Remembering, repeating, and working through: Lessons from attachment-based interventions. En J. Osofsky (Ed.), *WHIMH Handbook of Infant Mental Health* (vol. 4, pp. 35-89). New York: John Wiley & Sons.

- Eisenberg, N., Valiente, C., Morris, A. S., Fabes, R. A., Cumberland, A., Reiser, M. y Losoya, S. (2003). Longitudinal relations among parental emotional expressivity, children's regulation, and quality of socioemotional functioning. *Developmental Psychology*, 39, 3–19.
- Flay, B.R., Biglan, A., Boruch, R.F., Castro, F.G., Gottfredson, D., Kellam, S., Mościcki, E.K., Schinke, S., Valentine, J.C., y Jiet, P. (2005). Standards of evidence: criteria for efficacy, effectiveness, and dissemination. *Prevention Science*, 6(3), 151–75.
- Fonagy, P., Gergely, G., y Target, M. (2007). The parent-infant dyad and the construction of the subjective self. *J Child Psychol Psychiatry*. 2007;48 (3–4):288–328.
- Fonagy, P., Leigh, T., Steele, M., Steele, H., Kennedy, R., Mattoon, G., Target, M., y Gerber, A. (1996). The relation of attachment status, psychiatric classification, and response to psychotherapy. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 64, 22–31.
- Goldberg, S., Muir, R., y Kerr, J. (Eds) (1995). *Attachment theory: social, developmental and clinical perspectives*. New York: Analytic Press.
- Gottfredson, D.C., Cook, T.D., Gardner, F.E.M., Gorman-Smith, D., Howe, G.W., Sandler, I.N., y Zafft, K.M. (2015). Standards of evidence for efficacy, effectiveness, and scale-up research in prevention science: Next generation. *Prevention Science*, 16, 893–926.
- Guralnick, M. J. (2011). Why early intervention works: A systems perspective. *Infants & Young Children*, 24(1), 6–28.
- Guralnick, M. J. (2013). Developmental science and preventive interventions for children at environmental risk. *Infants & Young Children*, 26(4), 270–285.
- Iwaniec, D., Herbert, M., y Sluckin, A. (2002). Helping emotionally abused and neglected children and abusive carers. En K.D. Browne, H. Hanks, P. Stratton, y C. Hamilton (Eds), *Early Prediction and Prevention of Child abuse*. New York: John Wiley & Sons.
- Kaye, K. (1986). *La vida social y mental del bebé. Cómo los padres crean personas*. Barcelona: Paidós.
- Laws, R., Walsh, A. D., Hesketh, K. D., Downing, K. L., Kuswara, K., y Campbell, K. J. (2019). Differences between mothers and fathers of young children in their use of the internet to support healthy family lifestyle behaviors: Cross-sectional study. *Journal of Medical Internet Research*, 21(1), 1–12.
- Luby, J., Belden, A., Botteron, K., Marrus, N., Harms, M., Babb, C., Barch, D. (2013). The effects of poverty on childhood brain development: The mediating effect of caregiving and stressful life events. *JAMA Pediatrics*, 167(12), 1135–1142.
- Máiquez, M.L.; Rodrigo, M.J.; Padilla, S.; Rodríguez, B.; Byrne, S., y Perez, L. (2012). *Crecer felices en familia. Programa domiciliario de apoyo psicoeducativo para promover el desarrollo infantil*. Valladolid: Junta de Castilla y León.
- Muraven, M., y Baumeister, R.F. (2000). Self-regulation and depletion of limited resources: Does self-control resemble a muscle? *Psychological Bulletin*, 126, 247–259.
- Ochaita, E., y Espinosa, M. A. (2012). Los Derechos de la Infancia desde la perspectiva de las necesidades. *Educación Siglo XXI*, 30(2), 25–46.
- Osofsky, J.D. y Thompson, D. (2000). Adaptive and maladaptive parenting, *Handbook of Early Childhood Intervention*, 2nd ed., pp. 54–75.

Raffaelli, M., Crockett, L. J. y Shen, Y. (2005). Developmental stability and change in self-regulation from childhood to adolescence. *Journal of Genetic Psychology*, 166, 54-75

Repetti, R. L., y Wang, S. (2014). Employment and parenting. *Parenting: Science and Practice*, 14, 121-132. <https://doi.org/10.1080/15295192.2014.914364>

Rodrigo, M. J. (2016). Quality of implementation in evidence-based positive parenting programs in Spain: Introduction to the special issue. *Psychosocial Intervention*, 25(2), 63-68.

Rodrigo, M.J., y Callejas, E. (2021). La promoción de la parentalidad positiva mediante programas basados en evidencias. En M. O. Salazar Muñoz (Editor), *Parentalidad, cuidados y bienestar infantil en contextos adversos*. Santiago de Chile: Ministerio de Desarrollo Social y Familia.

Rodrigo, M.J., Máiquez, M.L., y Martín, J.C. (2010a). *Parentalidad Positiva y Políticas Locales de Apoyo a las familias: Orientaciones para favorecer el ejercicio de las responsabilidades parentales desde las corporaciones locales*. Madrid: Federación Española de Municipios y Provincias y Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad, España. <http://www.msssi.gob.es/ssi/familiasInfancia/docs/folletoParentalidad.pdf>

Rodrigo, M.J., Máiquez, M.L., y Martín, J.C. (2010b). *La Educación Parental como recurso psicoeducativo para promover la parentalidad positiva*. Madrid: Federación Española de Municipios y Provincias y Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad, España. <http://www.msssi.gob.es/ssi/familiasInfancia/docs/eduParentalRecEducativo.pdf>

Rodrigo, M.J., Máiquez, M.L., y Martín, J.C. (2011). *Buenas prácticas profesionales para el apoyo de la parentalidad positiva*. Madrid: Federación Española de Municipios y Provincias y Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad, España.

https://www.mdsocialesa2030.gob.es/derechos-sociales/familias/Parentalidad_Positiva/docs/BuenasPractParentalidadPositiva.pdf

Rodrigo, M.J., Máiquez, M.L., Martín, J.C., y Byrne, S. (2008). *Preservación familiar. Un enfoque positivo para la intervención con familias*. Pirámide.

Rodrigo, M.J., Máiquez, M.L., Martín, J.C.; Byrne, S., y Rodríguez, B. (2015). *Manual práctico en parentalidad positiva*. Madrid: Síntesis.

Rodrigo, M.j., Máiquez, M.L., Byrne, S., Rodríguez-Ruiz, B., Martín, J.C., Rodríguez, G. y Pérez, L. (2009). *Crecer Felices en Familia. Programa de apoyo psicoeducativo para promover el desarrollo infantil*. Valladolid. Junta de Castilla y León.

Rogoff, B. (1993). *Aprendices del pensamiento. El desarrollo cognitivo en el contexto social*. Barcelona: Paidós.

Sanders, M. R., y Mazzucchelli, T. G. (2013). The promotion of self-regulation through parenting interventions. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 16(1), 1-17

Schulz KF, Altman DG, Moher D, et al. (2010). CONSORT 2010 Statement: updated guidelines for reporting parallel group randomised trials. *Trials*, 11-32.

Shah, R., Kennedy, S., Clark, M. D., Bauer, S. C., y Schwartz, A. (2016). Primary care- based interventions to promote positive parenting behaviors: A meta-analysis. *Pediatrics*, 137(5), e20153393-e20153393.

Shanti, C. (2020). The early head start (EHS) home visitor perspective: What does it take to engage parents? *Children and Youth Services Review*, 116, 105154.

- Shonkoff, J.P, y Meisels, S. (2000). *Handbook of early childhood intervention*. Cambridge: University Press.
- Shonkoff, J. P., y Fisher, P. A. (2013). Rethinking evidence-based practice and two-generation programs to create the future of early childhood policy. *Development and Psychopathology*, 24(6188), 1635–1653.
- Shonkoff, J.P. y Phillips, D.A. (2000). *From neurons to neighbourhoods: The science of early childhood development*. Wasington, D.C.: National Academic Press.
- Stern, D. (1994). One way to build a clinically relevant baby. *Infant Mental Health Journal*, 15 (1), 9-25.
- Tangney, J.P., Baumeister, R.F., y Boone, A.L. (2004). High self-control predicts good adjustment, less pathology, better grades and interpersonal success. *Journal of Personality*, 72, 271-324.
- Trevarthen, C. (1993). The self born in Intersubjetivity: The Psychology of infant communication. En U. Neisser (Ed), *The Perceived Self: Ecological and Interpersonal Sources of Self-Knowledge*. New York: Cambridge University Press.
- Vohs, K.D., y Baumeister, R.F. (2004). Understanding self-regulation. En R. F. Baumeister y K.D. Vohs (Eds), *Handbook of self-regulation*. New York: The Guilford Press.
- Vygotsky, L.S. (1995). *Pensamiento y Lenguaje*. Barcelona: Paidós.
- Wells, L., & Exner-Cortens, D. (Eds). (2016). *Fatherhood involvement reference report*. Calgary, AB: The University of Calgary, Shift: The Project to End Domestic Violence. https://prism.ucalgary.ca/bitstream/handle/1880/51894/R31_Shift_2016_Fatherhood_involvement_reference_report.pdf?sequence=3&isAllowed=



Financiado por
la Unión Europea
NextGenerationEU



Crece Felices en Familia II

PROGRAMA PSICOEDUCATIVO DE PARENTALIDAD POSITIVA PARA
PROMOVER EL DESARROLLO INFANTIL Y LA CONVIVENCIA FAMILIAR

Versión grupal
Módulos y sesiones



Financiado por
la Unión Europea
NextGenerationEU





Creceer Felices en Familia II



Módulo 0

Un momento para conocernos





Financiado por
la Unión Europea
NextGenerationEU



MÓDULO 0. UN MOMENTO PARA CONOCERNOS

Introducción

Esta sesión tiene como objetivo principal que la persona facilitadora y los/las participantes se conozcan entre sí, creando un clima de confianza y seguridad en el que poder trabajar a lo largo de todo el programa. Es fundamental que el grupo se sienta cómodo y relajado trabajando juntos/as, ya que la dinámica de este programa implica mucho trabajo cooperativo y se enriquece con el trato entre las personas y el intercambio de sus experiencias. Por ello, es sumamente relevante generar un clima de apoyo y unión desde el comienzo del programa y entre todas las personas implicadas en su desarrollo.

Además de ello, en esta sesión, se pretende conocer las expectativas de los componentes del grupo en relación con el programa, con los aprendizajes acerca del ejercicio de su tarea como padres, madres o cuidadores/as principales y sobre los miembros del grupo, con el fin de ajustarlas a los objetivos específicos del programa y a lo que él podrá aportarles. Se continuará la sesión concretando las normas que velarán por el buen funcionamiento del grupo. Para finalizar, cada persona hará una presentación de su familia.

Objetivos

- Establecer un clima adecuado para el desarrollo del programa.
- Facilitar el conocimiento personal entre los/las participantes del programa y con la persona facilitadora.
- Fomentar una relación cordial, de respeto y de ayuda entre los componentes del grupo.
- Iniciar la creación del vínculo con la persona facilitadora y entre los/las participantes.
- Concretar las normas de funcionamiento del grupo.
- Conocer las expectativas de los/las participantes en relación con el programa y al propio grupo.

Sesiones que componen el módulo

- Sesión 0. Un momento para conocernos

Actividades

- Actividad 1. Encadenados/as (15 minutos).
- Actividad 2. Busca tu pareja (20 minutos).
- Actividad 3. Las normas del grupo (20 minutos).
- Actividad 4. Nuestras familias (35 minutos).

Recursos

- Cartulinas o folios DIN-A3.
- Lápices de colores.
- Rotuladores.
- Tijeras.
- Papeles de colores.
- Pegamentos.
- Anexo 1. Nuestro puzle

SESIÓN 0. Un momento para conocernos

Actividad 1. Encadenados/as

Con esta actividad se pretende que el grupo se conozca, a la vez que se genera un clima lúdico y distendido entre los/las participantes. Para iniciarla, la persona facilitadora pedirá a los componentes del grupo que se pongan de pie, formando un círculo. A continuación, explicará que cada persona dirá su nombre y algo que le gusta. Además, hará un gesto. Por ejemplo: “*me llamo Ana, me gusta leer y mi gesto es hacer un salto adelante*”. Tras ello, la siguiente persona deberá repetir la información y el gesto de los/las participantes anteriores antes de añadir su información y gesto. Por ejemplo: “*ella se llama Ana, le gusta leer y su gesto es dar un salto (hacerlo); él se llama Manuel, le gusta caminar por las tardes y su gesto es dar pasos (hacerlo); yo soy X, me gusta X y mi gesto es X (hacerlo)*”. Se recomienda que la persona facilitadora forme parte de la actividad haciendo también su presentación. La dinámica continuará de la misma forma hasta la última persona, la cual deberá decir los nombres, los gustos y los gestos de todo el grupo.

De cara a la agrupación de los miembros del grupo, para la realización de la actividad, se propone que, si el grupo es muy numeroso (20 personas o más) se puede dividir en 2 subgrupos. Sin embargo, si es inferior a 15 personas, es mejor mantener un único grupo.

Nota para la persona facilitadora: *atendiendo a la formación sobre dinámica de grupos y a las dinámicas allí trabajadas, se podrá hacer variaciones en dinámicas de presentación que se ajusten al estado y funcionamiento del grupo en el momento del desarrollo de la sesión 0.*

Actividad 2. Busca a tu pareja.

En esta actividad se trabajarán las expectativas de las/los participantes en relación con el programa. Para facilitar la identificación de estas, la primera parte de la actividad consistirá en formar frases, a modo de puzles, que representan expectativas sobre el programa y sobre la función parental. En la segunda parte, los/las participantes reflexionarán sobre el significado de estas frases y si añadirían otras expectativas.



Para comenzar, la persona facilitadora repartirá una pieza de puzle a cada participante (Anexo 1). Los puzles están compuestos únicamente por dos piezas, por lo que cada uno/a tiene que encontrar su pareja encajando la frase que hay en cada una de estas. Todas pueden encajar unas con otras en su forma, lo importante es que encaje el contenido de la frase.

Nota para la persona facilitadora: en el caso de que el número de personas participantes supere al de piezas del puzle se recomienda imprimir tantas copias como sea necesario, para que cada participante tenga una pieza, aunque se repita esa expectativa.

Una vez que se hayan formado todas las parejas, se colocarán juntas y darán sus opiniones sobre la frase que han formado. Pasado un tiempo, en gran grupo, cada pareja comentará su frase y lo que opinan con respecto a ella. Cuando todas las parejas hayan participado, la persona facilitadora preguntará:

- ¿Añadirían otras expectativas a las que se han comentado?

La persona facilitadora promoverá la expresión de al menos una expectativa diferente a las que están en el anexo, siendo recomendable que la mayoría de las parejas aporten algo nuevo. Para finalizar, la persona facilitadora destacará que, a lo largo del programa, podrán ir descubriendo si se cumplen estas expectativas o si surgen nuevas, que se podrán unir a las que se plantearon inicialmente.

Actividad 3. Las normas del grupo.

Esta actividad consiste en establecer las normas del grupo. Es importante que salgan de todo el grupo y que no sean impuestas por la persona facilitadora. Para ello, esta dará un tiempo breve a los/las participantes para que, de forma individual, piensen en una norma que creen importante para el buen funcionamiento del grupo. Posteriormente, cada participante irá proponiendo su norma justificando el porqué de esta. La persona facilitadora apuntará en una cartulina aquellas con las que el grupo esté de acuerdo. En el caso de que alguna de las siguientes normas no sea expuesta por los/las participantes, la persona facilitadora deberá proponerlas, ya que son fundamentales para el desarrollo del programa:

- Respetar la confidencialidad de lo que se cuente en la sesión.
- Respetar los turnos de palabra.
- Evitar las críticas directas y no constructivas.
- Mantener una actitud de colaboración y de apoyo.
- No acaparar el tiempo para que los/las demás también puedan expresarse.
- Ser puntual y asistir con regularidad a las sesiones.

Estas normas se mantendrán expuestas en un lugar visible donde se implemente el programa.

Actividad 4. Nuestras familias.

El objetivo de esta actividad es que los/las participantes den a conocer a su familia a través de la elaboración de una fotografía familiar artística. La persona facilitadora, les indicará que en ella deberán incluir a las personas que conforman su familia.

Para llevarla a cabo, la persona facilitadora le entregará a cada participante una cartulina o folio DIN-A3, rotuladores, pegamentos, papeles de colores, tijeras y lápices de colores. Una vez elaborada la fotografía familiar, la persona facilitadora pedirá a cada participante que presente a su familia describiendo a cada persona que la compone. Para esto podrá decir: el nombre de todas las personas, características relevantes de estas, lo que más le gusta de ellas, etcétera.

Anexo 1. Nuestro puzzle

Los padres y las madres tienen un papel...

...fundamental en la educación de los/las hijos/as.

Los/las participantes de este programa...

...creemos que podemos mejorar nuestras competencias para educar a los hijos y las hijas.

La parentalidad es un proceso

...duro y complicado, pero con ayuda se puede afrontar.

Trabajando todos y todas juntos/as...

...es más fácil encontrar una solución a los problemas.

Nuestros problemas no son únicos, hay...

...otras personas que están viviendo lo mismo y nos podemos ayudar.

Con este programa vamos poder expresar...

...nuestras inquietudes con respecto a nuestras hijas, nuestros y nuestra parentalidad.



Financiado por
la Unión Europea
NextGenerationEU





Crecer Felices en Familia II



Módulo 1 El desarrollo del vínculo afectivo





Financiado por
la Unión Europea
NextGenerationEU



MODULO 1. EL DESARROLLO DEL VÍNCULO AFECTIVO

Introducción

El afecto es uno de los pilares fundamentales en los que se sustentan las relaciones entre padres y madres y sus hijos e hijas. El establecimiento de relaciones afectivas saludables con su madre, con su padre u otros cuidadores próximos permite al niño y la niña crecer en un entorno en el que se siente seguro/a y confía en las personas que le rodean; lo que le da pie a explorar su entorno y a sentirse más motivado para aprender de cada nueva experiencia.

A la relación exclusiva de afecto que establece el niño o la niña hacia su padres, madres o cuidadores principales se la denomina apego. Este vínculo afectivo no sólo se basa en que sus padres le demuestran cariño, sino en que, además, se mantienen próximos a él/ella para proporcionarle seguridad, consuelo y protección. El cuidador, una vez establecido el lazo, atiende de forma regular y coherente a sus demandas. Los pequeños y pequeñas, por su parte, vienen ya preparados desde el nacimiento para atraer la atención de sus padres, madres o cuidadores, por medio de miradas, sonrisas, balbuceos, etc., lo cual les asegura el cariño, la seguridad y la protección que necesitan para abrirse paso en el mundo.

El establecimiento de relaciones de apego con los cuidadores es una forma de “asegurarse” que sus necesidades físicas, afectivas y cognitivas van a quedar bien cubiertas. Por eso, la relación de apego se establece muy temprano en la vida del niño y la niña, entre los seis meses y el año.

Pero la relación de apego no siempre resulta segura o saludable. Cuando las necesidades de los niños y las niñas no están cubiertas, cuando la interacción con ellos/ellas se basa en la frialdad y hostilidad, cuando los padres o las madres se muestran incoherentes e insensibles, y sobre todo, cuando se ejercen malos tratos, las consecuencias pueden ser muy perjudiciales para su desarrollo. En este caso, los bebés aprenden que su entorno es impredecible, echan de menos las demostraciones de afecto y, en las situaciones más graves, pueden crecer en una atmósfera de miedo e inseguridad.

En este módulo vamos a conocer los distintos tipos de apego y cómo se establecen estas relaciones en las etapas más tempranas de la vida de los niños y las niñas. También vamos a prestar atención al papel que tiene la madre y el padre (o cuidador principal) y el niño o la niña en el mantenimiento de su relación afectiva. Respecto a la madre y el padre, profundizaremos en su sensibilidad o capacidad para detectar las demandas de sus hijos e hijas y responder a éstas. Así como analizaremos lo importante que resulta que respondan de forma coherente a estas demandas. Respecto a los niños y las niñas, también se analizará la manera en que éstos contribuyen al establecimiento del vínculo afectivo con su forma de ser y de actuar.

Por último, vamos a conocer de qué forma las relaciones de apego influyen en el desarrollo posterior del niño/a. Así, por ejemplo, descubriremos que una relación de apego saludable proporciona al niño/a una base segura para el desarrollo de su yo y las relaciones con los demás.

Objetivos

- Reflexionar sobre las experiencias que originan el establecimiento de los distintos tipos de apego.
- Conocer las consecuencias de la relación de apego en el desarrollo de los hijos y las hijas.
- Conocer y analizar los distintos tipos de apego que pueden darse en las relaciones padres/madres-hijos/as.
- Identificar los contextos familiares que pueden dificultar el mantenimiento de relaciones de apego seguras.

Sesiones que componen el módulo

- Sesión 1. Cómo se establecen las relaciones de apego.
- Sesión 2. La sensibilidad de el/la cuidador/a ante las necesidades de el/la niño/a.
- Sesión 3. Cuando el niño o la niña nos lo pone difícil.
- Sesión 4. Los tipos de apego y sus consecuencias para el niño y la niña.

SESIÓN 1. Cómo se establecen las relaciones de apego

En esta sesión nos proponemos analizar el establecimiento del vínculo de apego entre el/la bebé y su madre, su padre o su cuidador, así como la importancia que tiene ayudar a formar este vínculo de cara a su desarrollo y bienestar. Desde que nace, el/la bebé está muy indefenso ante el mundo y por ello viene preparado para poder establecer una relación especial de apego con una persona cercana que satisfaga sus necesidades, entre las cuales están sus necesidades de afecto y de cuidados. Pero hace falta que esa persona esté disponible emocionalmente y sepa establecer un contacto afectuoso, respondiendo a sus llantos, sus miradas, sus sonrisas, sus ruiditos, es decir, todo el despliegue de manifestaciones que hace su bebé con el fin de atraer su atención. Para ayudar al cuidador a ponerse en situación, vamos a presentar una historia que relata los primeros meses de convivencia entre un/una bebé y uno de sus cuidadores/as principales. A partir de esta historia, se pretende que los/las participantes tomen conciencia de la variedad de situaciones de ser padres y madres, los sentimientos que lleva aparejados desde el comienzo, el papel de las personas de su alrededor, cómo se van estableciendo las primeras relaciones con su bebé, etcétera. Por último, la narración servirá como guía para reflexionar sobre la propia historia de relación que cada participante ha establecido con su hijo o su hija. Éste es un paso previo para despertar la sensibilidad de las/los cuidadoras/es hacia las necesidades de su hija o hijo, y promover así que ocupen un papel activo y protagonista dirigido a satisfacer estas necesidades y posibilitar un desarrollo adecuado.

Objetivos

- Tomar conciencia de la diversidad de maneras de vivir el rol parental desde el comienzo.
- Reflexionar sobre cómo influyen las distintas maneras de vivir la parentalidad en la relación afectiva que establece con su hija o su hijo.
- Analizar el tipo de relación afectiva que ha establecido con su bebé.

Actividades

- Actividad 1. La historia de Berta (25 minutos)
- Actividad 2. ¿Cómo se sienten? (45 minutos)
- Actividad 3. Compromiso personal (5 minutos)
- Actividad 4. Recuerda (15 minutos)

Recursos

- Bolígrafos.
- Anexo 1. Final de la historia de Berta.

- Anexo 2. Posibles finales de Berta.
- Anexo 3. ¿Cómo se sienten?
- Anexo 4. ¿Cómo me siento?
- Anexo 5. Compromiso personal.
- Anexo 6. Recuerda.

Actividad 1. La historia de Berta

El objetivo de esta actividad es que los/las participantes identifiquen que existen múltiples formas de responder a las situaciones que se les plantean en el ejercicio del rol parental. La persona facilitadora leerá la siguiente historia incompleta:

"Cuando Berta se enteró de que estaba embarazada fue toda una sorpresa porque nunca había pensado en ser madre. Durante el embarazo, los primeros meses fueron bastantes molestos y pensó que aquello era un horror; sin embargo, con el paso del tiempo las molestias iniciales desaparecieron y poco a poco su situación se fue normalizando. En la actualidad Berta acaba de dar a luz a una niña, a la que ha llamado Andrea. Viven las dos solas y, desde que llegó la niña a casa, Berta ha notado muchos cambios. Andrea llora a cualquier hora del día y de la noche, sobre todo cuando tiene hambre. Además de llorar, duerme, pero no hace mucho más. Al principio, Berta se sentía muy cansada por el parto y las noches en vela. Pasado un tiempo, Berta...

Posteriormente, cada participante deberá desarrollar el final de esta historia utilizando el Anexo 1 "Final de la historia de Berta".

Al principio, Berta se sentía muy cansada por el parto y las noches en vela. Pasado un tiempo, Berta...

Tras darles un tiempo para culminar la historia, la persona facilitadora pedirá a cada uno/a que comparta su final en gran grupo. Es muy importante que se planteen finales de diverso tipo, positivos, negativos, neutrales... en el caso de que no se perciba esta diversidad, la persona facilitadora contará con finales alternativos (Anexo 2 “Posibles finales de Berta”), que podrá incluir en el proceso de reflexión del grupo. Posteriormente, el grupo debe escoger cuál es el final que más les ha gustado para la historia de Berta y argumentar por qué.

- Berta está agotada y muy ansiosa.
- Berta se da cuenta de que, a pesar del cansancio, está creando una relación única con su hija, y eso le resulta maravilloso.
- Berta siente que no tiene tiempo para hacer las cosas que hacía antes, pero su hija le compensa con creces.
- Berta llega a la conclusión de que, después de todo, tener a su hija no le ha supuesto un gran cambio en su vida ya que no requiera tanta atención como ella pensaba.
- Berta está frustrada porque su hija le ha limitado su vida personal y ya no tiene las mismas oportunidades de conseguir lo que deseaba para su vida.
- Berta siente que está sola para cuidar y educar a su hija.

La persona facilitadora finalizará la actividad destacando que hay distintos finales para la misma historia, algunos de los cuales pueden suponer situaciones positivas y otras negativas para Berta y Andrea.

Actividad 2. ¿Cómo se sienten?

En esta actividad la persona facilitadora presentará a los/las participantes las siguientes historias recogidas en el Anexo 3 “¿Cómo se sienten?”

Historia 1.

María tiene 20 años y es madre soltera, ya que su pareja no quiso hacerse responsable del bebé. Su familia, cuando se enteró de que iba a ser madre, decidió también darle de lado y, desde entonces, está ella sola con su hijo. Durante el embarazo se sintió muy sola y, en muchas ocasiones, pensó que su vida era un desastre; sin embargo, tras dar a luz, acudió a los servicios sociales y le ayudaron a encontrar un trabajo, a buscar una guardería para su hijo, a encontrar a otras personas

que le ayudaran y, desde ese momento, cada vez que tiene un problema ya sabe dónde y a quién pedir ayuda.

Historia 2.

Para Claudia y David saber que iban a ser padres fue una gran alegría porque llevaban bastante tiempo queriendo tener hijos. Durante el embarazo toda la familia estuvo pendiente de su evolución y el momento del nacimiento fue una gran alegría para ellos. Pasados los meses, Claudia y David empezaron a tener muchos problemas porque las responsabilidades parentales no se asumían del mismo modo. David tuvo que dejar de trabajar para ocuparse de su hija en solitario y, continuamente, se planteaba si debía continuar con su relación de pareja por el bien de su hija.

Historia 3.

Cuando Alejandro supo que Sonia se quedó embarazada fue una gran sorpresa porque habían pensado en formar una familia en un futuro bastante lejano. Sin embargo, la noticia fortaleció aún más su relación. El embarazo fue algo complicado, pero Alejandro y Sonia siempre se apoyaron el uno en el otro, en su familia y en sus amigos/as. Actualmente, se las arreglan muy bien en el cuidado del niño, se ayudan mutuamente y han continuado con su trabajo, aunque con esfuerzo.

Historia 4.

El embarazo de Yolanda, con apenas 17 años y menos de un año de relación con José, de su misma edad, fue un duro golpe. Sin embargo, después de hablarlo mucho, ambos decidieron que lo mejor era enfrentarse a la situación y tener al bebé. Durante el embarazo ambos querían seguir con su vida anterior, pero poco a poco fueron descubriendo que no era posible, lo que generó un gran número de discusiones entre la pareja. En el momento del parto, Yolanda ya no tenía mucha relación con José y su familia siempre le reprochaba que lo mejor hubiese sido interrumpir el embarazo cuando tuvo oportunidad. En la actualidad, su hija tiene 3 meses y Yolanda siente que no es capaz de encargarse de su cuidado.

A continuación, dividirá al grupo en pequeños subgrupos, les entregará el Anexo 3 y les pedirá que reflexionen sobre cada una de las historias relatadas, utilizando como guion la tabla que se encuentra en el mismo Anexo.

Situación	Sentimientos parentales	Relación con la pareja	Relación con las personas o instituciones que le han ayudado	Cuidado del hijo/a	Relaciones de afecto con su hijo/a
María					
David					

Situación	Sentimientos parentales	Relación con la pareja	Relación con las personas o instituciones que le han ayudado	Cuidado del hijo/a	Relaciones de afecto con su hijo/a
Sonia					
Yolanda					

La persona facilitadora irá anotando en la pizarra las principales ideas que los/las participantes han expuesto para cada una de las historias, con la finalidad de tener una síntesis de las reflexiones realizadas. Además, una vez terminada la puesta en común la persona facilitadora les pedirá que reflexionen sobre su propia experiencia y situación personal. Para ello utilizarán el Anexo 4 “¿Cómo me siento?”.

Situación	Sentimientos parentales	Relación con la pareja	Relación con las personas o instituciones que les han ayudado	Cuidado del hijo/a	Relaciones de afecto con su hijo/a
María					
David					
Sonia					
Yolanda					

La persona facilitadora finalizará la actividad reflexionando sobre cómo se sienten los padres, las madres y cuidadores/as en su papel, sobre las personas o instituciones que los ayudan y sobre la importancia de cómo se lleva a cabo la tarea parental ya que serán algunos de los elementos fundamentales para generar cambios positivos en la percepción de la tarea de ser padres, madres o cuidadores/as. Las primeras vivencias de la tarea de ser padres, madres, cuidadores/as influyen en el establecimiento de las primeras relaciones con sus hijos e hijas; por eso, es fundamental trabajar y reflexionar sobre estos aspectos.

Actividad 3. Compromiso personal

Para el desarrollo de esta actividad se indicará a los/las participantes, que durante la semana observen cómo se han sentido cada día en su papel como padre o madre. Para ello elegirán una de las tres caras de la tabla del anexo 5 “Compromiso personal”: “*sonriente*” significa que durante ese día se ha sentido alegre, seguro/a, confiado/a, satisfecho/a con tu tarea de ser padre o madre. La cara “*neutra*” significa que las cosas no le han ido ni bien ni mal, que no se ha sentido ni alegre ni triste. La cara “*triste*” o “*enfadada*” la elegirán cuando sientan que las cosas van mal, está inseguro/a, asustado/a, triste, insatisfecho/a con sus capacidades como madre o padre. Además, deben elegir el tipo de emociones y comportamientos que han predominado en su hija o hijo. Esta vez la cara “*alegre*” significa literalmente que le ha visto en general contento, sonriente y alegre; la cara “*neutra*” que ha estado dentro de su rol normal de comportamiento; la cara “*triste*” que ha estado llorando mucho, inquieto/a, enfadado/a y a disgusto. Al inicio de la próxima sesión, se realizará un balance de cómo ha pasado la semana y si hay relación entre cómo se han sentido ellas/os y sus hijos/as.

Actividad 4. Recuerda

Para finalizar la sesión, la persona facilitadora propondrá a los/las participantes una actividad de síntesis de los aspectos más importantes trabajados durante esta (Anexo 6 “Recuerda”). Se les invitará a ir leyendo y debatiendo, en gran grupo, la veracidad o no de las diferentes afirmaciones y los motivos de dicha decisión, con ayuda de la persona facilitadora.

	VERDADERO	FALSO
Desde que nacen, las madres y los padres quieren a sus hijos/as. No hace falta hacer nada para que surja un vínculo especial.		✓
Cómo te sientes como padre o madre influye en las relaciones afectivas que establezcas con tu hijo/a.	✓	
Tener ayuda de otras personas facilita el sentirse bien como padre/madre.	✓	
Los vínculos afectivos se van creando, en la vida cotidiana, al tener que atender y cuidar a tu hijo/a.	✓	

	VERDADERO	FALSO
Las hijas y los hijos, cuando son bebés no sienten casi nada.		✓
La situación en la que la persona se encuentra cuando va a ser madre o padre, puede influir en el modo en que realiza dicha tarea.	✓	

Anexo 1. El final de la historia de Berta

Al principio, Berta se sentía muy cansada por el parto y las noches en vela. Pasado un tiempo, Berta...



Anexo 2. Posibles finales de Berta

- *Berta está agotada y muy ansiosa.*
- *Berta se da cuenta de que, a pesar del cansancio, está creando una relación única con su hija, y eso le resulta maravilloso.*
- *Berta siente que no tiene tiempo para hacer las cosas que hacía antes, pero su hija la compensa con creces.*
- *Berta llega a la conclusión de que, después de todo, tener a su hija no le ha supuesto un gran cambio en su vida ya que no requiere tanta atención como ella pensaba.*
- *Berta está frustrada porque su hija le ha limitado su vida personal y ya no tiene las mismas oportunidades de conseguir lo que deseaba para su vida.*
- *Berta siente que está sola para cuidar y educar a su hija.*

Anexo 3. ¿Cómo se sienten?

Historia 1.

María tiene 20 años y es madre soltera, ya que su pareja no quiso hacerse responsable del bebé. Su familia, cuando se enteró de que iba a ser madre, decidió también darle de lado y, desde entonces, está ella sola con su hijo. Durante el embarazo se sintió muy sola y, en muchas ocasiones, pensó que su vida era un desastre; sin embargo, tras dar a luz, acudió a los servicios sociales y le ayudaron a encontrar un trabajo, a buscar una guardería para su hijo, a encontrar a otras personas que le ayudaran y, desde ese momento, cada vez que tiene un problema ya sabe dónde y a quién pedir ayuda.

Historia 2.

Para Claudia y David saber que iban a ser padres fue una gran alegría porque llevaban bastante tiempo queriendo tener hijos. Durante el embarazo toda la familia estuvo pendiente de su evolución y el momento del nacimiento fue una gran alegría para ellos. Pasados los meses, Claudia y David empezaron a tener muchos problemas porque las responsabilidades parentales no se asumían del mismo modo. David tuvo que dejar de trabajar para ocuparse de su hija en solitario y, continuamente, se planteaba si debía continuar con su relación de pareja por el bien de su hija.

Historia 3.

Cuando Alejandro supo que Sonia se quedó embarazada fue una gran sorpresa porque habían pensado en formar una familia en un futuro bastante lejano. Sin embargo, la noticia fortaleció aún más su relación. El embarazo fue algo complicado, pero Alejandro y Sonia siempre se apoyaron el uno en el otro, en su familia y en sus amigos/as. Actualmente, se las arreglan muy bien en el cuidado del niño, se ayudan mutuamente y han continuado con su trabajo, aunque con esfuerzo.

Historia 4.

El embarazo de Yolanda, con apenas 17 años y menos de un año de relación con José, de su misma edad, fue un duro golpe. Sin embargo, después de hablarlo mucho, ambos decidieron que lo mejor era enfrentarse a la situación y tener al bebé. Durante el embarazo ambos querían seguir con su vida anterior, pero poco a poco fueron descubriendo que no era posible, lo que generó un gran número de discusiones entre la pareja. En el momento del parto, Yolanda ya no tenía mucha relación con José y su familia siempre le reprochaba que lo mejor hubiese sido interrumpir el embarazo cuando tuvo oportunidad. En la actualidad, su hija tiene 3 meses y Yolanda siente que no es capaz de encargarse de su cuidado.

Situación	Sentimientos parentales	Relación con la pareja	Relación con las personas o instituciones que le han ayudado	Cuidado del hijo/a	Relaciones de afecto con su hijo/a
María					
David					
Sonia					
Yolanda					

Anexo 4. ¿Cómo me siento?

Situación	Sentimientos parentales	Relación con la pareja	Relación con las personas o instituciones que les han ayudado	Cuidado del hijo/a	Relaciones de afecto con su hijo/a
María					
David					
Sonia					
Yolanda					

Anexo 5. Compromiso personal

Día	Madre/Padre			Hijo/a		
						
Lunes						
Martes						
Miércoles						
Jueves						
Viernes						

Anexo 6. Recuerda

	VERDADERO	FALSO
Desde que nacen, las madres y los padres quieren a sus hijos/as. No hace falta hacer nada para que surja un vínculo especial.		
Cómo te sientes como padre o madre influye en las relaciones afectivas que establezcas con tu hijo/a.		
Tener ayuda de otras personas facilita el sentirse bien como padre/madre.		
Los vínculos afectivos se van creando, en la vida cotidiana, al tener que atender y cuidar a tu hijo/a.		
Las hijas y los hijos, cuando son bebés no sienten casi nada.		
La situación en la que la persona se encuentra cuando va a ser madre o padre, puede influir en el modo en que realiza dicha tarea.		

SESIÓN 2. La sensibilidad de el/la cuidador/a ante las necesidades de el/la niño/a

A lo largo de esta sesión veremos que nuestros hijos y nuestras hijas demandan muchas cosas que sus madres, sus padres y sus cuidadores/as podemos proporcionarles. Se muestran intranquilos/as y molestos/as porque tienen hambre, están sucios/as, tienen sueño, etcétera; pero también demandan nuestra atención porque quieren ser protegidos/as, estimulados/as, sentirse cerca de nosotros/as y que les demos cariño. Los bebés y las bebés saben muy bien cómo hacerse entender, pero hace falta que las personas adultas sepamos atender sus señales. La principal es el llanto, pero también utilizan la sonrisa, el balbuceo, extender los brazos para “pedirnos cosas”, “señalarnos cosas” o miran sonrientes hacia nosotros/as, para que les mostremos nuestra satisfacción con otra sonrisa.

En esta sesión aprenderemos que la manera en que la persona adulta interpreta y responde a estas señales es fundamental para establecer una buena comunicación con los/las hijos/as, incluso antes de que sepan hablar.

Objetivos

- Conocer los recursos que utilizan los/las bebés para expresar sus demandas de afecto y de cuidados.
- Relacionar el tipo de respuesta que da el adulto a las necesidades del bebé con el establecimiento del vínculo de apego que éste establece con el adulto.
- Descubrir que el/la bebé puede establecer distintos tipos de vínculos de apego y con varios/as adultos/as.

Actividades

- Actividad 1. ¿Qué hacemos ante un niño o niña que llora? (30 minutos)
- Actividad 2. ¿Qué consecuencias tienen nuestras reacciones? (50 minutos)
- Actividad 3. Compromiso personal (5 minutos)
- Actividad 4. Recuerda (5 minutos)

Recursos para las actividades grupales

- Pizarra.
- Tizas y/o rotuladores.
- Bolígrafos.

- Anexo 1. ¿Qué hace la madre o el padre de Hugo?
- Anexo 2. ¿Qué demanda mi hijo/a?
- Anexo 3. Análisis de la actuación parental.
- Anexo 4. Compromiso personal.
- Anexo 5. Recuerda.

Actividad 1. ¿Qué hacemos ante un niño o una niña que llora?

Para realizar esta actividad, la persona facilitadora lee a los/las participantes una historia en la que se narra la dificultad de Hugo para mantenerse calmado:

“Les presento a Hugo, el niño que llora. Hugo tiene 3 meses, ha comido, está limpio y seco. Y, sin embargo, llora. Sabemos que no tiene ningún problema médico, porque acaba de pasar la revisión del pediatra. Y, sin embargo, llora. Ante este llanto, la madre o el padre de Hugo pueden reaccionar de distintas maneras. Vamos a analizarlas”.

A continuación, la persona facilitadora muestra al grupo cuatro viñetas en las que aparece la madre de Hugo expresando diferentes formas de reaccionar ante esta situación (Anexo 1 “¿Qué hace la madre o el padre de Hugo?”). Cada vez que les presenta una viñeta, la persona facilitadora pedirá al gran grupo que analice lo que ocurre en la viñeta y cómo es la respuesta de la madre o el padre:

Viñeta 1: La madre aparece sola y pensando: “Voy a dejarlo llorar hasta que se canse. Lo que tiene son mimos”.

Viñeta 2: La madre se acerca a la cuna y, molesta, dice a Hugo: “Cállate ya, me tienes cansada, no sé lo que quieres”.

Viñeta 3: La madre coge el teléfono y llama a una amiga: “Tengo un problema con el niño, ¡ven para ocuparte de él!”.

Viñeta 4: El padre coge al niño en brazos cariñosamente mientras le dice: “Venga Huguito, chiquitín, tranquilo. Pobrecito, parece que tiene gases”.

Viñeta 5: La madre se dirige a su marido y le dice, orgullosa: “Tú no hagas nada, el niño sólo se calma conmigo. Está muy unido a mí y me necesita todo el tiempo”.

Actividad 2. ¿Qué consecuencias tienen nuestras reacciones?

La dinámica de esta actividad es muy parecida a la anterior; sin embargo, en las viñetas se presentan dos historias familiares de una niña y un niño de diferentes edades. La finalidad de la actividad es que los/las participantes puedan reflexionar sobre los diferentes modos que utilizan las niñas y los niños para demandar algo, las formas en que sus padres, madres o cuidadores/as les responden y las posibles consecuencias de sus actuaciones.

Para comenzar la actividad, la persona facilitadora cuenta al grupo las dos historias familiares, a la vez que muestra las viñetas correspondientes a cada una (Anexo 2 “¿Qué demanda mi hijo/a?”).

Historia 1:

Alba es una niña de 5 años que acaba de tener un hermanito. Está todo el tiempo pendiente del niño y quiere jugar con él. Siempre parece que está vigilando al niño y casi nunca está jugando tranquila, como lo hacía antes. El otro día, casi quema a su hermano con el biberón porque quería dárselo y no sabía que debía probar si ya estaba frío. La abuela se enfadó mucho y la mandó fuera de la habitación por no haber cuidado bien del hermano.

Historia 2:

Pedro es un niño de 3 años que siempre ha sido muy miedoso. Su familia se pasa el día pendiente de él, pero su padre considera que el niño está sobreprotegido y eso está causando sus miedos. El pasado sábado, cuando Pedro estaba en el parque con su padre, se subió al tobogán, pero cuando se disponía a bajar le entró mucho miedo y empezó a llorar. Su padre se dio media vuelta y siguió hablando con el resto de los padres que había en el parque ya que pensó que si no le ponía atención el miedo se le pasaría y terminaría por bajar del tobogán.

Posteriormente la persona facilitadora divide al grupo en parejas, de manera que cada subgrupo comente los dos episodios, entregándoles las viñetas del Anexo 2 “¿Qué demanda mi hijo/a?”. Podrán apoyarse en las preguntas situadas bajo cada viñeta, que son:

- ¿La madre, el padre o cuidador/a percibe la demanda del niño o la niña?
- ¿Cuál ha sido la actuación del padre, la madre o cuidador/a ante dicha demanda?
- ¿Cuáles son las consecuencias que podría tener la actuación del padre, la madre o cuidador/a en el niño o la niña?

Pasado un tiempo, la persona facilitadora pedirá a un/a representante de cada subgrupo que comente las ideas que han concluido e irá anotando en la pizarra las principales aportaciones, a modo de resumen, de las reflexiones realizadas. Para ello podrá utilizar el esquema del Anexo 3 “Análisis de la actuación parental”, en el que se incluye información para uso de la persona facilitadora.

Situación	Percepción de la demanda	Actuación de la madre/padre	Consecuencias
Alba	Lo hace a propósito para fastidiar	La castiga	Rechazo de la madre y empeoramiento de los celos hacia el hermano
	Pide atención y demostraciones de cariño	Deja hacer cosas al bebé bajo su dirección. Buscará momentos para atenderla también a ella	La niña recibirá que la siguen queriendo
Pedro	Niño consentido según el padre	Le deja solo	Crecerá el miedo, la desconfianza en su padre
	Niño débil según la madre	Sobreprotección	Nunca aprenderá a sobreponerse de su miedo
	Niño que se enfrenta a un reto	Le animará, dándole una mano al comienzo para luego irle soltando poco a poco	Tomará confianza y se convertirá en una buena experiencia

Tras estas reflexiones, la persona facilitadora pedirá a los/las participantes que se pregunten *¿Cómo actúo yo ante la demanda de mi hijo/a?* Animándoles a que den ejemplos de situaciones en la que su hijo o hija les ha necesitado y a que expliquen cómo han respondido a esa demanda. Para finalizar la actividad, se realiza una puesta en común, que se centrará en discutir las posibles consecuencias en los hijos/as ante las distintas reacciones de los padres, las madres y los cuidadores/as a sus demandas.

Actividad 3. Compromiso personal

El compromiso de esta sesión consiste en que los/las participantes anoten, a lo largo de la semana, cuáles son las distintas formas que tiene su hijo/a de comunicarse con ellos/as para pedirles cosas, cómo manifiestan sus sentimientos y emociones para conseguir algo. Los/las participantes tendrán que seleccionar una de las situaciones ocurridas durante la semana y analizar cómo se ha comportado su hijo o hija y qué dificultades han tenido ellos/as para responder de manera satisfactoria a esta demanda.

Para ello realizarán el registro en la hoja "Compromiso personal" (Anexo 4), escribiendo en la primera columna el compromiso que desean conseguir y, en la siguiente sesión, podrán valorar

en la segunda columna el grado de cumplimiento que han conseguido: total, medio o bajo grado de cumplimiento.

Actividad 4. Recuerda

Para finalizar la sesión, la persona facilitadora propondrá a los/las participantes una actividad de síntesis de los aspectos más importantes trabajados durante esta (Anexo 5 "Recuerda"). Se les invitará a ir leyendo y debatiendo, en gran grupo, la veracidad o no de las diferentes afirmaciones y los motivos de dicha decisión, con ayuda de la persona facilitadora.

	VERDADERO	FALSO
Los y las bebés lloran porque quieren mimos. Es mejor dejarlos en su cuna para no acostumbrarles mal.		✓
A un/a bebé le da igual que le dejen solo/a porque es muy pequeño/a para darse cuenta.		✓
Las niñas y los niños tienen muchas formas de manifestar lo que quieren y lo que sienten (el llanto, la sonrisa, los balbuceos...)	✓	
Los niños y las niñas tienen que vivir en un entorno en el que los/las cuidadores/as atiendan a sus demandas e intenten satisfacerlas.	✓	

Anexo 1. ¿Qué hace la madre o el padre de Hugo?

Viñeta 1



Viñeta 2



Viñeta 3



Viñeta 4

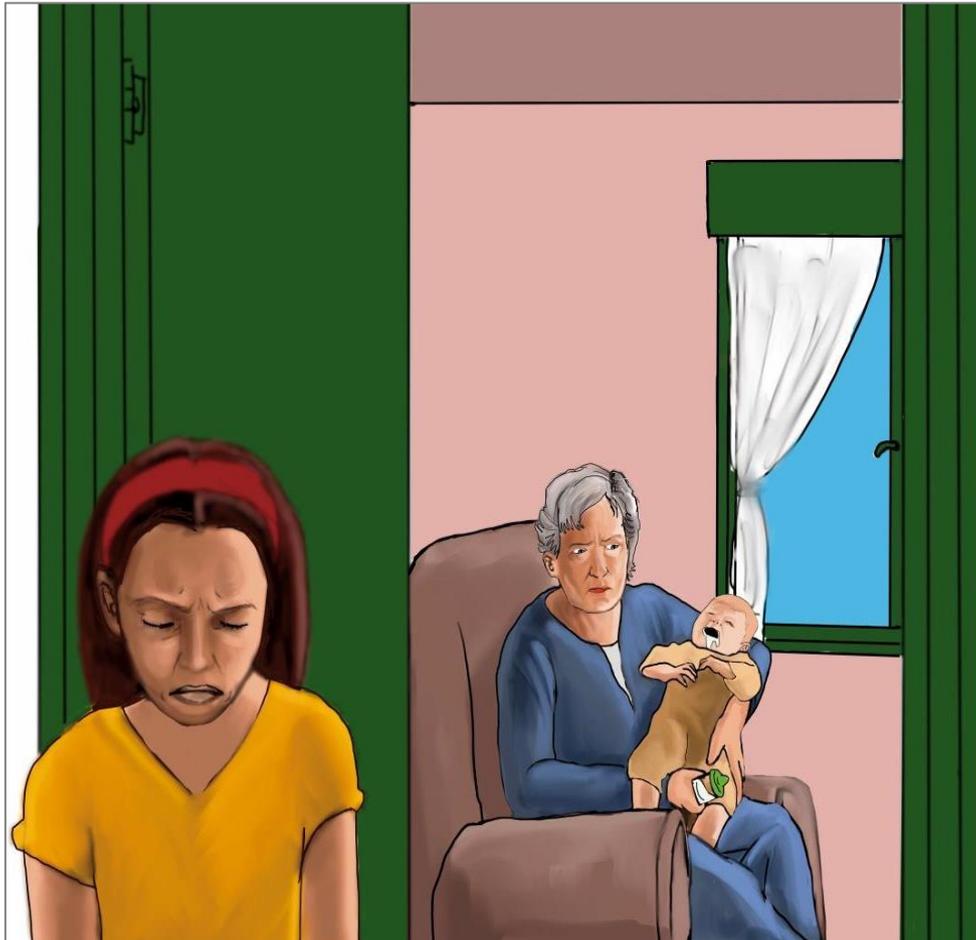


Viñeta 5



Anexo 2. ¿Qué demanda mi hijo/a?

Viñeta 1



- ¿El/la cuidador/a percibe la demanda de la niña?
- ¿Cuál ha sido la actuación de el/la cuidador/a ante dicha demanda?
- ¿Cuáles son las consecuencias que podría tener la actuación de el/la cuidador/a en la niña?

Viñeta 2



- ¿El padre percibe la demanda del niño?
- ¿Cuál ha sido la actuación del padre ante dicha demanda?
- ¿Cuáles son las consecuencias que podría tener la actuación del padre en el niño?

Anexo 3. Análisis de la actuación parental

Situación	Percepción de la demanda	Actuación de la madre/padre	Consecuencias
Alba	Lo hace a propósito para fastidiar	La castiga	Rechazo de la madre y empeoramiento de los celos hacia el hermano
	Pide atención y demostraciones de cariño	Deja hacer cosas al bebé bajo su dirección. Buscará momentos para atenderla también a ella	La niña recibirá que la siguen queriendo
	Niño consentido según el padre	Le deja solo	Crecerá el miedo, la desconfianza en su padre
Pedro	Niño débil según la madre	Sobreprotección	Nunca aprenderá a sobreponerse de su miedo
	Niño que se enfrenta a un reto	Le animará, dándole una mano al comienzo para luego irle soltando poco a poco	Tomará confianza y se convertirá en una buena experiencia

Anexo 4. Compromiso personal

Compromiso		
Situación	Reacción del hijo/a	Dificultades
		  

Anexo 5. Recuerda

	VERDADERO	FALSO
Los y las bebés lloran porque quieren mimos. Es mejor dejarlos en su cuna para no acostumbrarles mal.		
A un/a bebé le da igual que le dejen solo/a porque es muy pequeño/a para darse cuenta.		
Las niñas y los niños tienen muchas formas de manifestar lo que quieren y lo que sienten (el llanto, la sonrisa, los balbuceos...).		
Los niños y las niñas tienen que vivir en un entorno en el que los/las cuidadores/as atiendan a sus demandas e intenten satisfacerlas.		

SESIÓN 3. Cuando la niña o el niño nos lo pone difícil

Hemos visto que el tipo de vínculo de apego que establece el bebé depende de cómo reaccione el/la cuidador/a ante sus demandas. Eso es cierto, pero también la manera de ser del niño o la niña influye en esa relación. En esta sesión vamos a analizar las características de los/las niños/as que influyen en la relación afectiva que establecen con el padre, la madre o su cuidador/a principal. Su temperamento, su capacidad de comunicación, la frecuencia con la que se pone enfermo/a, etcétera, son aspectos que pueden afectar la manera en que nos comportamos y reaccionamos a las demandas o necesidades del niño o de la niña.

Además, vamos a debatir sobre de quién depende que se establezca un buen vínculo afectivo entre hijos/as y padres/madres. En la calidad de la relación entre el hijo o la hija y la madre, el padre o cuidador/a ¿influye únicamente la manera de responder de las figuras parentales o también el modo en el que el hijo o hija solicita la atención? Por último, proponemos la realización de una reflexión personal dirigida a tratar de comprender qué circunstancias de nuestra propia vida pueden estar dificultando que podamos disfrutar de la relación afectiva con nuestros/as hijos/as.

Objetivos

- Analizar en qué medida las características del niño o la niña influyen en el establecimiento de la relación de apego.
- Analizar de qué forma el padre, la madre o el/la cuidador/a y su hijo/a interactúan a la hora de establecer el vínculo de apego del hijo/a y mantener una relación afectiva entre ambos.
- Explorar qué aspectos de cada situación personal pueden estar dificultando el establecimiento de una relación de apego seguro del bebé y su cuidador o cuidadores principales.

Actividades

- Actividad 1. Todos los niños y las niñas son diferentes (30 minutos)
- Actividad 2. ¿Quién lo pone más difícil: los padres y las madres o sus hijos e hijas? (30 minutos)
- Actividad 3. Cómo somos mi niño/a y yo (20 minutos)
- Actividad 4. Compromiso personal (5 minutos)
- Actividad 5. Recuerda (5 minutos)

Recursos para las actividades grupales

- Cartulinas roja, verde y amarilla.
- Anexo 1. Diferentes formas de ser del niño o la niña.
- Anexo 2. Compromiso personal.
- Anexo 3. Recuerda.

Actividad 1. Todos los niños y las niñas son diferentes

Para el desarrollo de esta actividad, la persona facilitadora presentará al grupo las siguientes historietas, acompañadas de la viñeta gráfica que se recoge en el Anexo 1 “Diferentes formas de ser del niño o la niña”.

Historia 1.

Óscar, el niño llorón. Óscar tiene ocho meses. Desde que nació ha sido un niño muy difícil de cuidar, llora casi todo el rato, da problemas para comer y todavía no duerme bien por las noches. Es difícil comunicarse con él porque se inquieta y se pone a llorar. La gente no suele querer quedarse con él porque no saben cómo tratarlo.

Historia 2.

Isabel, la niña tranquila. Isabel tiene ocho meses. Desde que nació ha sido una niña muy tranquila, siempre ha comido bien, se acostumbró rápido a dormir toda la noche, y a menudo sonrío y se muestra dispuesta a comunicarse. La gente suele pensar que es muy agradable pasar un rato con ella.

Historia 3.

María, la niña enferma. María tiene doce meses y siempre ha sido muy enfermiza, cuando no tiene un catarro tiene gases. Desde que llegó a casa, sus madres han tenido mucho miedo, ya que la niña es muy delicada y se pone enferma con frecuencia. Sienten que no han podido disfrutar de su hija.

La persona facilitadora irá mostrando las viñetas al tiempo que va leyendo los casos, fomentando el debate en gran grupo con las siguientes preguntas:

- ¿Crees que el comportamiento del niño o la niña influye en la relación entre su madre, su padre o el/la cuidador/a principal y él/ella?
- ¿Cuáles son los sentimientos de una madre, un padre o el/la cuidador/a con un/a hijo/a similar a la de esta historia? ¿Crees que sus sentimientos afectan a la relación con su hijo/a? ¿De qué manera afecta?
- ¿Qué puede hacer un padre, madre o cuidador para establecer una buena relación afectiva con su hija o hijo en estos casos?

Para finalizar la actividad, la persona facilitadora destacará las conclusiones más relevantes de las aportaciones realizadas por los/las participantes, poniendo en valor que las características personales de las hijas e hijos influyen en el establecimiento del vínculo de apego, por lo que debemos tomar conciencia de esto para poder dar respuestas ajustadas a sus necesidades.

Actividad 2. ¿Quién lo pone más difícil: los padres y las madres o sus hijos e hijas?

Para realizar esta actividad, la persona facilitadora organiza, de forma aleatoria, a los/las participantes en dos grupos. Deberá dejar a tres personas fuera de estos, para que una actúe de presentador/a y las otras dos personas de observadores/as. A continuación, les explicará que deben realizar un role playing de un debate de televisión, que durará 15 minutos.

En el debate, uno de los grupos debe defender la idea de que las características de los niños y las niñas pueden dificultar la relación adecuada y saludable con sus madres, sus padres o su cuidador/a (por ejemplo: porque son muy nerviosos/as, porque están enfermos/as, porque demandan demasiado, etcétera). Mientras, el otro grupo, tratará de defender que son las personas adultas quienes, por su forma de comportarse con los niños y las niñas, pueden establecer relaciones poco adecuadas con estos/as (por ejemplo: porque están deprimidos/as, porque tienen muchos problemas que los/las alteran y terminan con su paciencia, porque tienen muchas cosas que hacer, porque se comunican poco con sus hijos/as y no les prestan atención, etcétera). No importa que los/las participantes compartan o no la idea que tienen que defender, la actividad consiste en buscar argumentos a favor de la opción que les ha tocado. Durante estos 15 minutos la persona facilitadora no intervendrá en el debate. Cuando el tiempo del debate haya terminado, los/las observadores/as, deberán dar sus impresiones sobre el debate y sus propias opiniones.

Finalmente, entre todos/as tratarán de obtener las conclusiones de la actividad respondiendo a la siguiente pregunta:

- ¿Quién desempeña un papel más importante en el establecimiento de las relaciones afectivas entre los padres, las madres o los/las cuidadoras y sus hijos/as?

Nota para la persona facilitadora: en el caso de que sean pocos participantes, la persona facilitadora puede adoptar el papel de moderador/a y eliminar el de el/la presentador/a, de modo que al terminar la actividad todos/as comenten y den sus impresiones sobre el debate.

Actividad 3. Cómo somos mi niño/a y yo

En esta actividad se propone a los/las participantes que identifiquen tipos de situaciones, comportamientos de su hijo/a y comportamientos propios que dificultan el establecimiento de un vínculo afectivo saludable. La primera parte de la actividad es individual, ya que consiste en que cada uno/a reflexione sobre sus circunstancias personales.

Para ello, la persona facilitadora planteará al grupo preguntas sobre obstáculos que dificultan el establecimiento de buenas relaciones con los niños y las niñas. Cada participante tendrá que responderlas, anotando las respuestas en cartulinas de diferentes colores. Teniendo en cuenta que deberán responder en diferentes tarjetas cada obstáculo que identifiquen en las tres preguntas, por lo que la persona facilitadora le dará tantas tarjetas como necesiten de cada color.

- ¿Qué problemas con mi pareja, familia, amigos/as, mis estudios o mi trabajo hacen difícil que mi hijo/a y yo nos comuniquemos? → Tarjeta color rojo.
- ¿Qué comportamientos y aspectos del carácter de mi hijo/a hacen difícil que nos comuniquemos? → Tarjeta color verde.
- ¿Qué comportamiento y aspectos de mi carácter hacen difícil que me comunique con mi hijo/a? → Tarjeta color amarillo.

Para visualizar los diferentes obstáculos (tarjetas de respuestas rojas, tarjetas de respuestas verdes y tarjetas de respuestas amarillas), la persona facilitadora pedirá a los/las participantes que imaginen que las tarjetas representan ladrillos, que formarán un muro entre la niña o el niño y su padre, madre o cuidador/a. Este muro es el que impide su comunicación. La persona facilitadora le pedirá a los/las participantes que compartan sus obstáculos mientras, entre todos/as, construyen un muro. Posteriormente, reflexionarán sobre las siguientes preguntas:

- A partir de los obstáculos que han identificado ¿sienten que están cerca o lejos de sus hijos/as? ¿Por qué?
- ¿Qué tipo de obstáculos son los que más predominan?
- ¿Qué podemos hacer para superarlos?

Tras esto, la persona facilitadora pedirá a los/las participantes que ofrezcan alternativas sobre estrategias que pueden seguirse para superar dificultades específicas a la hora de establecer relaciones afectivas con las niñas y los niños.

Actividad 4. Compromiso personal

El compromiso que se propone consiste en que cada participante seleccione al menos una estrategia para superar los obstáculos y mejorar la relación con su hijo/a. Los/las participantes realizarán el registro en la hoja "Compromiso personal", escribiendo en la primera columna el compromiso que desean conseguir y en la siguiente sesión indicarán en la segunda columna el grado de cumplimiento que han conseguido: total, medio o bajo grado de cumplimiento (Anexo 2 "Compromiso personal").

Actividad 5. Recuerda

Para finalizar la sesión, la persona facilitadora propondrá a los/las participantes una actividad de síntesis de los aspectos más importantes trabajados durante esta (Anexo 3 "Recuerda"). Se les invitará a ir leyendo y debatiendo, en gran grupo, la veracidad o no de las diferentes afirmaciones y los motivos de dicha decisión, con ayuda de la persona facilitadora.

	VERDADERO	FALSO
La forma de ser de los hijos y las hijas afecta al modo en que los padres, las madres y los/las cuidadores se relacionan con ellos/as.	✓	
Los problemas de las madres, los padres y los/las cuidadores no afectan a la relación con sus hijos/as.		✓
Si tengo problemas o me siento mal, no puedo hacer nada para mejorar la relación con mi hijo/a.		✓
Si una niña o un niño llora o es muy nervioso/a, es siempre por culpa de la persona adulta que lo/la está cuidando.		✓

Anexo 1. Diferentes formas de ser el niño o la niña

Historia 1. Óscar, el niño llorón.

Óscar tiene ocho meses. Desde que nació ha sido un niño muy difícil de cuidar, llora casi todo el rato, da problemas para comer y todavía no duerme bien por las noches. Es difícil comunicarse con él porque se inquieta y se pone a llorar. La gente no suele querer quedarse con él porque no saben cómo tratarlo.



Historia 2. Isabel, la niña tranquila.

Isabel tiene ocho meses. Desde que nació ha sido una niña muy tranquila, siempre ha comido bien, se acostumbró rápido a dormir toda la noche, y a menudo sonríe y se muestra dispuesta a comunicarse. La gente suele pensar que es muy agradable pasar un rato con ella.



Historia 3. María, la niña enferma.

María tiene doce meses y siempre ha sido muy enfermiza, cuando no tiene un catarro tiene gases. Desde que llegó a casa, sus madres han tenido mucho miedo, ya que la niña es muy delicada y se pone enferma con frecuencia. Sienten que no han podido disfrutar de su hija.



Anexo 2. Compromiso personal

Compromiso	
Obstáculos	Estrategias
	  

Anexo 3. Recuerda

	VERDADERO	FALSO
La forma de ser de los hijos y las hijas afecta al modo en que los padres, las madres y los/las cuidadores se relacionan con ellos/as.		
Los problemas de las madres, los padres y los/las cuidadores no afectan a la relación con sus hijos/as.		
Si tengo problemas o me siento mal, no puedo hacer nada para mejorar la relación con mi hijo/a.		
Si una niña o un niño llora o es muy nervioso/a, es siempre por culpa de la persona adulta que lo/la está cuidando.		

SESIÓN 4. Los tipos de apego y sus consecuencias para el niño y la niña

En esta sesión proponemos explorar cómo los niños y las niñas van estableciendo vínculos de apego con las personas que les cuidan y los mantienen a lo largo de su vida. Además, vamos a profundizar un poco más en estas relaciones, identificando los distintos tipos de apego que las madres, los padres y los/las cuidadores/as pueden establecer con sus hijos/as. Esto nos va a ayudar a conocer mejor estos vínculos y a entender cuáles son sus consecuencias en el desarrollo infantil. Por eso, también vamos a pensar en el futuro. Nuestros hijos y nuestras hijas son ahora pequeños/as, pero las relaciones afectivas se establecen muy temprano en la vida del ser humano. La relación de apego que el/la bebé establezca con su padre, madre o cuidador va a influir en muchos aspectos de su vida. Por un lado, en su manera de comunicarse con las demás personas y vivir las relaciones afectivas. Por otro, en su forma de comportarse y aproximarse al mundo social que le rodea. Y, finalmente, en su manera de pensar sobre sí mismo/a. La sesión de hoy nos ayudará a reforzar el papel tan importante que tenemos para asegurar un futuro de bienestar físico y psicológico.

Objetivos

- Conocer los comportamientos asociados al apego a distintas edades.
- Comprender qué aspectos de la vida del niño y la niña se ven afectados por la relación de apego que establece con su padre, con su madre o su cuidador/a.
- Analizar cómo influye el vínculo de apego en las relaciones futuras que el/la niño/a establece con otras personas.

Actividades

- Actividad 1. ¿Quién me ayuda de verdad? (10 minutos)
- Actividad 2. Respondiendo a tus necesidades (40 minutos)
- Actividad 3. El camino del apego (20 minutos)
- Actividad 4. Compromiso personal (5 minutos)
- Actividad 5. Recuerda (15 minutos)

Recursos

- Video 1. “Distintas maneras de relacionarnos con nuestros hijos”
- Objeto que esconder.
- Proyector.
- Ordenador.

- Carteles blancos grandes.
- Anexo 1. Diferentes formas de responder a las necesidades.
- Anexo 2. Tipos de apego.
- Anexo 3. La historia de Víctor.
- Anexo 4. Compromiso personal.
- Anexo 5. Recuerda.

Actividad 1. ¿Quién me ayuda de verdad?

Para realizar esta actividad la persona facilitadora pedirá un/a voluntario/a del grupo. Una vez elegida la persona se le pedirá que abandone el aula o sala donde se desarrolla la sesión y que espere fuera unos minutos. Mientras tanto, la persona facilitadora organiza al resto en dos grupos de forma aleatoria y les explica la dinámica del juego. La actividad consiste en que, cuando entre el/la participante que está fuera, encuentre un objeto que se ha escondido previamente, para ello puede realizar preguntas a los/las participantes de forma individualizada. Uno de los grupos ayudará mucho a la persona a buscar el objeto, sus respuestas serán adecuadas a lo que se busca; mientras que el otro grupo no prestará ninguna atención y cuando se le pregunte no responderá de manera correcta. Cuando la persona consiga encontrar el objeto escondido, la persona facilitadora preguntará al grupo, *¿cuáles han sido las personas a las que se preguntaba con mayor frecuencia y, por lo tanto, a las que más se les pedía ayuda?*, haciéndoles notar que se pide más ayuda a las personas que mejor respondían.

Posteriormente, finalizará la actividad destacando que las personas de las que se obtienen respuestas seguras y con las que más seguros/as y contentos/as se sienten los niños y las niñas, por haber sido atendidos/as y guiados/as, serán a las que más ayuda van a solicitar. En la medida en que los padres, las madres y los/las cuidadores/as manifiesten respuestas adecuadas a sus hijos e hijas, éstos/as desarrollarán una mayor seguridad.

Actividad 2. Respondiendo a tus necesidades

Esta actividad consiste en el análisis de cuatro escenas, que se presentan en un video, y que representan los diferentes tipos de apego. El objetivo es que el grupo analice el papel de la persona adulta y la reacción de los niños y las niñas de manera que les ayude a entender las características de estos apegos.

Escena 1: Lucas

Lucas, de 5 años, lleva dos horas dormido en su cama, de pronto se despierta asustado y llama desconsolado a su padre: “Papá, papá”, y este, que está en el salón, se acerca a ver qué le ha pasado. Entra en la habitación, lo consuela abrazándolo mientras le pregunta “¿Qué te pasa?”. Lucas se abraza a él y se va tranquilizando poco a poco, mientras le responde “Tuve una pesadilla”. El padre le acaricia la espalda, mientras le dice: “Tranquilo, es un sueño, yo espero aquí a que vuelvas a dormirte”. El padre se queda un rato con Lucas, lo vuelve a meter en la cama, Lucas se abraza a él y poco a poco se va tranquilizando para luego volver a dormir, y se va cuando observa que se ha quedado dormido.

Escena 2: Samuel

Samuel, de 5 años, lleva dos horas dormido en su cama, de pronto se despierta asustado y llama desconsoladamente a su madre: “Mamá, mamá”, y esta, que está en el salón, decide no responder, espera un poco diciendo “A ver si se calma”. Tras ver que no para de llamarla se acerca a ver qué le ha pasado. Entra en la habitación, lo consuela abrazándolo mientras le pregunta “¿Qué te pasa?”. Samuel, llora con más fuerza y no logra calmarse, se muestra enfadado con la madre y al final le dice “¡Vete!”. La madre rápidamente se va.

Escena 3: Marta

Marta, de 5 años, lleva dos horas dormida en su cama, de pronto se despierta asustada y llama desconsolada a su padre: “Papá, papá”, y este, que está en el salón, se acerca a ver qué le ha pasado hablándole desde la puerta de la habitación. “¿Qué te pasa?”, le pregunta. Marta, no responde y se acurruca en una esquina, sin mirar a su padre. Este le dice “Tranquila, no pasa nada, seguro que tenías una pesadilla”, a lo que Marta responde llorando más bajito. Al final su padre vuelve al salón.

Escena 4: Daniela

Daniela, de 5 años, lleva dos horas dormida en su cama, de pronto se despierta y llama desconsolada a su madre: “Mamá, mamá”, y ésta, que está hablando por teléfono, le oye, pero continúa su conversación durante unos minutos más. Al ver que Daniela insiste, desde el salón le grita muy enfadada “¡Para ya, que es tarde, duérmete de una vez!”. Al final Daniela se calla, por miedo, aunque no se vuelve a dormir.

Para poder realizar el análisis, la persona facilitadora le entregará al grupo el Anexo 1 “Diferentes formas de responder a las necesidades”, en el que deberán identificar entre las diferentes formas de actuar, tanto de la figura de apego como de su niño/a, que respuesta se asocia a cada escena. Para esto, colocarán el número de la escena correspondiente a cada respuesta.

Reacción de la persona adulta	Escena N.º	Reacción de la niña o el niño	Escena N.º
Responde yendo a ver qué sucede y consolando al niño o la niña cariñosamente.		Se acurruca en una esquina, evita el contacto visual y disminuye su llanto.	
Tras unos minutos, esperando a ver si se calma solo/a, responde yendo a ver qué sucede y consuela al niño o la niña, pero rápidamente se rinde y lo deja solo/a.		Se abraza a la persona adulta y poco a poco se va tranquilizando para luego volver a dormir.	
Ignora continuamente la llamada del niño o la niña y tras comprobar que este/a insiste le amenaza desde el salón.		El niño o la niña insiste, pero al final se calla por miedo a la reacción de la persona adulta.	
Responde yendo a ver qué le pasa, pero mantiene la distancia y le dice al niño o la niña que se calme, que no es nada.		Con el consuelo, el niño o la niña se muestra más ansioso, no logra calmarse y al final rechaza a la persona adulta.	

Tras visualizar el video, la persona facilitadora dividirá al grupo subgrupos para poner en común las asociaciones realizadas y reflexionar sobre éstas utilizando las siguientes preguntas:

- ¿Cómo actúa la madre, el padre o cuidador/a ante la demanda de la hija o el hijo?
- ¿Cómo actúa la hija o el hijo ante la reacción de la persona adulta? Y ¿cómo crees que se siente?
- ¿Crees que la conducta de la persona adulta está condicionando la reacción de el/la niño/a?

Posteriormente, un/a representante de cada subgrupo podrá compartir la reflexión que han realizado. Mientras, la persona facilitadora deberá ir guiando las aportaciones indicando qué reacciones corresponden a cada escena a la vez que les ayuda a identificar el tipo de apego al que hace referencia cada escena y las características de los/las cuidadores/as que promueven la formación de este tipo de apego. Para ello deberá tener en cuenta la información del Anexo 2 “Tipos de apego”. Finalmente, concluirá la actividad destacando la importancia de la respuesta de los/las cuidadores/as en el establecimiento del vínculo de apego.

Nota aclaratoria: Lo importante no es que conozcan los nombres de cada tipo de apego, sino que entiendan que hay diferentes tipos y las características y consecuencias de cada uno de ellos.

Actividad 3. El camino del apego

Para comenzar esta actividad, la persona facilitadora muestra a los/las participantes una serie de viñetas en las cuales se observa a Víctor, desde su nacimiento hasta los siete años, interactuando con otras personas (Anexo 3 “La historia de Víctor”).

Viñeta 1: Víctor recién nacido en el hospital. Varios adultos se lo pasan de unos brazos a otros, y el niño se muestra tranquilo.

Viñeta 2: Víctor de 3 meses. Situación similar a la anterior, pero esta vez en el salón de una casa, en la que se pasan al bebé de unos brazos a otros.

Viñeta 3: Víctor de 1 año. Varias personas llegan a casa diciendo “Feliz cumpleaños”, pero el niño esconde su cara en los brazos de su abuela.

Viñeta 4: Víctor de 3 años. En el parque, el niño se aleja de su padre hacia los columpios, donde hay otros niños/as, pero gira la cabeza para mirar a su padre.

Viñeta 5: Víctor de 5 años. En el baño, el niño se baña solo, pero le pide ayuda a la madre para secarse el pelo.

A continuación, la persona facilitadora hará las siguientes preguntas al grupo:

- ¿Qué cambios ves en Víctor desde que nació hasta los siete años?
- ¿Qué te ha llamado la atención a lo largo de su desarrollo?
- ¿Qué puede haber influido en este desarrollo?

La persona facilitadora irá dirigiendo el debate hacia cuestiones como que Víctor ha ido estableciendo una relación afectiva o de apego con su madre y con otras figuras que ejercen de cuidadores. Por eso, cuando era recién nacido estaba bien con distintas personas, pero cuando creció un poco prefería a su madre o a otras personas que lo cuidaban de forma habitual. Luego, Víctor se siente lo suficientemente seguro como para explorar el mundo que le rodea, especialmente cuando estas personas están cerca. Y, ya en la última viñeta, Víctor tiene la confianza necesaria para hacer cosas de forma autónoma sin la presencia de sus cuidadores, aunque bajo su supervisión. Además, enfatizará la idea de que el apego en los niños y las niñas mayores se manifiesta de muchas maneras como, por ejemplo: pidiendo ayuda o consejo, buscando apoyo, comentando problemas y preocupaciones, etcétera.

Para finalizar, la persona facilitadora planteará al grupo estas preguntas:

- ¿Cuál es la historia de apego de tu hijo/a? ¿Has percibido los mismos cambios de Víctor en ella/él?
- ¿Qué viñeta refleja las reacciones de tu hija/o en la actualidad?

- ¿Cómo has interpretado estas reacciones de tu hija/o?
- ¿Qué tipo de apego muestra cuando tiene una necesidad?

Los/las participantes irán narrando cómo han vivido la relación de su hijo/a con otras personas, desde su nacimiento hasta el momento actual.

Actividad 4. Compromiso personal

El compromiso que se propone en esta sesión consiste en que los/las participantes registren conductas y comportamientos de indicios de apego que sus hijos/as les manifiesten durante la semana, y reflexionar sobre el modo en que ellos/as han actuado ante estos indicios (por ejemplo, no se quiso quedar con la vecina y lloró cuando me fui, yo respondí tranquilizándole y asegurándole que vendría a buscarle). Los/las participantes realizarán el registro en la hoja “Compromiso personal”, escribiendo en la primera columna los indicios de apego que han detectado y su conducta frente a estos y, en la siguiente sesión indicarán en la segunda columna, el grado de cumplimiento que han conseguido: total, medio o bajo grado de cumplimiento (Anexo 4 “Compromiso personal”).

Actividad 5. Recuerda

Para finalizar la sesión, la persona facilitadora propondrá a los/las participantes una actividad de síntesis de los aspectos más importantes trabajados durante esta (Anexo 5 “Recuerda”). Se les invitará a ir leyendo y debatiendo, en gran grupo, la veracidad o no de las diferentes afirmaciones y los motivos de dicha decisión, con ayuda de la persona facilitadora.

	VERDADERO	FALSO
Da igual lo que hagamos porque siempre vamos a tener una buena relación afectiva con nuestro hijo o nuestra hija.		✓
Cuando nos mostramos contradictorios/as con nuestros hijos o nuestras hijas, les estamos confundiendo y hacemos que no sepan cómo reaccionar.	✓	

	VERDADERO	FALSO
Es sano que nuestros/as hijos/as exploren el mundo que les rodea. Es una forma de descubrir y aprender.	✓	
La relación afectiva entre una madre, un padre o un/a cuidador/a y su hijo/a influye en la manera en que este/a se va a relacionar en el futuro con otras personas.	✓	
El/la bebé solo puede tener una relación de apego con su padre o su madre, pero no con otros familiares próximos.		✓

Anexo 1. Diferentes formas de responder a las necesidades

Reacción de la persona adulta	Escena N.º	Reacción de la niña o el niño	Escena N.º
Responde yendo a ver qué sucede y consolando al niño o la niña cariñosamente.		Se acurruca en una esquina, evita el contacto visual y disminuye su llanto.	
Tras unos minutos, esperando a ver si se calma solo/a, responde yendo a ver qué sucede y consuela al niño o la niña, pero rápidamente se rinde y lo deja solo/a.		Se abraza a la persona adulta y poco a poco se va tranquilizando para luego volver a dormir.	
Ignora continuamente la llamada del niño o la niña y tras comprobar que este/a insiste le amenaza desde el salón.		El niño o la niña insiste, pero al final se calla por miedo a la reacción de la persona adulta.	
Responde yendo a ver qué le pasa, pero mantiene la distancia y le dice al niño o la niña que se calme, que no es nada.		Con el consuelo, el niño o la niña se muestra más ansioso, no logra calmarse y al final rechaza a la persona adulta.	

Anexo 2. Tipos de apego

Apego Seguro:

Lucas, de 7 años, lleva dos horas dormido en su cama; de pronto se despierta asustado y llama desconsolado a su padre: “Papá, papá”, y este, que está en el salón, se acerca a ver qué le ha pasado. Entra en la habitación, lo consuela abrazándolo mientras le pregunta “¿Qué te pasa?”. Lucas se abraza a él y se va tranquilizando poco a poco, mientras le responde “Tuve una pesadilla”. El padre le acaricia la espalda, mientras le dice: “Tranquilo, es un sueño, yo espero aquí a que vuelvas a dormirte”. El padre se queda un rato con Lucas, lo vuelve a meter en la cama y se va cuando observa que se ha quedado dormido.

- **Reacción de la persona adulta:** responde yendo a ver qué sucede y consolando al niño o la niña cariñosamente (características: responde de forma inmediata a las necesidades de la niña o el niño, es afectuosa y no invalida sus sentimientos).
- **Reacción de la niña o el niño:** se abraza a la persona adulta y poco a poco se va tranquilizando para luego volver a dormir (características: muestra una interacción positiva y afectiva, no se afligen en su ausencia y tienen seguridad para explorar).

Apego Ambivalente:

Samuel, de 4 años, lleva dos horas dormido en su cama; de pronto se despierta asustado y llama desconsoladamente a su madre: “Mamá, mamá”, y esta, que está en el salón, en vez de responder, espera un poco diciendo “A ver si se calma”. Tras ver que no para de llamarla se acerca a ver qué le ha pasado. Entra en la habitación, lo consuela abrazándolo mientras le pregunta “¿Qué te pasa?”. Samuel, llora con más fuerza y no logra calmarse, al final le dice a su madre “¡Vete!”. La madre rápidamente se va.

- **Reacción de la persona adulta:** tras unos minutos, esperando a ver si se calma solo/a, responde yendo a ver qué sucede y consuela al niño o la niña, pero rápidamente se rinde y lo deja solo/a (características: hay momentos de ausencia de respuesta a las necesidades y otros de disponibilidad).
- **Reacción de la niña o el niño:** con el consuelo, el niño o la niña se muestra más ansioso, no logra calmarse y al final rechaza a la persona adulta. (características: se afligen de forma exagerada cuando la figura de apego se va, se resisten a ser consolados y demuestran su enfado ante la respuesta de la figura, no suelen explorar por miedo al abandono).

Apego Huidizo:

Marta, de 3 años, lleva dos horas dormida en su cama; de pronto se despierta asustada y llama desconsolada a su padre: “Papá, papá”, y este, que está en el salón, se acerca a ver qué le ha pasado hablándole desde la puerta de la habitación. “¿Qué te pasa?”, le pregunta. Marta, no responde y se acurruca en una esquina, sin mirar a su padre. Este le dice “Tranquila, no pasa nada,

seguro que tenías una pesadilla”, a lo que Marta responde llorando más bajito. Al final su padre vuelve al salón.

- **Reacción de la persona adulta:** responde yendo a ver qué le pasa, pero mantiene la distancia y le dice al niño o la niña que se calme, que no es nada (características: toma distancia de las necesidades emocionales, fuerza al niño o la niña a cambiar su conducta, se muestra distante).
- **Reacción de la niña o el niño:** se acurruca en una esquina, evita el contacto visual y disminuye su llanto (características: se muestra indiferente, evitan el contacto con la figura de apego, no les echan de menos en su ausencia ni las buscan).

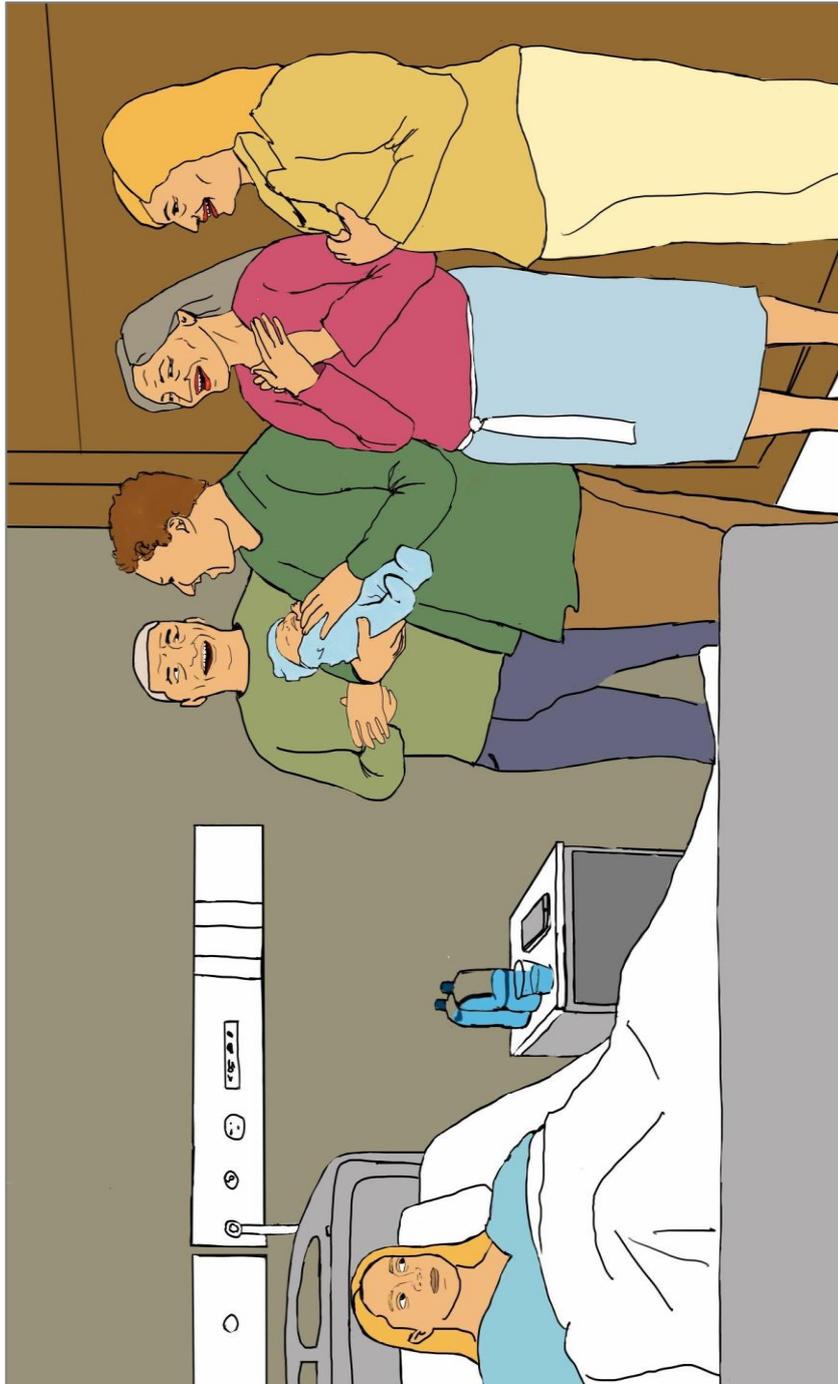
Apego Desorganizado:

Daniela, de 5 años, lleva dos horas dormida en su cama; de pronto se despierta y llama desconsolada a su madre: “Mamá, mamá”, y ésta, que está hablando por teléfono, le oye, pero continúa su conversación durante unos minutos más. Al ver que Daniela insiste, desde el salón le grita “¡Para ya que es tarde, duérmete!”. Al final Daniela se calla, por miedo, aunque no vuelve a dormir.

- **Reacción de la persona adulta:** ignora continuamente la llamada del niño o la niña y tras comprobar que este/a insiste le amenaza desde el salón (características: personas incapaces de responder a las necesidades del niño o la niña).
- **Reacción de la niña o el niño:** el niño o la niña insiste, pero al final se calla por miedo a la reacción de la persona adulta (características: conductas extrañas ante la presencia de las figuras de apego, muestran temor o recelo hacia estas, es incongruente ante la separación, busca a la figura, pero cuando esta regresa, la evita).

Anexo 3. La historia de Víctor

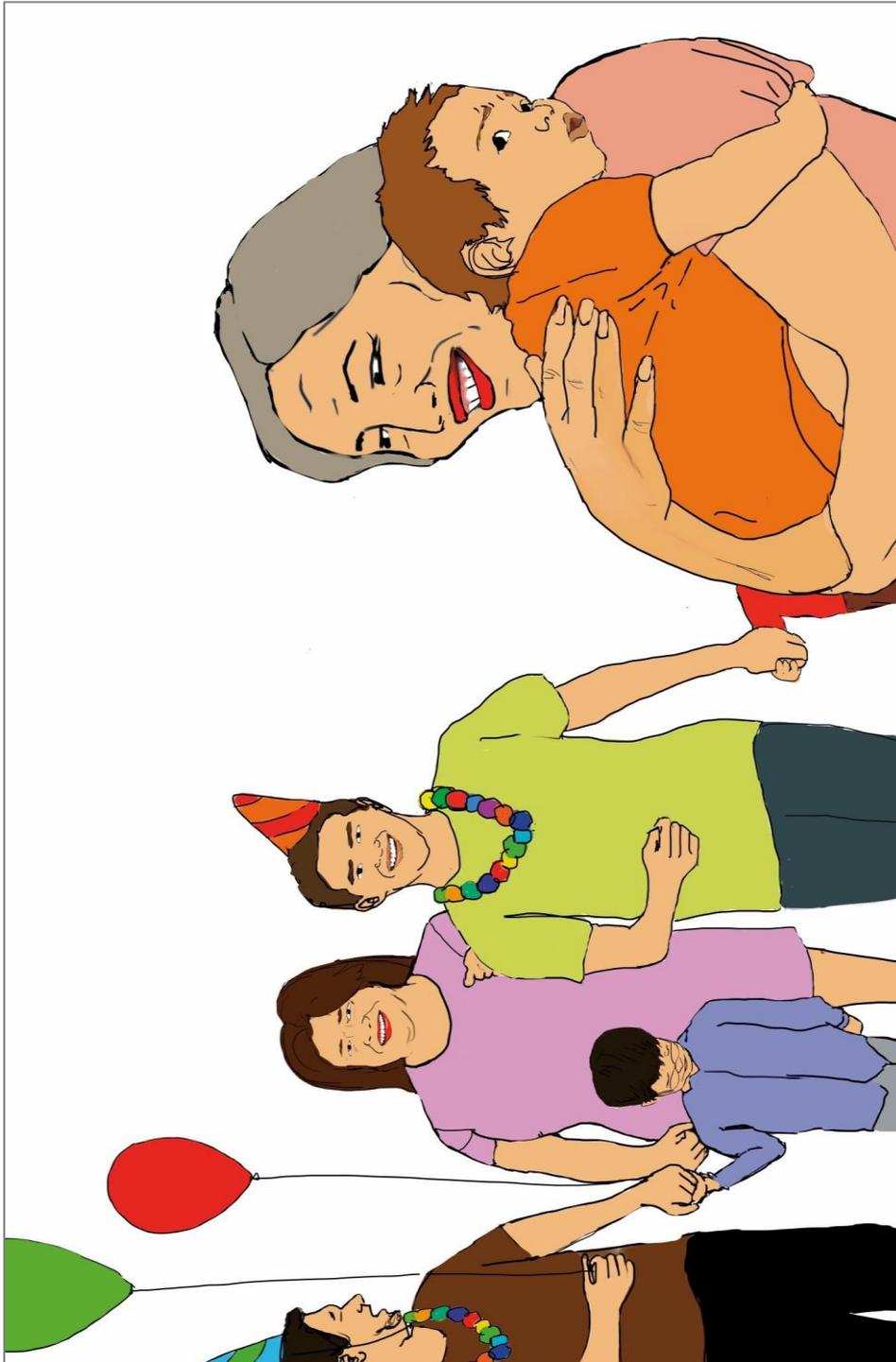
Viñeta 1



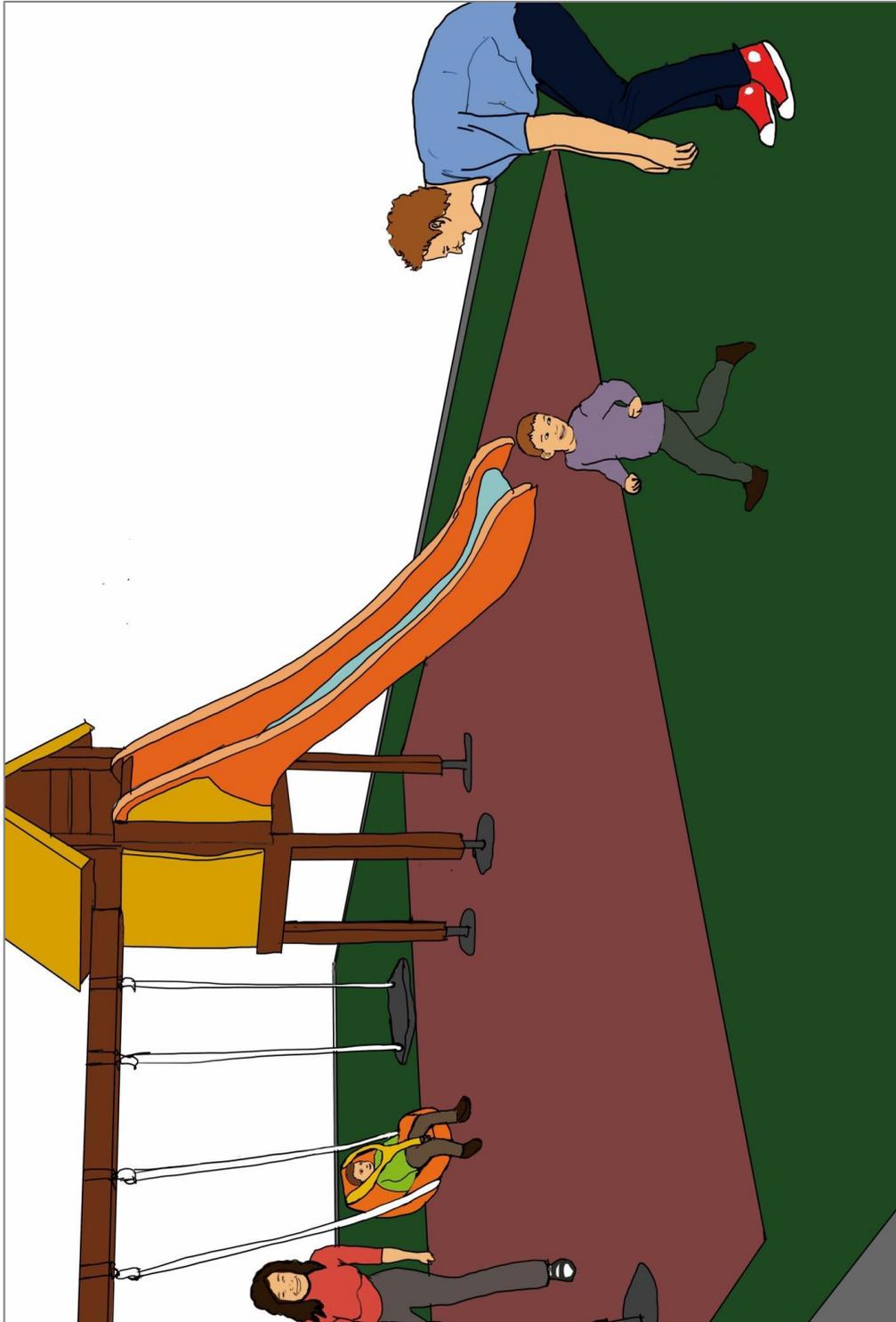
Viñeta 2



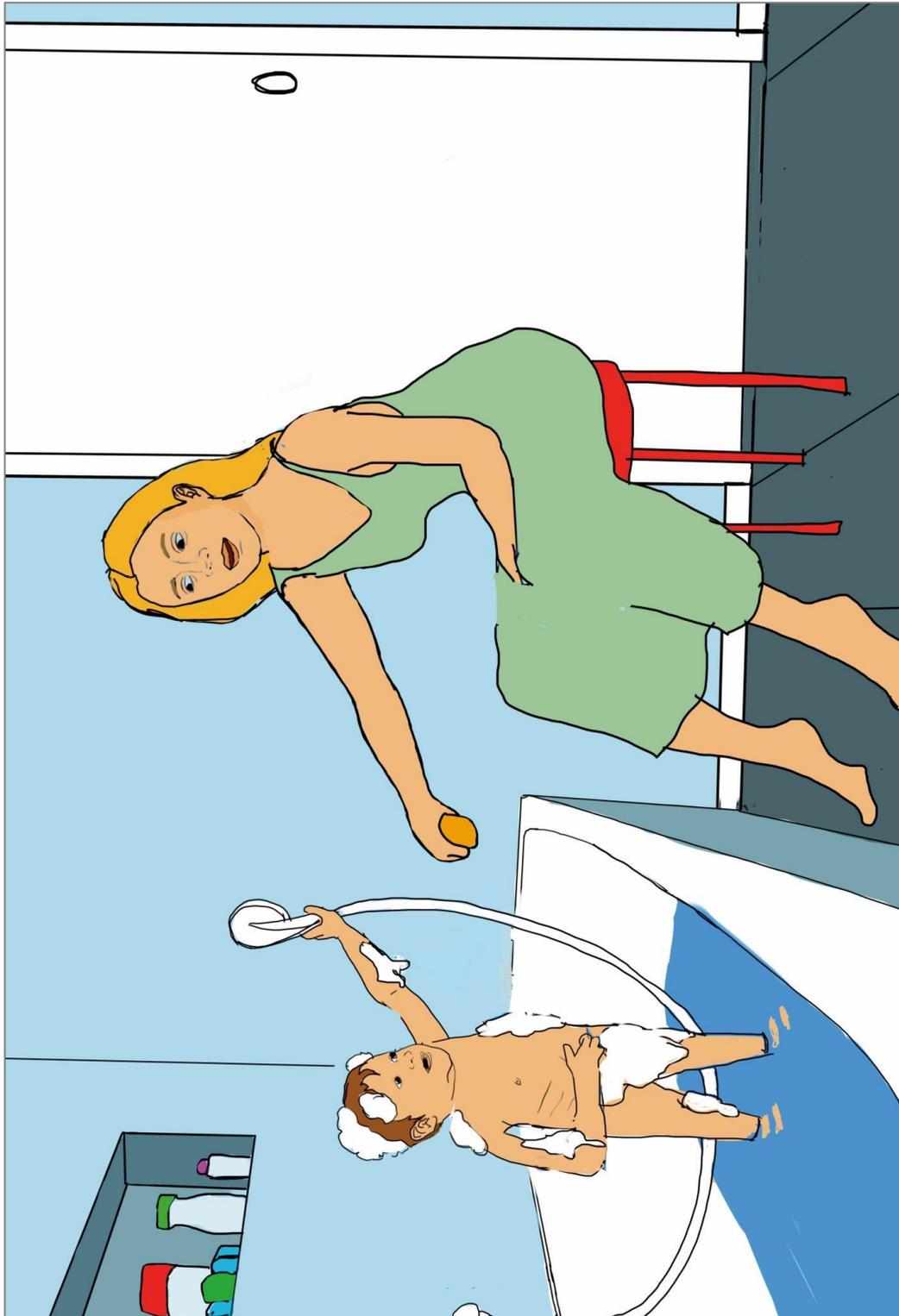
Viñeta 3



Viñeta 4



Viñeta 5



Anexo 4. Compromiso personal

Compromiso 1



Compromiso 2



Anexo 5. Recuerda

	VERDADERO	FALSO
Da igual lo que hagamos porque siempre vamos a tener una buena relación afectiva con nuestro hijo o nuestra hija.		
Cuando nos mostramos contradictorios/as con nuestros hijos o nuestras hijas, les estamos confundiendo y hacemos que no sepan cómo reaccionar.		
Es sano que nuestros/as hijos/as exploren el mundo que les rodea. Es una forma de descubrir y aprender.		
La relación afectiva entre una madre, un padre o un/a cuidador/a y su hijo/a influye en la manera en que este/a se va a relacionar en el futuro con otras personas.		
El/la bebé solo puede tener una relación de apego con su padre o su madre, pero no con otros familiares próximos.		



Creecer Felices en Familia II



Módulo 2

Aprender a conocer a nuestro/a hijo/a





Financiado por
la Unión Europea
NextGenerationEU



MÓDULO 2. APRENDER A CONOCER A NUESTRO/A HIJO/A

Introducción

En este módulo nos embarcaremos en la aventura de conocer a nuestros hijos o hijas. Seguro que las madres, padres o cuidadores/as principales dicen conocer a sus hijos e hijas, pero aquí nos proponemos adoptar un punto de vista un poco diferente. Vamos a reflexionar sobre cómo son y qué necesidades tienen las niñas y niños en general, para después repensar y profundizar en las características de nuestros hijos e hijas y sus necesidades. Además, vamos a analizar qué esperan las madres, padres o cuidadores/as de los hijos e hijas, qué quieren para ellos/as, y cómo se relacionan estas expectativas y deseos con su comportamiento cotidiano. Para conocer a nuestros hijos e hijas, debemos aprender a percibirlos como seres en continuo cambio según cada momento de su desarrollo, al igual que nosotros/as mismos/as. Por tanto, vamos a analizar el calendario evolutivo que nos va a ir marcando los cambios que se van sucediendo con la edad. Por último, nos detendremos en el uso de las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC), como un nuevo espacio clave en el desarrollo de nuestros hijos e hijas. Veamos con más detalle los contenidos que tratar.

En primer lugar, padres, madres o cuidadores/as deben aprender a observar y conocer a su hijo/a. Seguro que pasan muchas horas del día juntos, pero ¿cuántas veces se detienen a pensar en cómo es realmente? Esta pregunta es importante dado que los hijos e hijas no son una simple extensión de sus padres o madres, ni han venido al mundo para completar los proyectos que sus padres dejaron incompletos. Son seres únicos y la misión de sus cuidadores/as es enseñarles y acompañarles para que se conviertan en esa persona que desean ser.

Niños y niñas desde que nacen necesitan que a su alrededor se cumplan una serie de condiciones para poder crecer y estar bien. Necesitan afecto, cuidado, jugar, aprender y relacionarse con otras personas. Conocer bien cuáles son estas necesidades, no sólo las básicas sino también las más complejas, nos va a ayudar a proporcionarles el mejor entorno posible para su desarrollo. Para ello no hay nada mejor que intentar ponernos en su lugar. Alguna vez fuimos niños o niñas y también veíamos el mundo de manera diferente. Normalmente, cuando nos ponemos en el lugar de otra persona –por ejemplo, en el lugar de un bebé, un niño o una niña–, nos resulta más fácil comprenderla y ayudarla. Esto es, entre otras cosas, lo que vamos a intentar en este módulo.

También trataremos de sintonizarnos con el ritmo del desarrollo infantil. Algunas veces, los adultos que estamos a su alrededor tenemos mucha prisa y queremos hacer crecer demasiado rápido al niño o niña que tienen en su mente. Otras veces, somos demasiado protectores y no dejamos que el niño o niña crezca al ritmo que debería. En este módulo vamos a proporcionar algunas claves que nos ayuden a “poner en hora” el reloj del desarrollo en la infancia, para poder acompañar y estimular este proceso sin acelerarlo demasiado, pero sin dejar que se quede por detrás de la hora prevista.

Por último, vamos a acercarnos a la nueva tarea parental que supone promover el uso positivo de las TIC por parte de los hijos e hijas, atendiendo al momento evolutivo en el que se encuentren. Veremos diferentes situaciones que suponen un uso constructivo y con consecuencias positivas

para el desarrollo infantil, pero también analizaremos situaciones en las que la gestión y regulación de las TIC está suponiendo un riesgo para su bienestar y desarrollo.

Objetivos

- Conocer y analizar cuáles son las necesidades de la primera infancia.
- Reflexionar sobre las expectativas que cada madre/padre tiene con respecto a su hijo/a.
- Identificar los hitos más relevantes del calendario evolutivo en la primera infancia.
- Analizar qué consecuencias tiene acelerar o frenar el ritmo del calendario evolutivo de los hijos e hijas.
- Conocer y potenciar el uso constructivo de las pantallas en la infancia atendiendo al momento evolutivo en el que se encuentren.

Sesiones que componen el módulo

- Sesión 1. Las necesidades de la infancia.
- Sesión 2. Cómo es mi hijo/a.
- Sesión 3. La línea del desarrollo.
- Sesión 4. Educando entre pantallas.

SESIÓN 1. Las necesidades de la infancia

A lo largo de esta sesión vamos a reflexionar sobre cuáles son las necesidades de nuestras hijas e hijos y cómo podemos satisfacerlas. Todos sabemos que los niños y las niñas necesitan que se cumplan una serie de condiciones para poder crecer de forma saludable, tanto física como psicológicamente. Como son muy pequeños/as, no pueden cubrir esas necesidades por sí mismos/as, y por este motivo son dependientes de sus padres, madres o cuidadores/as principales que son los que pueden ayudar a satisfacerlas. Ahora bien, ¿cómo se manifiestan las necesidades infantiles en la vida cotidiana?, ¿cómo podemos aprender a distinguir unas de otras?, ¿cómo podemos responder a las necesidades para que estén cubiertas? En la sesión de hoy vamos a reflexionar y tratar de dar respuesta a estas y otras cuestiones.

En primer lugar, trataremos de identificar cuáles son las necesidades de la infancia en general. Puede que todos conozcamos las más básicas, pero a lo mejor se nos escapa que, desde su nacimiento, también tienen necesidades más complejas; por lo que, en esta sesión veremos en qué consisten.

Una vez que las tengamos identificadas, nos preguntaremos cómo podemos responder a ellas, ¿todas las alternativas son igual de adecuadas?, ¿qué consecuencias tiene para nuestros hijos/as que sus necesidades no queden cubiertas?, etc.

Objetivos

- Conocer cómo se concretan las necesidades de la infancia en las situaciones de la vida cotidiana.
- Aprender a identificar las necesidades de las hijas y los hijos.
- Fomentar el pensamiento perspectivista con respecto a la forma de interpretar el mundo y de actuar que tienen los y las bebés.
- Analizar diferentes formas de responder a las necesidades de los hijos/as y sus consecuencias.

Actividades

- Actividad 1: Me pongo en su piel, ¿cómo ven el mundo los y las bebés? (20 minutos)
- Actividad 2: Lo que los niños y las niñas necesitan (25 minutos)
- Actividad 3: Satisfacer las necesidades de las hijas y los hijos. (25 minutos)
- Actividad 4: Compromiso personal (10 minutos)
- Actividad 5: Recuerda (10 minutos)

Recursos

- Pizarra o rotafolio.

- Tizas y/o rotuladores.
- Anexo 1. Lo que los niños y las niñas necesitan.
- Anexo 2. Compromiso.
- Anexo 3. Recuerda.

Actividad 1. Me pongo en su piel, ¿cómo ven el mundo los y las bebés?

Para realizar esta actividad la persona facilitadora pide a todos y todas que cierren los ojos y se imaginen que son bebés, si es posible que se acuesten en posición fetal con las luces atenuadas y una música suave de fondo. Después va leyendo en alto una serie de frases que terminan con preguntas que deben contestar mentalmente. Cada frase es una supuesta reflexión realizada por un bebé sobre las cosas que siente y lo que sucede a su alrededor. Para completarlas, los participantes deben intentar ponerse en su piel e imaginar cómo interpreta lo que pasa.

Bebé 1: Me he despertado en medio de la noche y estoy solo en mi cuna. Llora y aparece mi madre. Me mira seria y me manda a callar y se va. ¿Cómo me siento?, ¿cuál es la necesidad que está manifestando el bebé en ese momento?.....

Bebé 2: Mi mamá y mi papá se están dando gritos el uno al otro. Mientras hablan me señalan y me miran con caras de enfado, ¿qué pasa?.....

Bebé 3: Mi papá acaba de bañarme, huelo muy bien y, mientras me viste, él me hace cosquillas y me da besos en la tripa y en los pies, ¿qué siento?.....

Bebé 4: Me he hecho caca. Mi mamá me coge con brusquedad y me mira el pañal, pero me vuelve a dejar en la cuna. Pone cara de enfado, ¿por qué?.....

Bebé 5: Mientras mi madre me da el pecho, me mira a los ojos, me acaricia y me dice cosas bonitas, ¿qué siento?.....

Nota para la persona facilitadora: siempre es importante identificar correctamente las necesidades de los hijos/as, por ello es necesario que sepan detectar el origen de la necesidad, que siempre es del bebé, aunque haya sido provocada por factores externos).

A continuación, se incorporan y comienzan a decir en voz alta las cosas que han pensado y cómo han completado algunas frases para que compartan entre todos/as cómo se han sentido siendo bebés. Como conclusión, la persona facilitadora formula las siguientes cuestiones, que van a servir para orientar el debate y establecer las conclusiones de la actividad.

¿Cómo ven el mundo los y las bebés?

1. ¿Qué puede hacer un bebé para que las personas mayores sepan lo que necesita?

2. ¿Qué le gusta y qué no le gusta a un bebé?

3. ¿Puede un bebé detectar y comprender las emociones de las personas mayores?

Nota para la persona facilitadora: los/las bebés pueden detectar emociones positivas o negativas desde muy temprano, esto ya se sabe, pero el debate está en si son también capaces de comprender la causa de las emociones en los adultos.

Actividad 2. Lo que los niños y las niñas necesitan

Para realizar esta actividad, la persona facilitadora muestra al grupo una serie de viñetas (Anexo 1 “Lo que los niños y las niñas necesitan”) en las que se ven diferentes interacciones entre padres, madres y/o cuidadores/as principales y sus hijos e hijas.

Viñeta 1. Juan le da la papilla de verduras a Alberto de 1 año. (*Necesidades físicas*)

Viñeta 2. Juan le pone un abrigo a Susana de 2 años porque empieza a hacer frío. (*Necesidades físicas*)

Viñeta 3. Lucas le enseña a Beatriz de 2 años todo lo que ven cuando van de paseo. (*Necesidad de estimulación*)

Viñeta 4. Patricia lleva a Paco de 3 años al parque para que juegue con los otros niños/as. (*Necesidades sociales*)

Viñeta 5. Mónica consuela a Iván de 4 años después de una pesadilla. (*Necesidades emocionales*)

Viñeta 6. Lucía abraza a María de 5 años cuando ésta viene corriendo al salir de la escuela. *(Necesidades emocionales)*

Viñeta 7. Carlos ayuda a Natalia de 6 años con sus deberes escolares. *(Necesidad de estimulación)*

Viñeta 8. Paula supervisa el baño de su hijo Pablo de 7 años. *(Necesidades físicas)*

A continuación, la persona facilitadora pide a los y las participantes que se pongan por parejas. Mostrará de nuevo las 8 viñetas y cada pareja tendrá que comentar qué necesidad creen que se está cubriendo en cada escena y ordenarlas según la importancia que otorguen a la necesidad infantil que se está atendiendo. Para ello, tendrán que responder a las siguientes cuestiones: ¿qué necesidad se está cubriendo en cada viñeta?, ¿cuál de las viñetas representa a la necesidad más importante?, ¿cuál colocaríamos en segundo lugar?, ¿y en tercer lugar?, y así sucesivamente hasta que hayan ordenado todas las viñetas.

Organización de las necesidades por orden de importancia

1ª Necesidad:	
2ª Necesidad:	
3ª Necesidad:	
4ª Necesidad:	
5ª Necesidad:	
6ª Necesidad:	
7ª Necesidad:	
8ª Necesidad:	

Cuando hayan terminado, los/las participantes harán una puesta en común y discutirán sobre el orden que han dado a las situaciones, de forma que traten de llegar a la conclusión de cuáles son, por orden de prioridad, las necesidades más importantes de los hijos e hijas.

Nota para la persona facilitadora: es importante que en el debate quede claro que todas las necesidades son fundamentales para el desarrollo integral de los niños y las niñas. Posiblemente los participantes lleguen a la conclusión de que las necesidades más importantes son las físicas -y en concreto la alimentación-. Sin embargo, éstas sólo garantizan la supervivencia del niño o la niña, pero no su

bienestar ni su desarrollo como sujeto individual y social. Las necesidades deben verse interrelacionadas y formando un todo, en el cual cada pieza permite asegurar una faceta del desarrollo del niño y la niña. Aclarar también que una misma actividad puede satisfacer varias necesidades a la vez).

Para terminar, se invita a los miembros del grupo a que expongan otras necesidades de los hijos/as que se les ocurran, respondiendo a la cuestión:

- ¿Qué otras cosas necesitan los hijos e hijas para crecer y estar bien?

La persona facilitadora les pedirá que piensen en ejemplos de la vida cotidiana.

Al terminar la actividad, se hará mucho énfasis en señalar la importancia de promover la satisfacción de las necesidades de los niños y niñas. Es responsabilidad de la familia y de toda la sociedad velar por la cobertura de las necesidades de la infancia. Cuando las necesidades se cubren se promueve el desarrollo y el bienestar de los niños y las niñas.

Actividad 3. Satisfacer las necesidades de las hijas y los hijos

Nota para persona facilitadora: Satisfacer las necesidades de los hijos e hijas no se refiere a darles todo lo que pidan. Se utiliza en el sentido de aprovechar las situaciones de la vida cotidiana para dar cobertura a las necesidades de los hijos e hijas que son fundamentales para su buen desarrollo).

Esta actividad consiste en debatir si los distintos modos de reaccionar ante las necesidades de los hijos e hijas son igualmente adecuados. Para realizarla, la persona facilitadora le va presentando al grupo diferentes reflexiones que suelen hacer los adultos sobre su modo de proceder ante las necesidades de sus hijos/as. Tras presentar cada situación, hará las preguntas que se señalan a continuación con la finalidad de que el grupo profundice sobre cada una de las reflexiones:

Reflexión 1: “Mi hijo recién nacido llora mucho. Cuando tiene sueño prefiero no cogerlo para que no se acostumbre a los brazos y no se vuelva caprichoso”. (Necesidad de seguridad emocional).

Reflexión 2: “Mi bebé me mira y hace ruidos. Me gusta responderle. Nos reímos y parece que estamos teniendo una conversación. (Necesidad de lenguaje y comunicación).

Reflexión 3: “Mi hija no para de hacer preguntas. Me pone muy nervioso que insista y no pare de preguntar el porqué de las cosas todo el rato. Me enfado con ella y le digo que pare, que parece un loro”. (Necesidad de explorar y conocer el mundo).

Reflexión 4: “Cuando mi hijo tiene hambre, le apoyo el biberón en el carrito y se lo toma él solo. Así, mientras tanto, yo puedo hacer otras cosas”. (Necesidad de sentirse acompañado)

Reflexión 5: “A mi hija le encanta bañarse. Se me va mucho tiempo en la hora del baño, pero la veo tan a gusto en el agua y lo pasamos tan bien, que me encanta aprovechar ese momento para jugar con ella”. (Necesidad de estimulación)

Preguntas sobre el modo de satisfacer las necesidades de los hijos/as

1. ¿A qué necesidad hace referencia esta situación? ¿está siendo cubierta? en el caso de no ser cubierta ¿de qué otra forma se podría cubrir esta necesidad?

2. ¿Qué hago si mi hijo o hija actúa así?

3. ¿Cómo reacciona mi hijo/a cuando actúo así?

Mientras se realiza el debate, la persona facilitadora o cualquier otro/a participante, va anotando en la pizarra o portafolio los comentarios más relevantes respecto a cada una de las situaciones, lo cual servirá para establecer las conclusiones de la actividad. En este sentido las familias deben percibir la importancia de dar respuesta de forma sensible a las necesidades de los niños y las niñas. Tenemos muchas formas de reaccionar ante esas necesidades, algunas favorecen el bienestar y el desarrollo de los niños y las niñas, pero otras formas de responder no garantizan que se cubra la necesidad, lo cual puede perjudicar el bienestar de la infancia. La persona facilitadora debe hacer referencia a la necesidad de aprovechar las situaciones de la vida cotidiana para enriquecer la relación con nuestro hijo/a. Así respondemos no sólo a las necesidades físicas, sino también a las necesidades emocionales, mentales e incluso sociales.

Actividad 4. Compromiso personal

Para establecer el compromiso de esta sesión, cada participante tendrá que identificar un ejemplo de su vida cotidiana en el que su hijo/a manifieste una necesidad, pensará cómo suele responder a la misma y se planteará mejorar dicha respuesta, actuando de forma diferente.

Guía para la persona facilitadora: ejemplos de necesidades cubiertas: “Bañar todos los días a mi hijo/a de forma cuidadosa”, “Si hace frío, abrigo a mi hijo/a. En cambio, si hace calor le pongo ropa fresquita”, “Abrazo y doy besos muchas veces a mi hijo/a”, “Todos los días dedico un rato a jugar con mi hijo/a”).

Los y las participantes realizarán el registro en la hoja “Compromiso personal”, escribiendo en la primera columna el compromiso que desean conseguir y en la siguiente sesión rellena la segunda columna con el grado de cumplimiento que han conseguido: total, medio o bajo grado de cumplimiento.

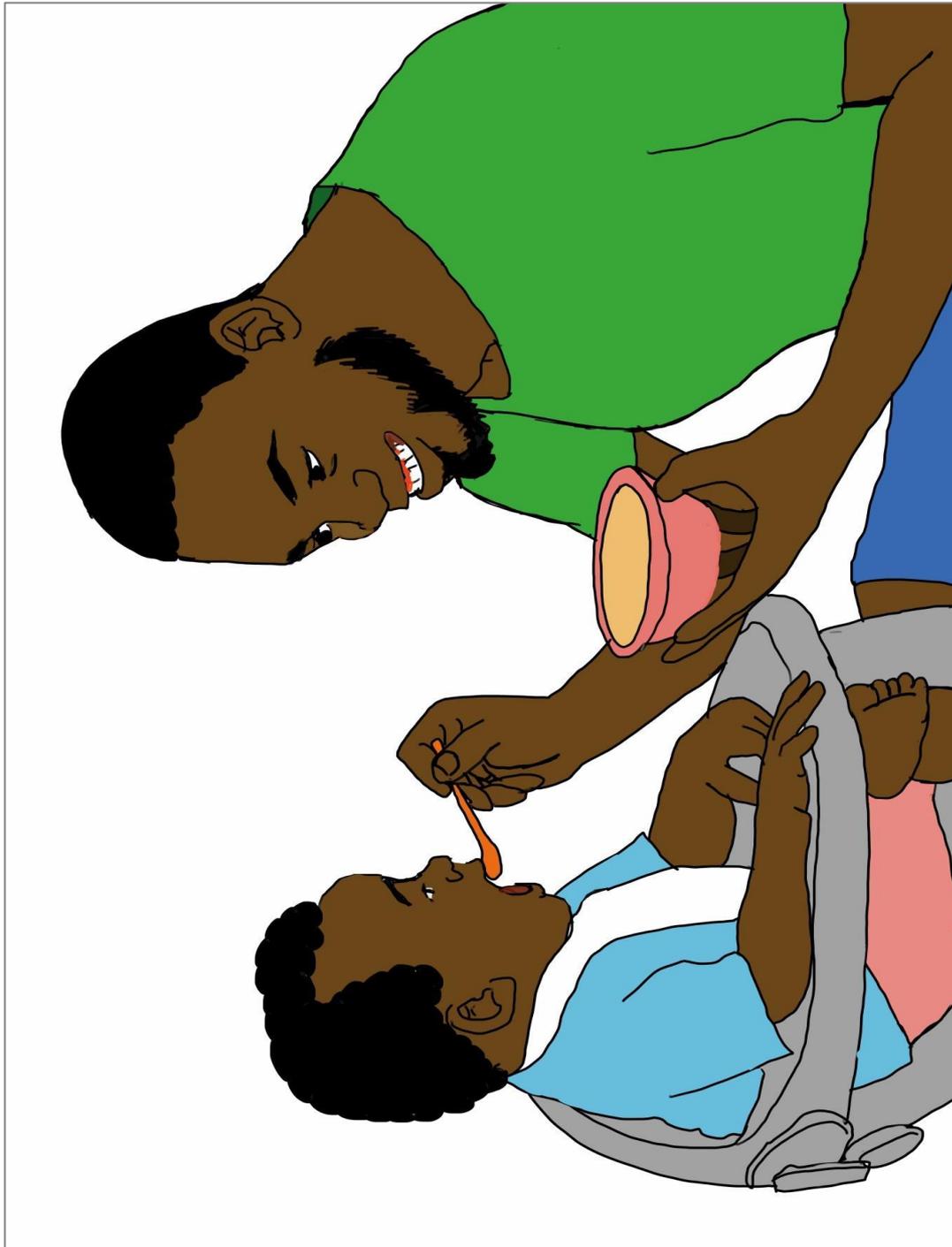
Actividad 5. Recuerda

La persona facilitadora para finalizar la sesión propondrá una actividad de síntesis de los aspectos más importantes trabajados durante la sesión, con la finalidad de ayudar a recordar y sintetizar las ideas claves.

	VERDADERO	FALSO
Para crecer bien, los niños y las niñas sólo necesitan que sus necesidades físicas (comida, higiene y sueño) estén cubiertas.		✓
Jugar y reír con sus cuidadores o con otros niños/as también son necesidades importantes para su desarrollo.	✓	
Cuando los adultos no satisfacen alguna necesidad infantil no pasa nada porque no están poniendo a sus hijos/as en peligro.		✓
Podemos aprovechar lo que hacemos con nuestros hijos e hijas en el día a día para que aprendan cosas nuevas y enriquecer así nuestra relación mutua.	✓	
Para satisfacer las necesidades de los niños y niñas tengo que darles todo lo que me pidan y hacer todo lo que quieran.		✓
Cuando las necesidades no quedan cubiertas se crea una situación de peligro que debe atenderse para que el niño o la niña no sufra daños en su desarrollo.	✓	

Anexo 1. El final de la historia de Berta

Viñeta 1



Viñeta 2



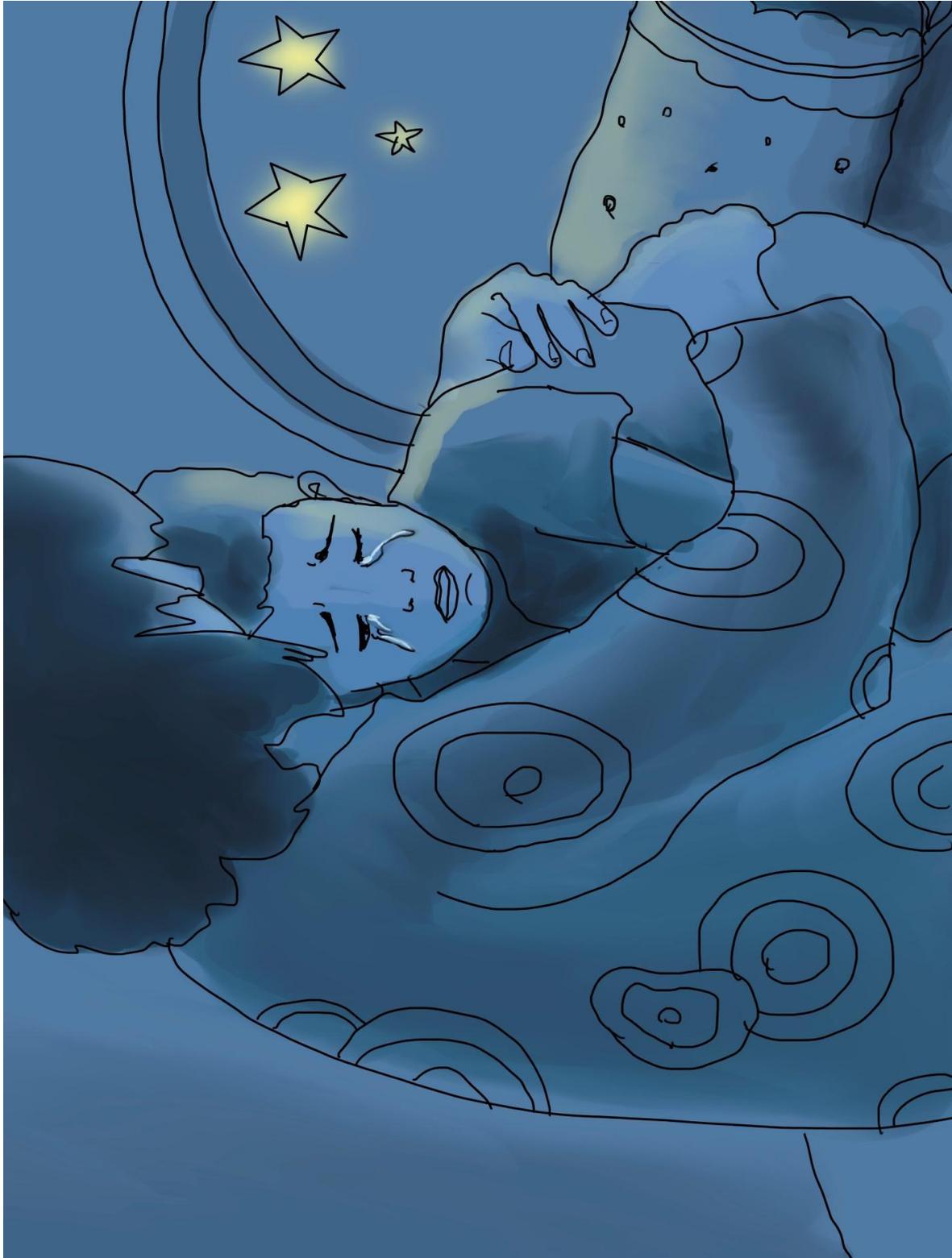
Viñeta 3



Viñeta 4



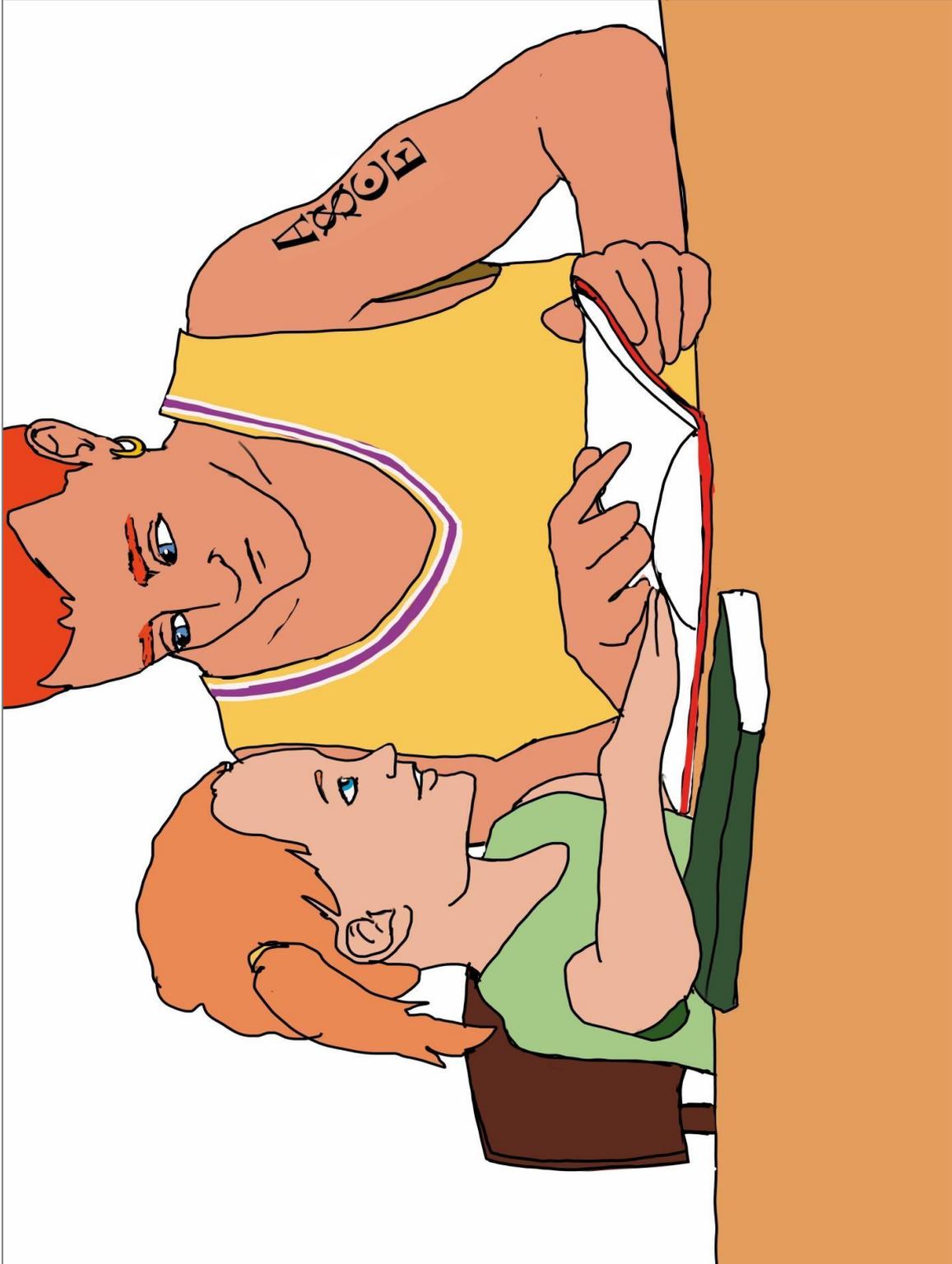
Viñeta 5



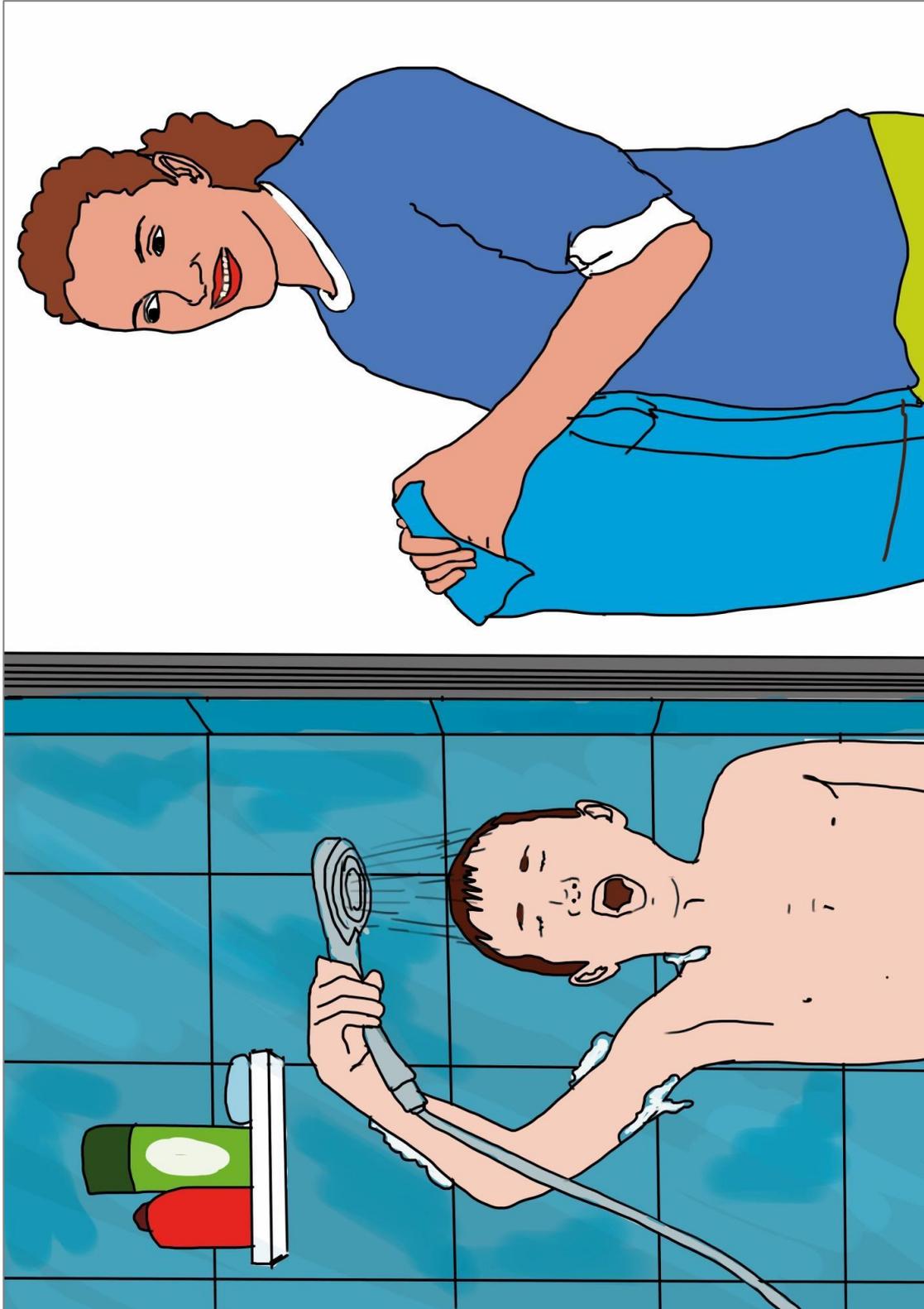
Viñeta 6



Viñeta 7



Viñeta 8



Anexo 2. Compromiso personal

Compromiso



Anexo 3. Recuerda

	VERDADERO	FALSO
Para crecer bien, los niños y las niñas sólo necesitan que sus necesidades físicas (comida, higiene y sueño) estén cubiertas.		
Jugar y reír con sus cuidadores o con otros niños/as también son necesidades importantes para su desarrollo.		
Cuando los adultos no satisfacen alguna necesidad infantil no pasa nada porque no están poniendo a sus hijos/as en peligro.		
Podemos aprovechar lo que hacemos con nuestros hijos e hijas en el día a día para que aprendan cosas nuevas y enriquecer así nuestra relación mutua.		
Para satisfacer las necesidades de los niños y niñas tengo que darles todo lo que me pidan y hacer todo lo que quieran.		
Cuando las necesidades no quedan cubiertas se crea una situación de peligro que debe atenderse para que el niño o la niña no sufra daños en su desarrollo.		

SESIÓN 2. Cómo es mi hijo/a

En esta sesión vamos a analizar qué piensan los padres en sobre sus hijos e hijas y qué pensamos nosotros/as sobre nuestros hijos e hijas. Así, por ejemplo, podemos concentrarnos en lo que queremos que sean, en su comportamiento, su personalidad, sus gustos, en su manera de reaccionar... todo ello conforma la fotografía mental que cada uno guarda sobre sus hijos e hijas.

Esta imagen o fotografía va a influir en lo que podemos esperar de nuestro hijo/a tanto respecto al desarrollo presente como al futuro. Además, es importante saber a partir de qué momento comenzamos a pensar en nuestras hijas e hijos como personas, ¿ya desde el embarazo? o ¿cuándo nacieron?

Hoy vamos a pensar y a debatir sobre cuáles son las consecuencias que tienen las diferentes “fotografías mentales” sobre el desarrollo de sus hijos e hijas. ¿Será lo mismo que veamos a nuestro/a hijo/a sólo como una pequeña criatura regordeta y mona?, o que, en cambio, ¿lo veamos como un niño o una niña con su propia personalidad?

Además, en la sesión de hoy también vamos a situarnos en un plano más personal y analizar cómo es la imagen que hemos construido sobre nuestra propia hija o hijo: ¿cómo lo vemos?, ¿qué es lo que realmente “sabemos” de él o ella? Por último, intentaremos averiguar cómo imaginamos a nuestro hijo o hija en el futuro, y qué papel jugamos nosotros/as como padres y madres en su desarrollo personal.

Objetivos

- Descubrir que los padres y madres van formando poco a poco una imagen sobre sus hijos/as.
- Reflexionar sobre cuál es la imagen que tenemos sobre nuestro hijo o hija.
- Analizar qué es lo que esperamos de nuestra hija o hijo.

Actividades

- Actividad 1. Mi historia como madre, padre o cuidador/a principal (20 minutos)
- Actividad 2. Cómo son nuestros hijos o hijas (20 minutos)
- Actividad 3. Describo a mi hijo o hija (30 minutos)
- Actividad 4. Compromiso personal (10 minutos)
- Actividad 5. Recuerda (10 minutos)

Recursos

- Pizarra o rotafolio.
- Tizas y/o rotuladores.
- Televisión.
- Reproductor de vídeo o dvd.
- Cartulinas.
- Revistas viejas.
- Tijeras y pegamento.
- Vídeo 2. “¿Cómo son nuestros hijos e hijas?”
- Anexo 1. La llegada de un/a bebé.
- Anexo 2. Nuestras emociones.
- Anexo 3. Compromiso personal.
- Anexo 4. Recuerda.

Actividad 1. Mi historia como madre, padre o cuidador/a principal

Para realizar esta actividad se presentan una serie de viñetas (Anexo 1 “La llegada de un bebé”) que representan a una pareja en distintas fases del embarazo y del parto.

Viñeta 1. Una mujer y su pareja miran una prueba de embarazo.

Viñeta 2. La mujer se toca la barriga, todavía plana.

Viñeta 3. La pareja mira la barriga de la mujer, ya más abultada.

Viñeta 4. Preparan el bolso para ir al hospital a dar a luz.

Viñeta 5. El bebé nació hace dos horas.

Viñeta 6. La madre y el padre llegan a casa con su bebé.

Viñeta 7. La mujer da de mamar a su hija.

Viñeta 8. Bañan por primera vez a su hija.

Viñeta 9. Intentan calmar al bebé que está llorando.

Los/las participantes deben reflexionar sobre cuáles eran sus sentimientos y sus preocupaciones durante ese mismo proceso, ya sea desde la perspectiva de la madre o desde el padre según su situación. Para ello tendrán una serie de tarjetas (Anexo 2 “Nuestras emociones”) donde por una cara está el nombre del sentimiento y por otra, una frase que aclara lo que significa. Deberán

elegir aquellos sentimientos que más han predominado durante todo el proceso y comentarlos unos con otros.

- Feliz: “Aunque estoy cansada/o estoy contento/a y satisfecho/a”.
- Incapaz: “No me puedo enfrentar a las cosas, lo hago todo mal”.
- Seguro/a: “Sé que puedo hacer las cosas porque tengo los conocimientos y habilidades necesarias y si no las tengo, las puedo aprender”.
- Cansado/a: “Tengo muy pocas fuerzas, no estoy motivado/a y no me apetece hacer nada”.
- Frustrado/a: “Siento que hay obstáculos y dificultades que no me dejan alcanzar lo que quiero”.
- Sobrecargado/a: “Todo depende de mí, yo soy el/la encargado/a de todo”.
- Maduro/a: “Ahora me siento capaz de cumplir con las responsabilidades como padre o madre”.
- Aburrido/a: “Estoy cansado/a de las rutinas y de tener que hacer siempre las mismas cosas”.
- Importante: “Me siento importante porque la gente se preocupa por mí, por cómo estoy y cómo me siento”.
- Angustiado/a: “Tengo muchas dudas y pienso que no seré capaz de estar a la altura de lo que se espera de mí”.

Seguidamente, se les pide que continúen reflexionando sobre su propia historia de vida como padres y madres. Para ello, pueden contestar a las siguientes preguntas:

¿Recuerdas el momento en que empezaste a sentirte como padre/madre?

¿Cuándo empecé a tener sentimientos hacia mi hijo/a? ¿cuáles eran?

¿Cuándo empecé a sentir que mi hijo/a me necesitaba?

Terminar con un pensamiento positivo porque la tarea de ser padres y madres se construye día a día y puedo ir mejorando. Lo importante es que sea capaz de pensar sobre ello y querer lo mejor para mi hijo/a.

Nota para la persona facilitadora: Es interesante analizar si los participantes pensaron en su hijo/a ya desde el nacimiento, o si de repente se vieron con el niño/a, sin haberse hecho a la idea de lo que significaba ser padre/madre. Que se queden con la idea de que, aunque el proceso no haya sido el esperado o les haya costado verse a sí mismas/os como madres o padres, se trata de un proceso que se va construyendo poco a poco).

Actividad 2. Cómo son nuestros hijos e hijas

Para realizar esta actividad se presenta al grupo una serie de vídeos (Vídeos “¿Cómo son nuestros hijos e hijas?”) de diferentes madres y padres realizando una descripción de sus hijos/as.

Descripciones de los hijos e hijas

Una vez presentadas las descripciones, las/os participantes debaten sobre las siguientes cuestiones.

Cuestiones sobre las descripciones de los/las hijos/as

1. ¿Qué descripción te ha gustado más? ¿Por qué?

2. ¿Qué cosas crees que son más importantes a la hora de describir a nuestros hijos e hijas?

La persona facilitadora irá anotando en la pizarra los comentarios más relevantes de los/las participantes para, finalmente, establecer las conclusiones de la actividad.

Nota para la persona facilitadora: Es interesante que no sólo los padres y madres tengan una mirada frívola sobre su hijo o hija que relate sus cualidades físicas o que busquen parecido de éstas en otros parientes. En cambio, es bueno que tengan una versión más psicológica de las cualidades de sus hijos e hijas, su manera de ser, su comportamiento, lo que indica que son buenos observadores y que les consideran como personas en sí mismas).

Actividad 3. Describo a mi hijo o hija

Esta actividad consta de una primera parte de trabajo individual, y una segunda parte de puesta en común del trabajo realizado.

Para comenzar la actividad, cada participante realizará una descripción sobre su propio hijo o hija. La descripción se va a realizar utilizando la técnica del collage, para lo cual cada uno tendrá una cartulina en la que tendrá que plasmar a través de recortes en revistas cómo es su hijo/a, lo que más le gusta de él/ella y lo que menos.

A continuación, cada participante presenta al resto del grupo su collage describiendo a su hijo/a y contestando a la siguiente pregunta: ¿Mi hijo/a tiene más cosas positivas que negativas? ¿Puedo hacer algo para ayudarlo a cambiar las negativas? ¿Cómo cree que será su hijo/a en el futuro, por ejemplo, cuando sea adolescente?

Nota para la persona facilitadora: Es muy importante tener en cuenta las categorías desde las cuáles han descrito a sus hijos e hijas los participantes, porque la finalidad es conseguir que vean las cualidades positivas de sus hijos e hijas y ampliar la visión positiva que tienen de ellos/as.

Actividad 4. Compromiso personal

El compromiso que se propone en esta sesión consiste en que cada participante observe a su hijo/a a lo largo de la semana y que detecte en él/ella cualidades en las que no se había fijado antes.

¿Cuáles son las nuevas cualidades que he observado esta semana en mi hijo/a?:

Los y las participantes realizarán el registro en la hoja (Anexo 2 “Compromiso personal”), escribiendo en la primera columna el compromiso que desean conseguir y en la siguiente sesión rellena la segunda columna con el grado de cumplimiento que han conseguido: total, medio o bajo grado de cumplimiento.

Actividad 5. Recuerda

La persona facilitadora para finalizar la sesión les propondrá una actividad de síntesis de los aspectos más importantes trabajados durante la sesión, con la finalidad de ayudar a recordar y sintetizar las ideas claves (Anexo 3 “Recuerda”).

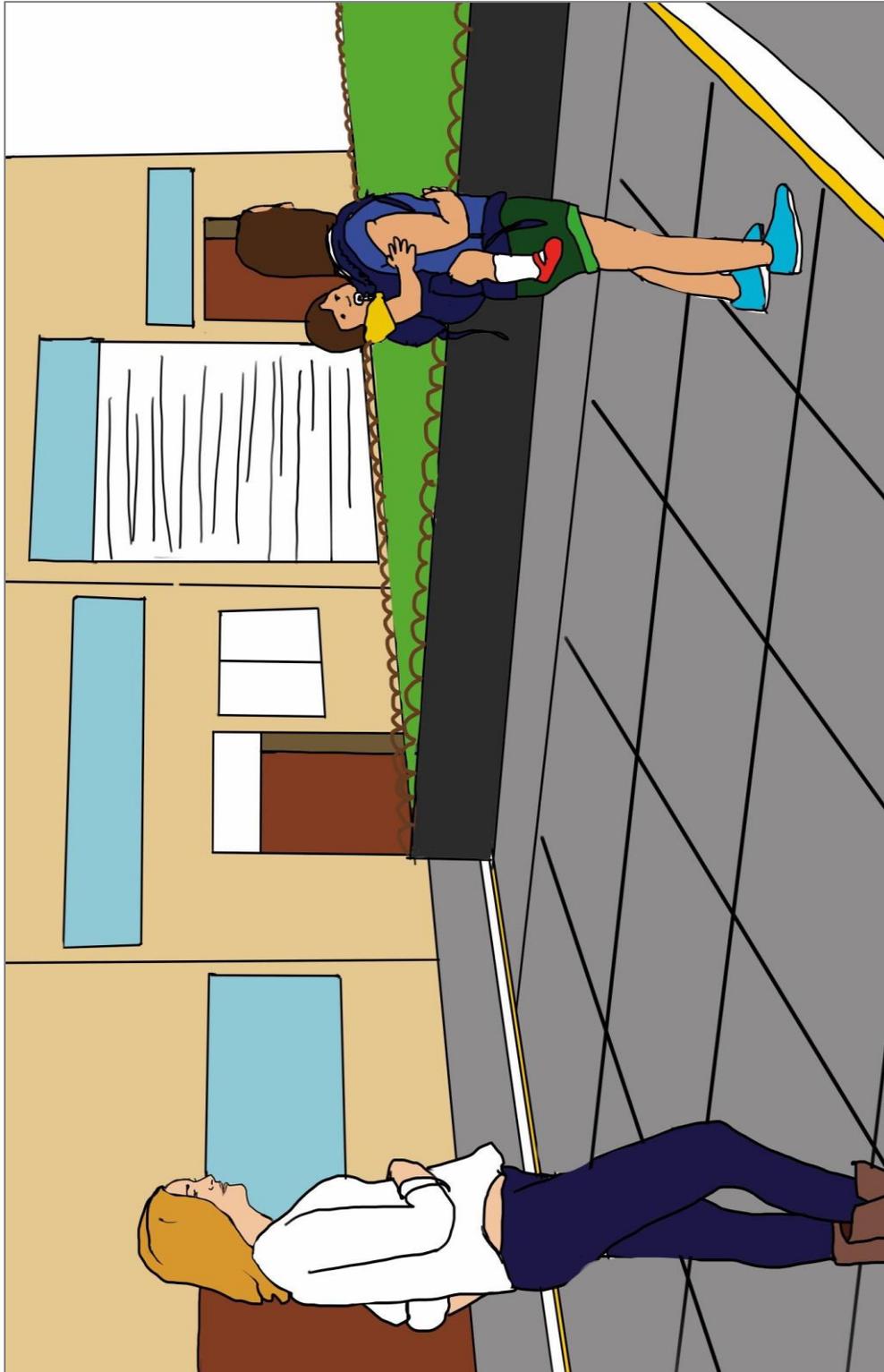
	VERDADERO	FALSO
Es normal tener sentimientos encontrados durante el proceso del embarazo: alegría, preocupación, miedo, tristeza...	✓	
Los hijos/as son como muñequitos graciosos, no tienen verdadera personalidad hasta que crecen.		✓
Los padres y madres deben hacer un esfuerzo por comprender realmente a sus hijos e hijas: mirarlos y escucharlos es un buen comienzo.	✓	
Los hijos o hijas no son una extensión de sus padres, sino que deben seguir sus propios sueños.	✓	
Es bueno que los hijos e hijas consigan las metas que sus padres y madres no pudieron alcanzar.		✓
La imagen que yo tengo de mi hijo o hija influye en mi manera de comportarme con él o ella.	✓	

Anexo 1. La llegada de un/a bebé

Viñeta 1



Viñeta 2



Viñeta 3



Viñeta 4



Viñeta 5



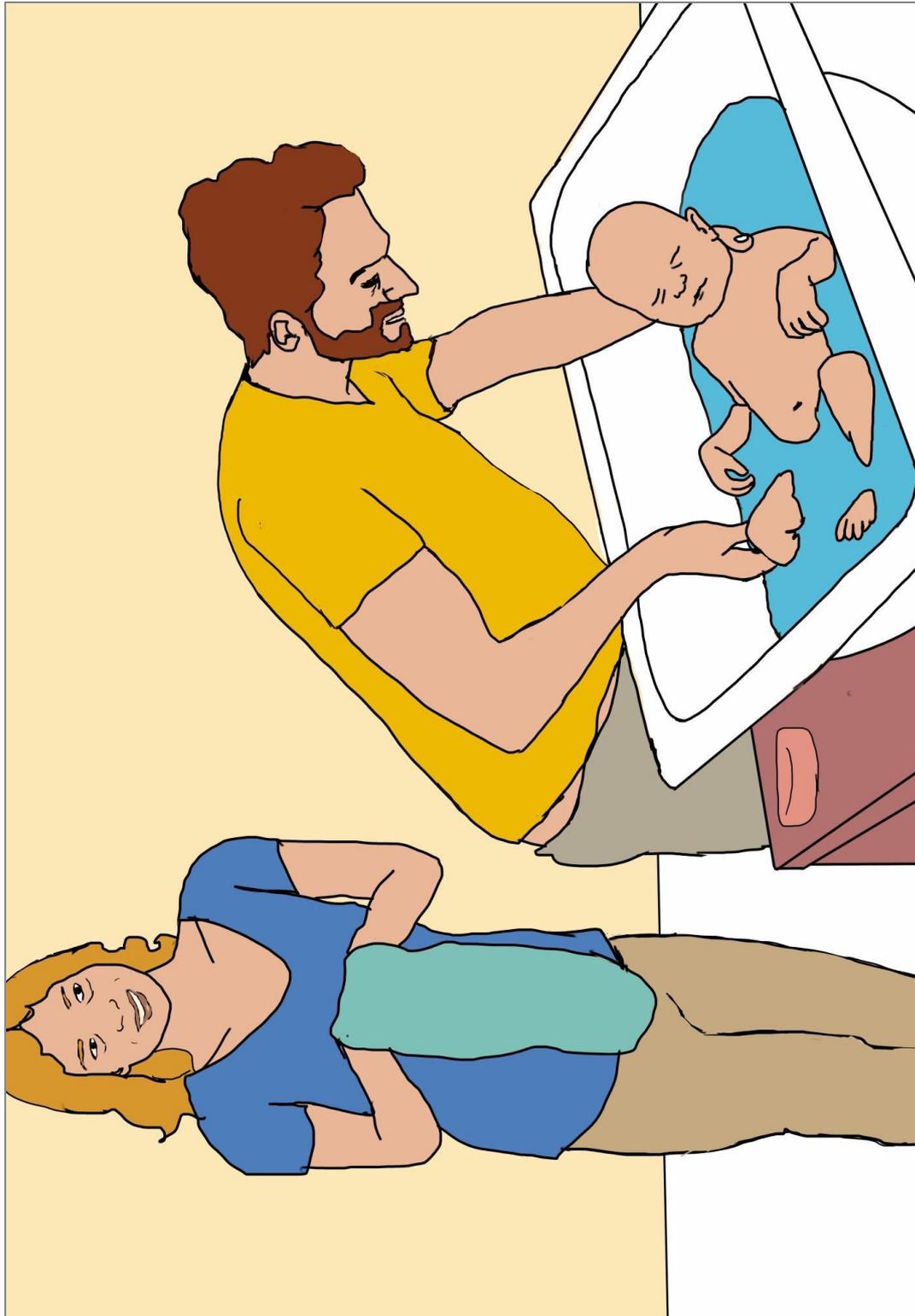
Viñeta 6



Viñeta 7



Viñeta 8



Viñeta 9



Anexo 2. Nuestras emociones

FELIZ

INCAPAZ

SEGURO/A

CANSADO/A

FRUSTRADO/A

SOBRECARGADO/A

MADURO/A

ABURRIDO/A

IMPORTANTE

ANGUSTIADO/A

Aunque estoy cansado/a estoy
contento/a satisfecho/a

No me puedo enfrentar a las cosas, lo
hago todo mal

Sé que puedo hacer las cosas porque
tengo los conocimientos y habilidades
necesarias y si no las tengo, las puedo
aprender

Tengo muy pocas fuerzas, no estoy
motivado/a y no me apetece hacer
nada

Siento que hay obstáculos y dificultades
que no me dejan alcanzar lo que quiero

Todo depende de mí, yo soy el/la
encargado/a de todo

Ahora me siento capaz de cumplir con
las responsabilidades como padre o
madre

Estoy cansado/a de las rutinas y de
tener que hacer siempre las mismas
cosas

Me siento importante porque la gente
se preocupa por mí, por cómo estoy y
cómo me siento

Tengo muchas dudas y pienso que no
seré capaz de estar a la altura de lo
que se espera de mí

Anexo 3. Compromiso personal

Compromiso 1



¿Cuáles son las nuevas cualidades que he observado esta semana en mi hijo/a?

Anexo 4. Recuerda

	VERDADERO	FALSO
Es normal tener sentimientos encontrados durante el proceso del embarazo: alegría, preocupación, miedo, tristeza,...		
Los hijos/as son como muñequitos graciosos, no tienen verdadera personalidad hasta que crecen.		
Los padres y madres deben hacer un esfuerzo por comprender realmente a sus hijos e hijas: mirarlos y escucharlos es un buen comienzo.		
Los hijos o hijas no son una extensión de sus padres, sino que deben seguir sus propios sueños.		
Es bueno que los hijos e hijas consigan las metas que sus padres y madres no pudieron alcanzar.		
La imagen que yo tengo de mi hijo o hija influye en mi manera de comportarme con él o ella.		

SESIÓN 3. La línea del desarrollo

En la sesión de hoy vamos a analizar a qué ritmo van aprendiendo y se van desarrollando nuestros hijos e hijas. Los niños y niñas no nacen “sabiendo” y a medida que crecen, van aprendiendo nuevas cosas cada vez más complicadas. Este aprendizaje tiene su propio ritmo, que no debemos forzar ni frenar. Es como un reloj, al que no podemos pedirle que sean las nueve de la noche cuando no son más que las tres de la tarde.

Conocer cuál es el ritmo que siguen nuestros hijos e hijas para crecer es muy importante, porque así sabremos qué podemos pedirles y qué no, cuándo es demasiado pronto o cuándo demasiado tarde para que hagan determinadas cosas.

En general, cada padre y madre tiene su propia opinión respecto a cuál es el ritmo de desarrollo de su hijo/a, aunque a lo mejor no se ha parado a pensarlo con detenimiento.

Analizar estas opiniones en grupo nos servirá para revisarlas y darnos cuenta de si estamos intentando acelerar o frenar el ritmo al que van nuestros hijos/as.

Objetivos

- Conocer los aspectos más importantes del calendario evolutivo de los niños y niñas durante la primera infancia.
- Reflexionar sobre las expectativas que tienen los padres, madres o cuidadoras/es sobre el ritmo al que se desarrollan sus hijos/as.
- Analizar qué consecuencias tiene pedir a los hijos/as ir más rápido o menos de lo que pueden dar según sus capacidades.
- Analizar el ritmo en el que los niños y niñas van adquiriendo las emociones.

Actividades

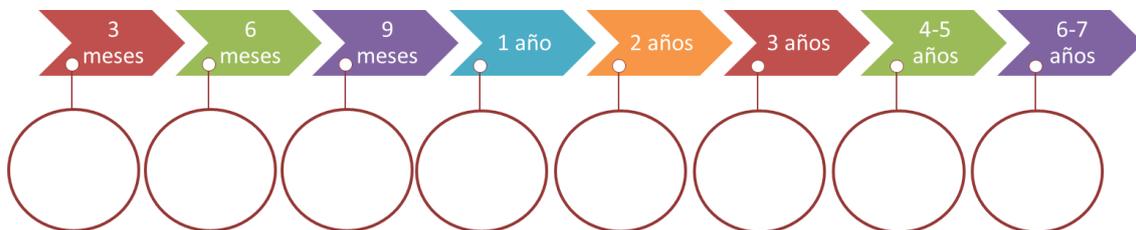
- Actividad 1. La línea del desarrollo (20 minutos)
- Actividad 2. ¿Qué pasa si desajustamos el reloj? (20 minutos)
- Actividad 3. El desarrollo de las emociones (30 minutos)
- Actividad 4. Compromiso personal (10 minutos)
- Actividad 5. Recuerda (10 minutos)

Recursos

- Pizarra y rotafolio.
- Tizas y/o rotuladores.
- Anexo 1. La línea del desarrollo.
- Anexo 2. Los hitos.
- Anexo 3. Los ajustes del reloj.
- Anexo 4. Compromiso personal.
- Anexo 5. Recuerda.

Actividad 1. La línea del desarrollo

Para realizar esta actividad, se presenta a los participantes el dibujo de una línea temporal en la que aparecen diferentes edades de un niño/a (Anexo 1 “La línea del desarrollo”).



En primer lugar, la persona facilitadora pide a los participantes que comenten, a modo de lluvia de ideas, qué creen que pueden hacer los niños y las niñas en cada uno de esos momentos. La persona facilitadora, u otra persona del grupo, irá anotando las ideas que surjan en la pizarra.

En segundo lugar, la persona facilitadora presenta a los y las participantes tarjetas (Anexo 2 “Los hitos”) en las que aparecen una serie de cosas que los niños y las niñas pueden hacer. La tarea consiste en decir a qué edad, de las señaladas en la línea, pueden los niños y las niñas realizar esa actividad. En caso de que haya diferentes respuestas, cada participante tendrá que defender la suya, de forma que se llegue a acuerdos entre todo el grupo.

A qué edad los/las niños/as pueden.....

Gatear (8-9 meses)
Caminar (1 año)
Comer sin ayuda (2 años)
Preguntar por las cosas del mundo que les rodea (3 años)
Decir frases de dos o tres palabras (2 años)
Sentirse culpable por haber hecho algo malo (2 años)
Dejar de utilizar pañales durante el día (2 años y medio)
Saber leer (6-7 años)
Reconocer a su padre/madre y sentirse seguro/a a su lado (7-9 meses)
Sentir miedo de los desconocidos (7-9 meses)
Se sabe poner el pantalón y la camiseta (3 años)
Recoger y guardar sus juguetes (2 años)

Nota para la persona facilitadora. No se deben enseñar las edades para que sean ellos los que las digan. Las edades son aproximadas así es que se les corregirá sólo cuando sea una diferencia ostensible.

Actividad 2. ¿Qué pasa si desajustamos el reloj?

En esta actividad se presentan una serie de dibujos en los que se muestran a niños y niñas que realizan alguna cosa para la que son demasiado mayores o demasiado pequeños/as (Anexo 3 “Los ajustes del reloj”). Se les recuerda a los padres y madres lo comentado en la introducción de la sesión, cada niño y niña tiene su propio ritmo y no debemos forzar ni frenar. Es como un reloj, al que no podemos pedirle que sean las nueve de la noche cuando no son más que las tres de la tarde. Con la finalidad de reflexionar sobre este aspecto, en primer lugar, se pide que observen los dibujos:

Viñeta 1. A un niño de unos 4 años le da de comer su madre.

Viñeta 2. Un padre deja que su hijo de 5 meses tome el biberón solo en su cuna.

Viñeta 3. Una abuela se enfada con un niño de 9 meses porque gateando ha roto una figura de la casa.

Viñeta 4. Un niño de 2 años se baña solo en la bañera con su hermana de 4 años.

Viñeta 5. Un niño de 5 años necesita dormir todas las noches en la cama de su madre.

Viñeta 6. Una niña de 7 años cuida de su hermano de 8 meses mientras su madre se marcha.

A continuación, la persona facilitadora pregunta al grupo las siguientes cuestiones para cada uno de los dibujos, con el fin de que se establezca un debate:

- ¿El niño o niña del dibujo está haciendo las cosas a la edad que corresponde, antes o después?
- ¿Qué consecuencias tiene para este niño que se haya atrasado/adelantado su reloj del desarrollo?

Las consecuencias que los/las participantes van apuntando, se anotan en la pizarra, de forma que permitan establecer las conclusiones de la actividad.

***Nota para la persona facilitadora.** Es importante que comprendan que el desarrollo evolutivo varía en cada niño y niña, todos/as tienen su propio ritmo. la estimulación del niño o niña va a depender de que el reloj esté ajustado, retrasado o adelantado en la mente del padre o de la madre.*

Actividad 3. El desarrollo de las emociones

Para realizar esta actividad, se presentan unas pequeñas historietas en las que aparece un/a niño/a manifestando una emoción.

Historieta 1: Álvaro se ha hecho pipí en la cama. No sabe qué le ha pasado, porque él ya ha aprendido a levantarse de su cama e ir al baño cuando tiene pipí. No sabe cómo contárselo a su madre, porque no quiere que ella se entere de lo que ha pasado. Álvaro siente **vergüenza**.

Historieta 2: Cristina está quedándose dormida. De repente, oye unos ruidos muy fuertes que vienen del salón de la casa. Su padre está gritando mucho y dando golpes, parece muy enfadado. Cristina siente **miedo**.

Historieta 3: Adela está en brazos de su madre, que la mece, le da besos y le hace carantoñas. La madre ríe, se nota que le gusta jugar con su hija. Adela siente **alegría**.

Historieta 4: Eduardo está jugando con sus amigos a tirar piedras a un estanque. De repente, Eduardo tira una piedra y, sin querer, le da a un niño haciéndole una herida en el brazo. Eduardo se pone a llorar y se siente **culpable**.

Historieta 5: Lucía está quieta, no juega y se pasa las horas mirando la pared o dormitando con el chupete. Lucía se siente **triste**.

A continuación, la persona facilitadora pide a los/las participantes que traten de ponerle una edad a cada uno de los niños y niñas que aparecen en las historietas individualmente y a continuación se debatirá en grupo.

Edad de Álvaro:	
Edad de Cristina:	
Edad de Adela:	
Edad de Eduardo:	
Edad de Lucía:	

A través de los comentarios de los participantes se establecen las conclusiones de la actividad.

Nota para la persona facilitadora: la persona facilitadora debe saber que, de todas las emociones, la culpa y la vergüenza son las que aparecen más tarde (después de los dos años) porque implican tener claro el estándar normativo que se debe cumplir. Todas las demás están desde los primeros meses de vida.

Actividad 4. Compromiso personal

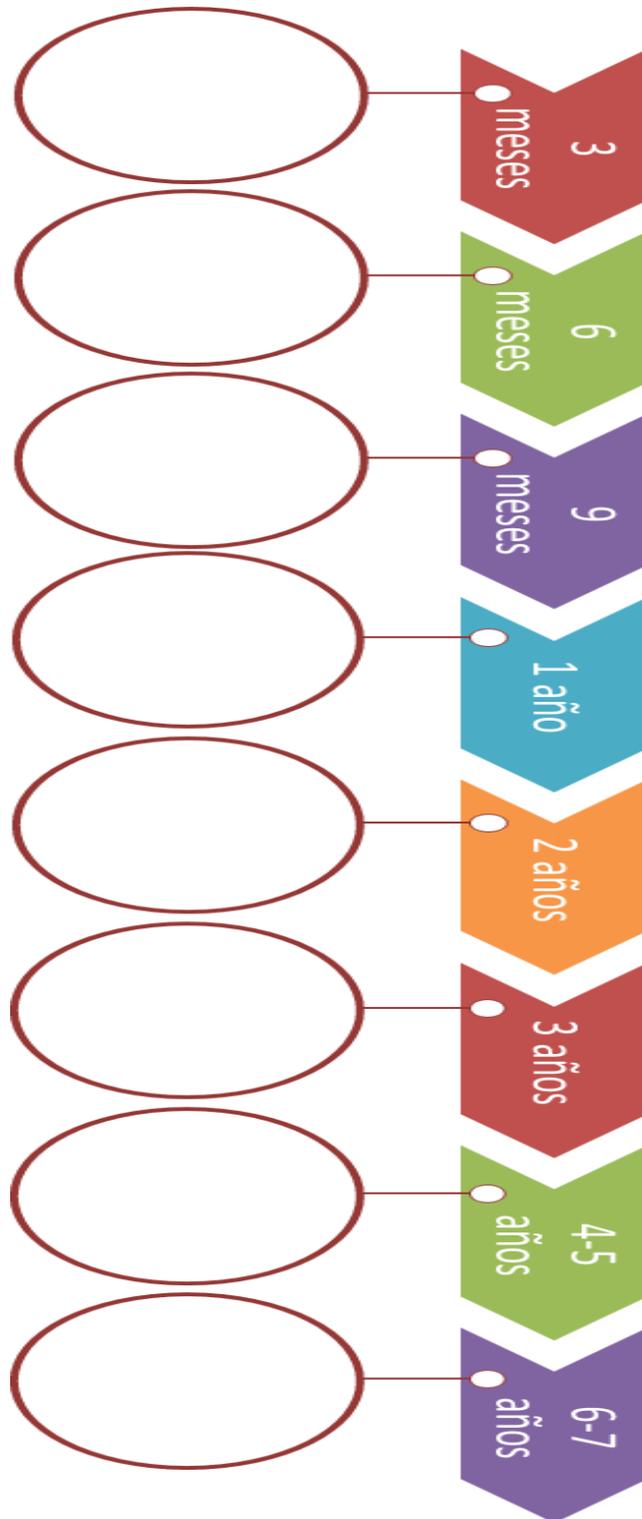
El compromiso de esta sesión consiste en que los/las participantes detecten actividades, habilidades o emociones que su hijo/a ha hecho o ha experimentado de forma precoz, antes de lo esperado, cosas que ha hecho después de la edad esperable y cosas que ha hecho a la misma edad que sus iguales. En la siguiente sesión rellena la segunda columna con el grado de cumplimiento que han conseguido: total, medio o bajo grado de cumplimiento.

Actividad 5. Recuerda

La persona facilitadora para finalizar la sesión propondrá una actividad de síntesis de los aspectos más importantes trabajados durante la sesión, con la finalidad de ayudar a recordar y sintetizar las ideas claves.

	VERDADERO	FALSO
Los niños y las niñas aprenden a un ritmo determinado, y los adultos debemos intentar acelerar ese ritmo todo lo posible.		✓
Los niños y niñas pueden sentir miedo desde que nacen, por lo que debemos proporcionarles un entorno seguro.	✓	
Los niños y niñas de 5 años ya tienen edad suficiente para cuidar de sus hermanos/as pequeños. Es bueno darles responsabilidades.		✓
Los/las niños/as de 1 año son demasiado pequeños para sentirse responsables de algo que han hecho mal.	✓	
Las emociones de los/las niños/as expresan sus caprichos y no hay que hacerles caso.		✓
El reloj del desarrollo es flexible, de modo que si a la edad exacta no es capaz de hacer algo, es de esperar que esté muy próximo a adquirirlo.	✓	

Anexo 1. La línea del desarrollo



Anexo 2. Los hitos

Gatear

Caminar

Comer sin ayuda

Preguntar por el mundo que le rodea

Decir frases de 2 o 3 palabras

Sentirse culpable por hacer algo malo

Dejar de utilizar pañales durante el día

Saber leer

Reconocer a su padre /madre y sentirse seguro a su lado

Preguntar por el mundo que le rodea

Se pone pantalón y camiseta

Recoger y guardar sus juguetes

Anexo 3. Los ajustes del reloj

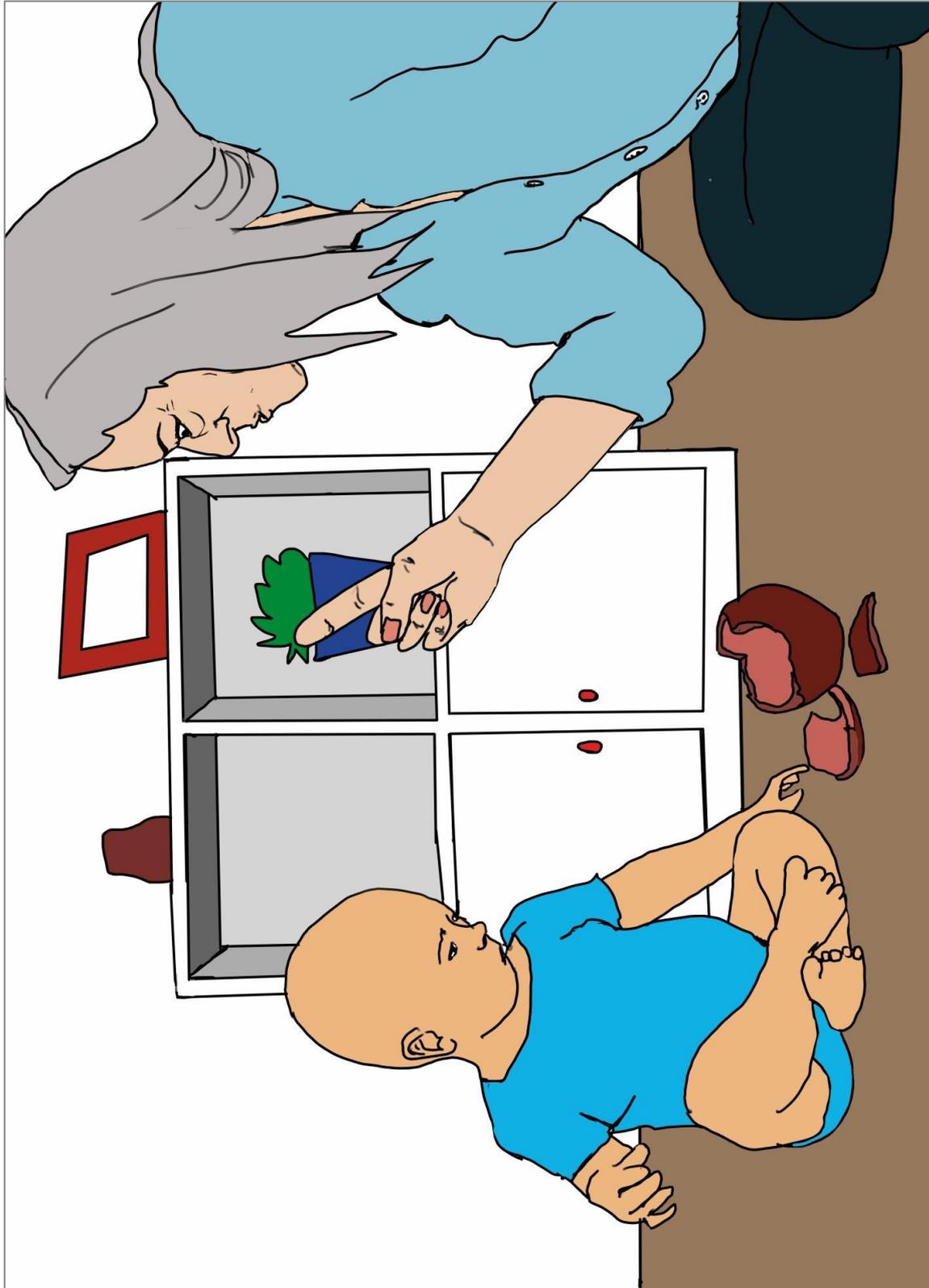
Viñeta 1



Viñeta 2



Viñeta 3



Viñeta 4



Viñeta 5



Viñeta 6



Anexo 4. Compromiso personal

Compromiso

Antes

Al mismo tiempo

Después



Anexo 5. Recuerda

	VERDADERO	FALSO
Los/las niños y niñas aprenden a un ritmo determinado, y los adultos debemos intentar acelerar ese ritmo todo lo posible.		
Los/las niños y niñas pueden sentir miedo desde que nacen, por lo que debemos proporcionarles un entorno seguro.		
Los/las niños y niñas de 5 años ya tienen edad suficiente para cuidar de sus hermanos/as pequeños. Es bueno darles responsabilidades.		
Los/las niños/as de 1 año son demasiado pequeños para sentirse responsables de algo que han hecho mal.		
Las emociones de los/las niños/as expresan sus caprichos y no hay que hacerles caso.		
El reloj del desarrollo es flexible, de modo que si a la edad exacta no es capaz de hacer algo, es de esperar que esté muy próximo a adquirirlo.		

SESIÓN 4. Educando entre pantallas

A lo largo de esta sesión vamos a reflexionar acerca de la importancia de educar a nuestros hijos e hijas en el uso de las pantallas. Las TIC se han instalado en nuestra sociedad digital y el uso de pantallas de todo tipo (móvil, ordenador, tableta, TV) está presente en el día a día de las familias. También hemos oído noticias preocupantes sobre las consecuencias negativas que tiene su mal uso y abuso en el desarrollo de nuestros hijos e hijas. En realidad, con la presencia de las TIC en el hogar se plantea una nueva tarea parental que consiste en enseñar normas y valores a nuestros hijos e hijas para velar por su buen uso. En esta sesión, se responde a la necesidad de formar a los padres y a las madres en el uso constructivo de las pantallas, y cómo aprender a gestionar y regular el consumo de las TIC en sus hijos e hijas.

En primer lugar, se resaltarán la importancia de educar entre pantallas, haciendo referencia a las normas y valores que deben estar presentes en esta educación. Además, se presentarán escenas de la vida cotidiana, en función de los rangos de edades de las y los hijos, para identificar y analizar diversas situaciones que representan usos positivos y negativos de pantallas y cuáles son sus posibles consecuencias.

En segundo lugar, se realizará un Juego de Roles entre los y las participantes para mostrar situaciones cotidianas de forma dinámica y lúdica, mostrando los diferentes estilos parentales de control y mediación digital. Para ello, se analizará de manera crítica lo que se ha visto en estas situaciones. Después, se planteará cómo lo llevan a cabo los participantes del grupo en su familia y sus posibles consecuencias, identificando a quién se parecen más en cuanto a su comportamiento en su vida diaria. Además, se procederá a la identificación de los beneficios y los riesgos por el uso inadecuado de las TIC en la infancia de 0 a 7 años. Se plantearán alternativas constructivas, con el fin de ampliar horizontes sobre los usos positivos de las TIC y la mediación de los padres y las madres. Asimismo, se destacarán los componentes claves para que su uso sea beneficioso para el desarrollo: interactividad con el adulto y con la pantalla, es decir, que vea cosas acompañado por el adulto, y/o que haga algo en la pantalla y que ocurran cosas para que se perciba como un agente capaz de hacer cosas.

Objetivos

- Conocer situaciones cotidianas que muestran usos positivos y negativos de las pantallas.
- Analizar los estilos educativos en la regulación del uso de pantallas.
- Aprender a identificar los usos constructivos de las pantallas en hijos e hijas según las edades
- Identificar beneficios y riesgos en el uso de las pantallas en el hogar.

Actividades

- Actividad 1. Nuestra vida entre pantallas (20 minutos)
- Actividad 2. ¿A quién me parezco educando entre pantallas? (20 minutos)
- Actividad 3. Te digo a qué edad y me dices el uso que se puede hacer (30 minutos)
- Actividad 4. Compromiso personal (10 minutos)
- Actividad 5. Recuerda (10 minutos)

Recursos

- Material de ilustraciones.
- Pizarra y rotafolio.
- Tizas y/o rotuladores.
- Cartulinas con las consecuencias de los casos.
- Anexo 1. Nuestra vida entre pantallas.
- Anexo 2. Beneficios y riesgos.
- Anexo 3. A cada edad su uso.
- Anexo 4. Compromiso personal.
- Anexo 5. Recuerda.

Actividad 1. Nuestra vida entre pantallas

Las pantallas están presentes en la vida familiar y la regulación de su uso es importante. Se plantea la siguiente actividad que consiste en mostrar una serie de escenas cotidianas que se deberán analizar, sobre todo las consecuencias, tanto positivas como negativas (Anexo 1).

La idea es que dirijan una mirada a su alrededor e identifiquen las consecuencias que puede tener la exposición a las pantallas para el desarrollo evolutivo de la infancia de 0 a 7 años. Estas escenas serían:

Viñeta 1: *Familia en la playa con móviles.* La persona facilitadora muestra una imagen de una familia, en la que todos los integrantes están mirando un móvil.

Viñeta 2: *Niña pide atención mientras la madre la ignora.* Una niña pide que su madre la atienda mientras esta la ignora, ya que está mirando el móvil.

Viñeta 3: *Bebé en el cochecito mirando un móvil.* La persona facilitadora muestra una imagen en la que se ve un cochecito semi-tapado y en el interior un bebé con un móvil en la mano.

Viñeta 4: *La alimentación mediada por una Tablet.* La persona facilitadora muestra una imagen de un niño almorzando mientras mira una Tablet.

Viñeta 5: *La Tablet como un recurso educativo.* Se ve a una niña, desde atrás, de unos cinco años sosteniendo una Tablet con las manos coloreando con los dedos la imagen de una jirafa, la cual está a medio colorear, faltando las manchas y el paisaje en el que está situada. En un extremo de la pantalla hay una leyenda rectangular hacia abajo con una paleta de colores.

Viñeta 6: *Padre e hija viendo juntos la televisión.* Dos niños y su madre en el salón viendo dibujos en la televisión.

Viñeta 7: *Un baile en la televisión.* Un padre y una madre junto a su hija en el salón, frente al televisor, bailando mientras se proyecta un programa de baile en la televisión.

Viñeta 8: *La Tablet de apoyo educativo.* Un niño está sentado en una mesa de estudio en su habitación mirando una libreta que está abierta y claramente tiene algo escrito. Una madre, sostiene con las dos manos una Tablet que está orientada hacia el hijo, y ella está inclinada hacia el hijo como si le estuviera explicando algo que aparece en la tableta.

La persona facilitadora irá mostrando cada una de las viñetas de forma aleatoria, no marcando las negativas o las positivas primero, sino que estén mezcladas. Los padres y las madres deberán ir analizando cada una de ellas, ayudados por la persona facilitadora que les irá haciendo preguntas:

- ¿Qué vemos en la viñeta?
- ¿Sería un uso positivo o negativo de las pantallas?
- ¿Qué consecuencias (beneficios y riesgos) puede tener este tipo de uso en los hijos y las hijas?

Al final de las intervenciones, se puede presentar la Tabla 1 (Anexo 1 “Beneficios y riesgos) de beneficios y riesgos donde aparecen los beneficios (semáforo verde) y riesgos (semáforo rojo) en dos columnas para que al final se llegue a un consenso.

Beneficios		Riesgos	
Atención		Demasiada estimulación visual y sonora	
Memoria aguantar la frustración		Excesiva activación	
Orientación espacial		Obsesionarse con el juego	
Aprender turnos		Presenciar escenas inadecuadas para la edad	

Beneficios 	Riesgos 
Mejorar el movimiento de las manos	Valores negativos de tolerar escenas de daños
Valores de ayuda	Falta de empatía
Cooperación	Estereotipos de género (juegos de maquillarse las chicas y de guerra los chicos)

Actividad 2. ¿A quién me parezco educando entre pantallas?

A continuación, la persona facilitadora les propone situarse en algunas de las escenas que se han visto en la actividad anterior y cuál sería la forma de educar en el uso que los hijos e hijas dan a las pantallas. Para ello, propone realizar un juego de roles, en el que se plantearán dos roles, uno de padre o madre y otro de hijo o hija. Pedirá a dos pares de personas que quieran participar y cuando salgan estos cuatro participantes se apartarán del resto del grupo y explicará secretamente a cada par de ellos la escena que tendrán que realizar. Les planteará el siguiente supuesto que será el mismo para los dos pares:

“La hija de 6 años le está pidiendo el móvil al padre o la madre para jugar con una aplicación en la que debe atrapar muñequitos que salen de donde menos se espera para ganar puntos. El padre o la madre está muy concentrado usando el móvil para ver las noticias en un periódico digital”.

A continuación, la pareja A tendrá que jugar el rol de los tres primeros estilos, mientras que la pareja B tendrá que hacer los otros dos:

1. **Estilo autoritario.** La reacción del padre o de la madre sería muy negativa, con mucha autoridad y poco afecto le dirá que no, de forma rotunda. La hija debe mostrar miedo a la reacción del padre o de la madre. Y este último le explicará de una forma muy seca que el móvil no es para jugar y que tiene juguetes en el cuarto y que no moleste.
2. **Estilo democrático.** La reacción del padre o madre es indicarle a la hija que está utilizando el móvil y que debe esperar a que termine para dárselo para jugar. Recordándole que entre semana solo puede jugar una hora al día. Cuando le da el móvil, el padre o madre se queda junto a su hijo o hija para ver cómo juega.
3. **Estilo permisivo.** La reacción es darle el móvil, decirle vale, haz lo que quieras, mientras le pone el juego y se va de la habitación.
4. **Estilo helicóptero (acechando y supervisando siempre lo que hacen los niños).** Le recuerda que las reglas son una hora de juego al día, que si no cumple no podrá jugar durante tres días; le dirá que ha puesto un control parental en el móvil de modo que va a vigilar lo que hace con el móvil. Cuando se lo da, se queda al lado mirando la pantalla.

5. *Estilo quitanieves (muy intrusivo, restando autonomía y dudando de la capacidad de la niña).* Le da el móvil y la hija, al primer reto de capturar muñequitos se disgusta y muestra enfado, le quita el móvil lo hace él o ella misma, ¿ves? ¿ves? para evitar que el hijo se frustre.

En cada escena de juego de roles, se le pide al resto que analice la situación y apunten en un papel las **consecuencias de cada caso**. Al final se ponen todas en común. Se les muestra una cartulina por cada consecuencia que se va mostrando al final de la puesta en común.

Cartulina 1: Estilo autoritario: Las normas se acatan por presión y miedo al castigo, pero no se llegan a aceptar ni comprender.

Cartulina 2: Estilo democrático: Se aprende a negociar, a ceder, a entender que hay una norma, pero es flexible y se puede argumentar.

Cartulina 3: Estilo permisivo. No se ofrecen normas para el uso, de modo que puede darse el uso inadecuado y el abuso de pantallas.

Cartulina 4: Estilo helicóptero. Excesiva ansiedad ante la posible desobediencia o que se meta el niño o la niña en problemas, de modo que le traspasa dicha ansiedad.

Cartulina 5: Estilo quitanieves. El niño o la niña no aprende a enfrentarse a los retos y al final cuenta con que le ayuden, lo que baja su autoconcepto.

A continuación, se les pide que piensen a quién se parecen más entre las reacciones que han visto. Animar a que los integrantes del grupo analicen y cuenten escenas similares, pidiendo que indiquen la forma en que se podría modificar el comportamiento de los padres en el futuro.

Actividad 3. Te digo a qué edad y me dices el uso que se puede hacer

La persona facilitadora comienza la actividad indicando que las pantallas se pueden utilizar de manera que traigan beneficios, pero se debe tener en cuenta la existencia de posibles riesgos para los hijos e hijas. Después, se indica en el Anexo 2 una serie de recomendaciones para su uso de acuerdo con las edades:

Edades	Exposición a las pantallas
Primer año de vida (0-12 meses)	Nada de pantallas, tiempo de moratoria.

Edades	Exposición a las pantallas
A partir de 12 meses	Se debería seguir protegiendo al bebé de la exposición de las pantallas, pero en ocasiones se puede utilizar como un recurso. Se trata de una exposición muy escasa, solo en ocasiones determinadas, con dibujos animados específicos para bebés, siempre en presencia de alguno de los adultos y nunca asociado a las rutinas de alimentación, paseo y sueño.
De 2 a 3 años	Debe mantenerse muy poca presencia con dibujos animados específicos para la edad y aplicaciones de pintar con los dedos o similar (10 minutos máximo). Nunca asociado a las rutinas de alimentación, paseo y sueño y con la atención de los adultos. Lo mejor es la interacción directa con los propios objetos, pero la interacción con la pantalla también puede ser educativa, siempre que sus acciones traigan pequeñas consecuencias que pueda ver.
A partir de 4 años	Se puede incrementar (25 minutos máximo) la exposición del niño o de la niña a las pantallas con aplicaciones y vídeos y así, explorar el mundo digital, pero nunca asociado a las rutinas de alimentación, paseo y sueño y con la supervisión de los adultos.
De 5 a 7 años	Suelen empezar a apreciar las aplicaciones de juegos, lecturas y matemáticas y a compartir los diversos juegos con los iguales, nunca asociado a rutinas del día, que suponga eliminación del ejercicio físico sino a una hora de la tarde cuando ya se haya jugado con otras cosas (máximo 45 minutos). Se evitará la entrada a juegos de roles, de competición monetaria, aunque sea figurada o a juegos con contenidos machistas, comportamiento de burla de otros/as, violentos que le creen estrés, miedo o angustia.

A continuación, se le pide a cada padre y cada madre que diga la edad de su hijo o hija y qué actividad hace con las pantallas. La persona facilitadora irá escribiendo una lista de las actividades, preguntando si creen que las actividades que hacen se ajustan a la edad del hijo o hija. Si indican una actividad a una edad que no estaría recomendada (por ejemplo, 6 meses y le ponen la televisión para que esté entretenido solo en el salón), el o la facilitadora le pregunta, ¿esta actividad es adecuada para la edad del bebé? Debería responder que no, y acto seguido, pregunta ¿por qué?, reforzando la respuesta, si indican que es muy pequeño y se recomienda que no tenga exposición a las pantallas a esa edad tan temprana, a lo que pregunta de nuevo: y, ¿qué actividad se puede hacer con un bebé de seis meses con el uso de pantallas? La respuesta sería: ninguna.

Al final, de modo consensuado y con las diversas contribuciones se hace una lista de actividades que se puedan hacer con los hijos según sus edades. Para ello consultan la lista de beneficios (semáforo verde) y de riesgos (semáforo rojo) de más arriba para que la tengan presente y eviten los riesgos.

Actividad 4. Compromiso personal

A continuación, se les pide un compromiso de cambio, teniendo en cuenta lo que han visto y analizado en la sesión, qué aspectos creen que podrían mejorar en el estilo que emplean para educar y gestionar el uso de las pantallas con los hijos e hijas que puedan llevar a la práctica en los siguientes días. Se toma nota de los que dicen sin forzar y se ayuda a que sean realistas y se puedan realizar durante la semana. En la siguiente sesión rellena la segunda columna con el grado de cumplimiento que han conseguido: total, medio o bajo grado de cumplimiento.

Actividad 5. Recuerda

La persona facilitadora, para finalizar la sesión propondrá una actividad de síntesis de los aspectos más importantes trabajados durante la sesión, con la finalidad de ayudar a recordar y sintetizar las ideas claves.

	VERDADERO	FALSO
Las pantallas no son un recurso educativo sino de comodidad para los padres y madres		✓
Hijos e hijas pueden utilizar las pantallas sin necesidad de supervisión parental		✓
El modo en que regulamos el uso de las pantallas determina el que los hijos e hijas saquen provecho o no de las mismas	✓	
A partir de los 2 años, aunque se mantiene poca exposición a las pantallas, se les puede ofrecer aplicaciones sencillas para que exploren.	✓	
El uso abusivo puede provocar problemas de salud como el insomnio, las pesadillas, la irritabilidad y el sedentarismo	✓	
Los juegos ya se diseñan de modo que no hagan daño a los niños porque de otro modo no estarían a la venta		✓

Anexo 1. Nuestra vida entre pantallas

Viñeta 1



Viñeta 2



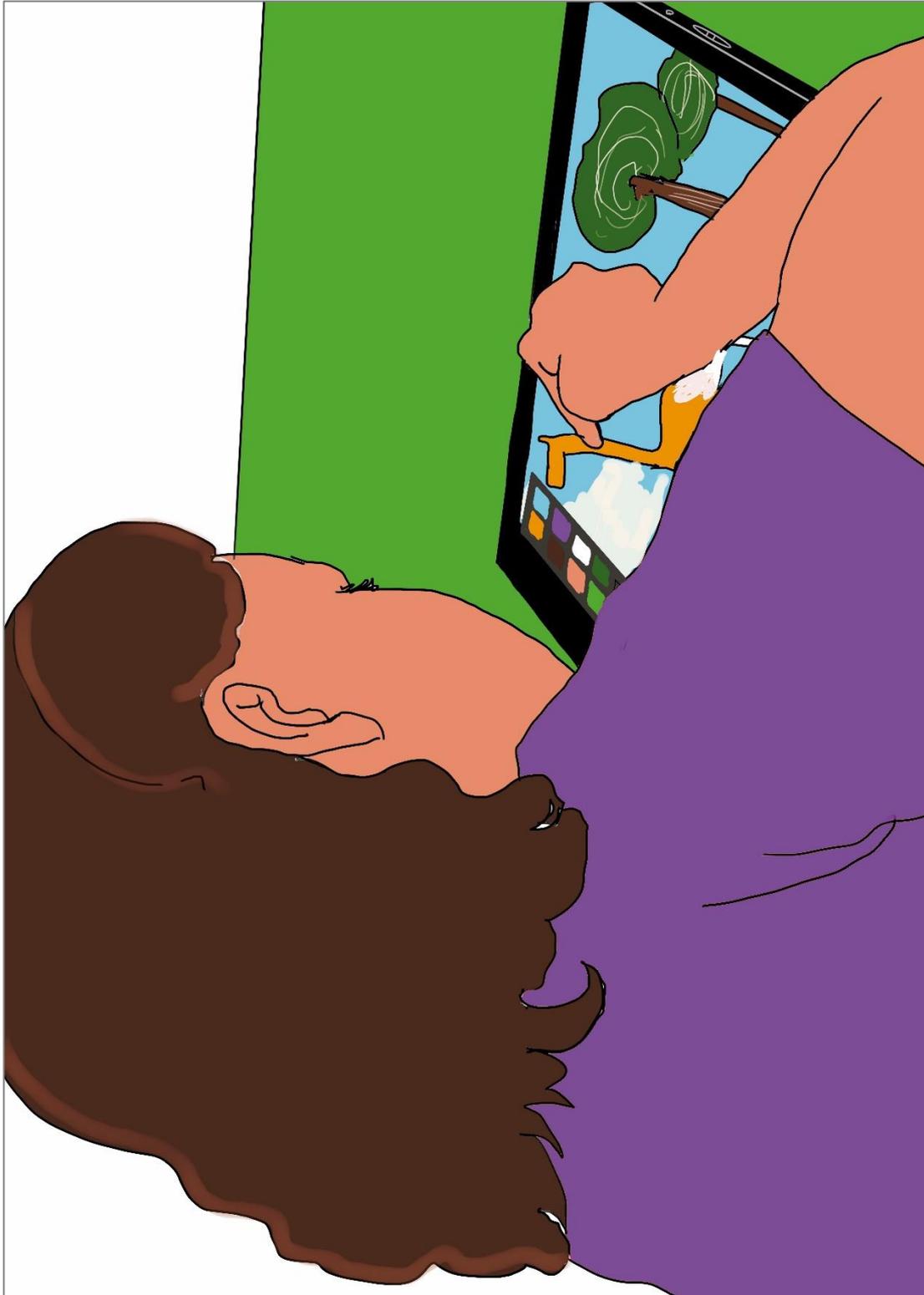
Viñeta 3



Viñeta 4



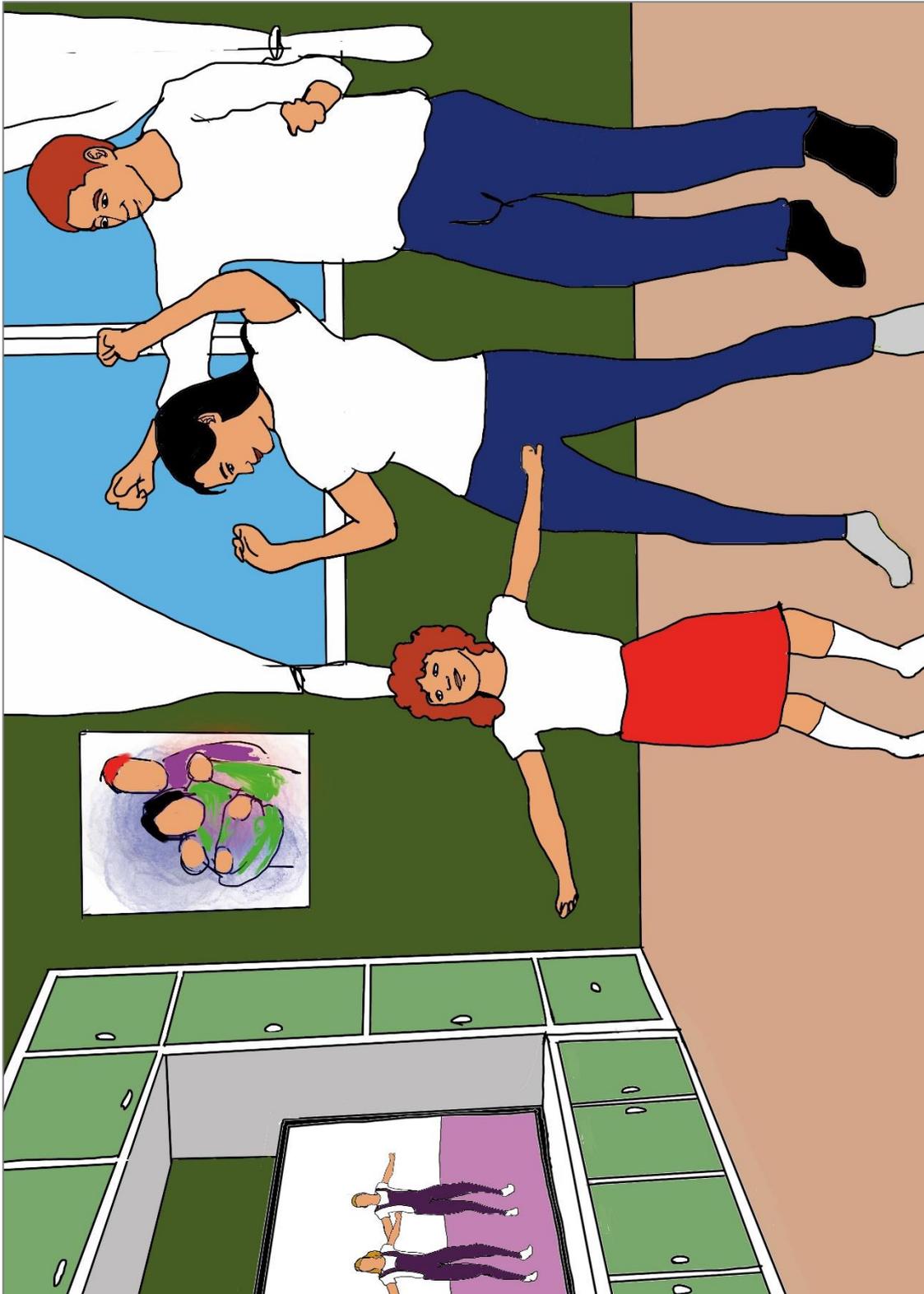
Viñeta 5



Viñeta 6



Viñeta 7



Viñeta 8



Anexo 2. Beneficios y riesgos

Beneficios 	Riesgos 
Atención	Demasiada estimulación visual y sonora
Memoria aguantar la frustración	Excesiva activación
Orientación espacial	Obsesionarse con el juego
Aprender turnos	Presenciar escenas inadecuadas para la edad
Mejorar el movimiento de las manos	Valores negativos de tolerar escenas de daños
Valores de ayuda	Falta de empatía
Cooperación	Estereotipos de género (juegos de maquillarse las chicas y de guerra los chicos)

Anexo 3. A cada edad su uso

Edades	Exposición a las pantallas
Primer año de vida (0-12 meses)	Nada de pantallas, tiempo de moratoria.
A partir de 12 meses	Se debería seguir protegiendo al bebé de la exposición de las pantallas, pero en ocasiones se puede utilizar como un recurso. Se trata de una exposición muy escasa, solo en ocasiones determinadas, con dibujos animados específicos para bebés, siempre en presencia de alguno de los adultos y nunca asociado a las rutinas de alimentación, paseo y sueño.
De 2 a 3 años	Debe mantenerse muy poca presencia con dibujos animados específicos para la edad y aplicaciones de pintar con los dedos o similar (10 minutos máximo). Nunca asociado a las rutinas de alimentación, paseo y sueño y con la atención de los adultos. Lo mejor es la interacción directa con los propios objetos, pero la interacción con la pantalla también puede ser educativa, siempre que sus acciones traigan pequeñas consecuencias que pueda ver.
A partir de 4 años	Se puede incrementar (25 minutos máximo) la exposición del niño o de la niña a las pantallas con aplicaciones y vídeos y así, explorar el mundo digital, pero nunca asociado a las rutinas de alimentación, paseo y sueño y con la supervisión de los adultos.
De 5 a 7 años	Suelen empezar a apreciar las aplicaciones de juegos, lecturas y matemáticas y a compartir los diversos juegos con los iguales, nunca asociado a rutinas del día, que suponga eliminación del ejercicio físico sino a una hora de la tarde cuando ya se haya jugado con otras cosas (máximo 45 minutos). Se evitará la entrada a juegos de roles, de competición monetaria, aunque sea figurada o a juegos con contenidos machistas, comportamiento de burla de otros/as, violentos que le creen estrés, miedo o angustia.

Anexo 4. Compromiso personal

Compromiso

Anexo 5. Recuerda

	VERDADERO	FALSO
Las pantallas no son un recurso educativo sino de comodidad para los padres y madres		
Hijos e hijas pueden utilizar las pantallas sin necesidad de supervisión parental		
El modo en que regulamos el uso de las pantallas determina el que los hijos e hijas saquen provecho o no de las mismas		
A partir de los 2 años, aunque se mantiene poca exposición a las pantallas, se les puede ofrecer aplicaciones sencillas para que exploren.		
El uso abusivo puede provocar problemas de salud como el insomnio, las pesadillas, la irritabilidad y el sedentarismo		
Los juegos ya se diseñan de modo que no hagan daño a los niños porque de otro modo no estarían a la venta		



Financiado por
la Unión Europea
NextGenerationEU





Crece Felices en Familia II



Módulo 3

Aprender a regular el comportamiento infantil





Financiado por
la Unión Europea
NextGenerationEU



MÓDULO 3. APRENDER A REGULAR EL COMPORTAMIENTO INFANTIL

Introducción

La socialización es el proceso por el cual los adultos, en general, y los padres y las madres en particular, ayudan a los niños y las niñas a regular su comportamiento para adaptarlo a las normas y valores del grupo social de referencia. No es una tarea fácil, ya que los niños no son individuos pasivos, obedientes y amoldables a todo tipo de circunstancias, más bien todo lo contrario. Desde que vienen al mundo y sus recursos mentales se lo permiten, desarrollan una gran curiosidad por todo lo que les rodea; miran intensamente a los objetos y siguen los movimientos de las personas, atienden a las novedades que aparecen en su campo visual, se orientan a todos los ruidos, etc. Enseguida son capaces de manipular los objetos a su alcance y tratan de capturar aquellos que quedan a corta distancia, los tocan, los chupan, los agitan, los tiran al suelo, etc. Más adelante, cuando ya se mueven por su cuenta, su mundo se amplía cada vez más y aparecen los planes y las metas. Quieren ir allí para coger aquello, mostrárselo al adulto para jugar con él/ella, introducirlo dentro de una caja, romperlo, etc. En definitiva, están realizando sus primeros aprendizajes sobre el mundo físico y social que les rodea.

¿Cómo se siente la madre, el padre o el cuidador más cercano a este niño o a esta niña?, ¿qué piensa sobre todo ello?, ¿se pone en el punto de vista del niño o la niña?, ¿entiende su interés por conocer y explorar el mundo?, ¿se presta a la tarea de atenderlo con optimismo o se siente abrumada/o, frustrada/o y hasta enfadada/o por la enorme tarea que se la ha venido encima? y ¿cómo se prepara para reaccionar ante ese niño o esa niña que parece que sólo sigue los dictados de su propia voluntad?; está claro que tendrá que reaccionar ante esta impulsividad del niño o la niña, pues de otro modo no sería posible la socialización. La clave está en cómo lo hace, cómo pone sus límites, cómo enseña las normas y cómo reacciona cuando su hijo o hija las sigue o no las sigue, pues de todo ello va a depender su propio desarrollo.

La idea clave es aprender a regular el comportamiento infantil; regular no es “entrenar” al niño o la niña para que haga lo que nosotros queremos, ni es tampoco dejarle a merced de sus deseos e intenciones. Es guiarle con mano cariñosa y diestra para que vaya adaptando poco a poco esos deseos e intenciones a las normas sociales que nos parecen importantes para su buen desarrollo. Para ello, habrá que llevarle la contraria en algunas ocasiones, ayudándole a comprender que no puede coger esto o aquello, que tiene que aprender un determinado hábito, etc., pero siempre lo haremos con cariño y celebraremos los esfuerzos que hace para conseguirlo. Cuando el comportamiento de los padres, las madres o los cuidadores se basa en el cariño, el establecimiento de normas coherentes y la comprensión de los deseos y necesidades de los hijos y las hijas, promueve la competencia social de éstos, lo que les prepara para adaptarse mejor al mundo. Además de seguir esta regla general, es necesario que los adultos adapten sus pautas educativas a la manera de ser de sus hijos e hijas, a su edad y a las diferentes situaciones educativas que se planteen. De todo ello, tendremos ocasión de hablar y reflexionar en este módulo.

Objetivos

- Observar el comportamiento de su hijo o hija en la vida cotidiana y analizar cómo se sienten y qué piensan ante éste.
- Descubrir la importancia de establecer normas y límites en la educación de sus hijos e hijas.
- Ser conscientes de las consecuencias que tiene el comportamiento de los padres y madres y su forma de pensar y de sentir en el desarrollo social de sus hijos e hijas.
- Promover el uso flexible de pautas educativas en función del contexto y de las características del niño o la niña.

Sesiones que componen el módulo

- Sesión 1. Observamos el comportamiento de nuestros hijos e hijas.
- Sesión 2. Establecemos normas y ponemos límites al comportamiento infantil.
- Sesión 3. Educamos para la convivencia.
- Sesión 4. No hay una solución única.

SESIÓN 1. Observamos el comportamiento de nuestro hijos e hijas

Esta sesión se dirige a fomentar que la madre, el padre o el cuidador principal se acostumbre a observar el comportamiento del niño o de la niña. Esto es fundamental para que vea que es una personita que juega, que quiere explorarlo todo, que está llena de ideas, de intenciones, de deseos, de planes y de metas. Pero también le ayudaremos a observar de qué modo lleva a cabo su hijo o hija las rutinas cotidianas y cuál es el estado de salud habitual del niño/a, porque estos son aspectos que le pueden llenar de satisfacción o por el contrario pueden inquietarle o preocuparle.

Además, facilitaremos sus reflexiones sobre cómo se siente y qué pensamientos le vienen a la cabeza cuando observa a su hijo/a en estas situaciones. Cómo siente y percibe el comportamiento del niño o la niña es el punto de partida que lleva a los padres y madres a tomar decisiones y a reaccionar de un modo u otro.

Objetivos

- Observar el comportamiento infantil para otorgarle sentido en su variedad de manifestaciones.
- Analizar y reflexionar sobre los sentimientos y pensamientos de los padres y madres que van asociados a dichos comportamientos infantiles.

Actividades

- Actividad 1. Mi hijo o mi hija no para ni un segundo (35 minutos)
- Actividad 2. El día a día con mi hija o mi hijo (35 minutos)
- Actividad 3. Compromiso personal (10 minutos)
- Actividad 4. Recuerda (10 minutos)

Recursos

- Pizarra/Cartulina.
- Anexo 1. Suceso con mi hijo o hija.
- Anexo 2. Dificultades en las rutinas.
- Anexo 3. Compromiso personal.
- Anexo 4. Recuerda.

Actividad 1. Mi hijo o mi hija no para ni un segundo

En esta actividad los/las participantes van a recordar algunas situaciones recientes en las que se han visto abrumados por el comportamiento de sus hijos e hijas. Situaciones en las que los niños o las niñas rompieron algo valioso, querían meterse cosas peligrosas en la boca, no paraban quietos, querían jugar cuando no debían, no nos dejaban hacer algo que queríamos hacer, lloraban sin motivo aparente, etc. Para ello, deben ponerse en un corro y una vez colocados uno de ellos/as comienza con la frase “El otro día me pasó... Me sentí... Pensé que...”; y así sucesivamente con los que quieran intervenir contando alguna anécdota de este tipo. La persona facilitadora va tomando nota de todo ello en un mural separado en tres partes, a la izquierda: el suceso; al centro mis sentimientos; a la derecha lo que pensé en aquel momento de ese comportamiento de mi hijo o mi hija, como se muestra a continuación (Anexo 1 “Suceso con mi hijo o hija”).

Suceso	Sentimientos	Pensamientos

La persona facilitadora estará atenta por si surgen los siguientes puntos de vista:

La madre o el padre se pone en el punto de vista del niño la niña: lo comprende y tiende a interpretar el suceso como un signo de sus necesidades de exploración, curiosidad, relativiza el suceso porque están aprendiendo, hay que tener paciencia con ellos, controlo mi primer pensamiento de disgusto, etc.

La madre o el padre le atribuyen intenciones negativas y hasta hostiles al niño o la niña: me sabe sacar de quicio, me enfada, lo hace para fastidiarme, basta que tenga un día malo para que..., no me deja hacer nada para tenerme a su disposición, etc.

La madre o el padre no están accesibles desde el punto de vista emocional: me pone triste, me agota, me siento sin vitalidad, siento que no puedo seguirle, no entiendo lo que se propone, le dejo que haga lo que quiere con tal de que me deje tranquilo/a un poco, etc.

La madre o el padre confiesan que *actúan sin pensar* y dejándose llevar por el momento, no se preguntan nada sobre la conducta del niño o la niña, sino que reaccionan ante ésta con la finalidad de buscar alivio a la tensión que les produce: me dejo llevar, no me puedo controlar, unas veces tengo paciencia, pero otras..., depende de cómo me encuentre de humor o de estado de ánimo tengo más o menos paciencia, etc.

De momento la persona facilitadora no debe decir nada sobre cuál de estas posturas es la más adecuada pues se trata de fomentar la espontaneidad y captar la forma natural en la que los participantes se expresan sobre sus hijos e hijas. Tampoco debe añadir nada por su cuenta si no ha salido una determinada opción sino quedarse con lo que surja, teniendo presente estas ideas para el desarrollo de la siguiente actividad.

Actividad 2. El día a día con mi hijo o hija

La dinámica de esta actividad es similar a la anterior; sin embargo, en esta ocasión la persona dinamizadora planteará a los padres y madres situaciones donde los hábitos y rutinas se producen con dificultades. Seguiremos el mismo esquema de sucesos, sentimientos y pensamientos, pero esta vez se les proporciona el material de forma impersonal para que luego ellos se posicionen respecto a lo que sienten y piensan. Por eso en esta ocasión sí que terminaremos comentando las consecuencias que puede acarrear el pensar o sentir de un modo u otro.

Se presentan tres casos en los que aparece una viñeta central con el suceso (Anexo 2 “Dificultades en las rutinas”):

Viñeta 1: Mi hijo no duerme, se despierta varias veces durante la noche y luego está de mal humor durante el día.

Viñeta 2: Mi hijo come mal cualquiera que sea la comida que yo le hago y tiene bajo peso.

Viñeta 3: Mi hijo coge un catarro tras otro y tengo que estar siempre en casa con él.

Junto a las viñetas la persona dinamizadora planteará varias reacciones de la persona cuidadora que está a su alrededor:

La madre o el padre se preocupa y se pregunta por qué le pasa eso, qué puede hacer por su parte para cambiar la situación, qué consecuencias negativas puede tener para el niño.

La madre o el padre se enfadan y se frustran porque piensan que es un problema del niño, que parece que lo hace a propósito, por sus manías, que les condiciona la vida.

La madre o el padre no entienden lo que pasa y no saben cómo actuar, sólo saben que están agotados, y piensan que el niño estará mejor con su abuela u otra persona que sepa cómo tratarlo.

La madre o el padre a veces tienen paciencia, pero otras veces se desesperan y las cosas van a peor; lo que quieren es que pase todo cuanto antes como quien hace magia.

Después de ver los distintos puntos de vista, los padres y madres se situarán con cuál o cuáles se identifican más, en función de su situación personal. Después van a ver las consecuencias que puede acarrear sobre el niño o la niña cada manera de pensar y de sentir. Para ello podrán debatir sobre las siguientes cuestiones: ¿quién tiene más probabilidades de solucionar la situación?, ¿quién va a reaccionar mejor con el niño o la niña?, ¿quién se focaliza en el niño o la niña y quién en el adulto? y ¿quién tendrá más autocontrol y quién menos?

Actividad 3. Compromiso personal

El compromiso de esta semana consiste en que los padres y las madres a lo largo de la misma observarán comportamientos de su hijo o hija y la forma que han tenido de reaccionar ante éstos. Seleccionarán uno de ellos e intentarán pensar **en positivo** sobre éste: la próxima vez lo haré mejor, voy a estar tranquilo/a, seguro que puedo hacerlo, tengo que intentarlo por mí mismo/a, puedo hacerlo tan bien como los demás, él es el niño/a y yo soy el adulto, me necesita y no puedo fallarle, su bienestar depende de mí, etc.

Los y las participantes realizarán el registro en la hoja “Compromiso personal” (Anexo 3), escribiendo en la primera columna el compromiso que desean conseguir y en la siguiente sesión rellena la segunda columna con el grado de cumplimiento que han conseguido: total, medio o bajo grado de cumplimiento.

Actividad 4. Recuerda

Para finalizar la sesión la persona facilitadora propondrá una actividad de síntesis de los aspectos más importantes trabajados durante la sesión, con la finalidad de ayudar a recordar y sintetizar las ideas claves. Es importante señalar que, aunque aquí se indican las respuestas correctas, debemos recoger las valoraciones de verdadero y falso que proponen los/las participantes para conocer sus puntos de vista y comentarlos (Anexo 4 “Recuerda”).

Ante el comportamiento de los hijos y las hijas...

	VERDADERO	FALSO
Los padres y las madres deben estar atentos y observarlos para ver lo que quieren y necesitan.	✓	
Los padres y las madres no pueden hacer nada para cambiar el modo en que se comporta su hijo/a.		✓
Lo que piensan y sienten los padres y las madres no influye para nada en los hijos y las hijas.		✓
Hay que tener paciencia y hacer todo lo que nos pidan nuestros hijos e hijas.		✓
Cuando tengo dudas sobre cómo reaccionar me pongo en el punto de vista del niño o la niña.	✓	
Hay que pensar cómo vamos a reaccionar sin dejarnos llevar por nuestro primer impulso.	✓	

Anexo 1. Suceso con mi hijo o hija

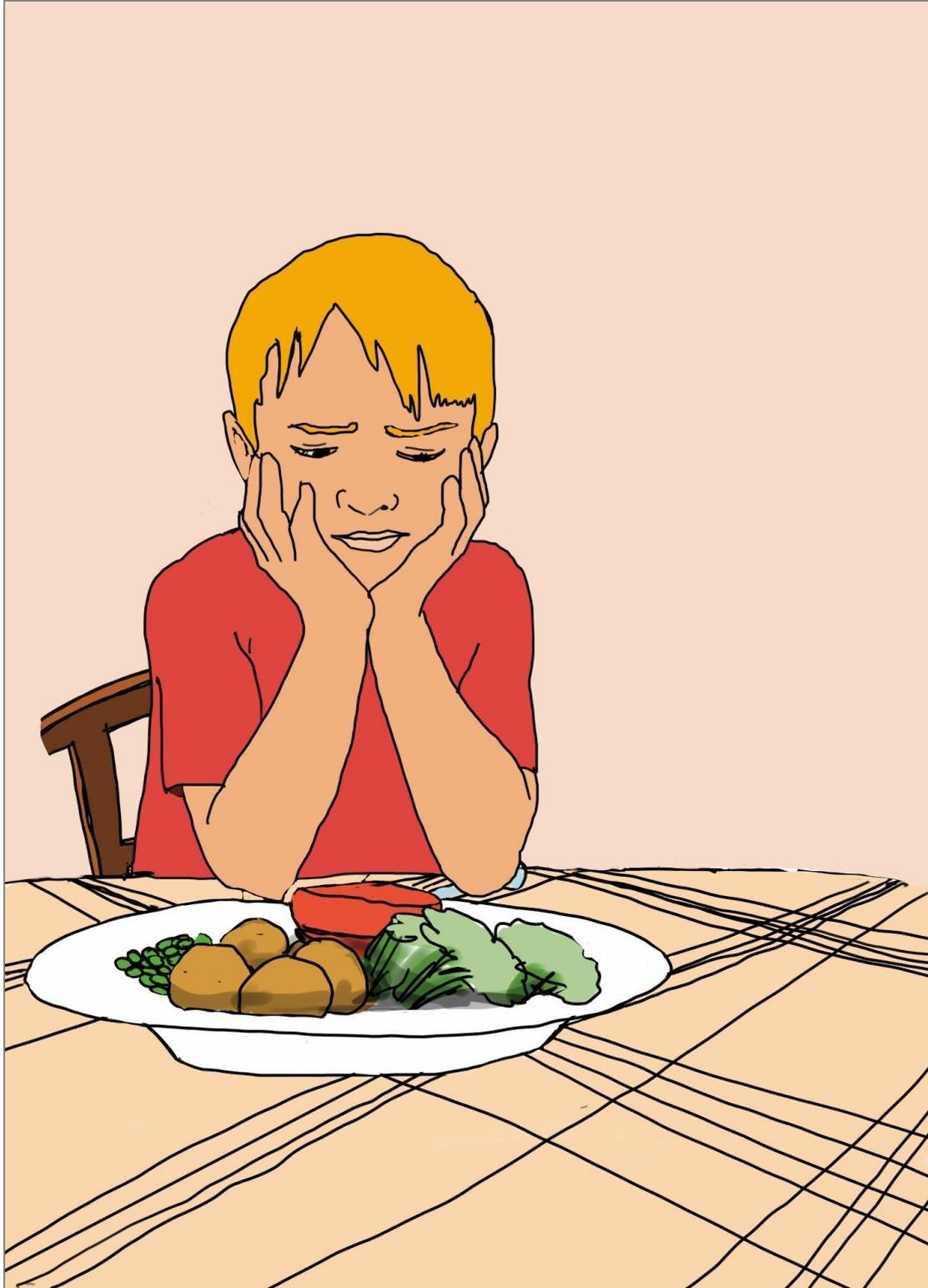
Suceso	Sentimientos	Pensamientos

Anexo 2. Dificultades en las rutinas

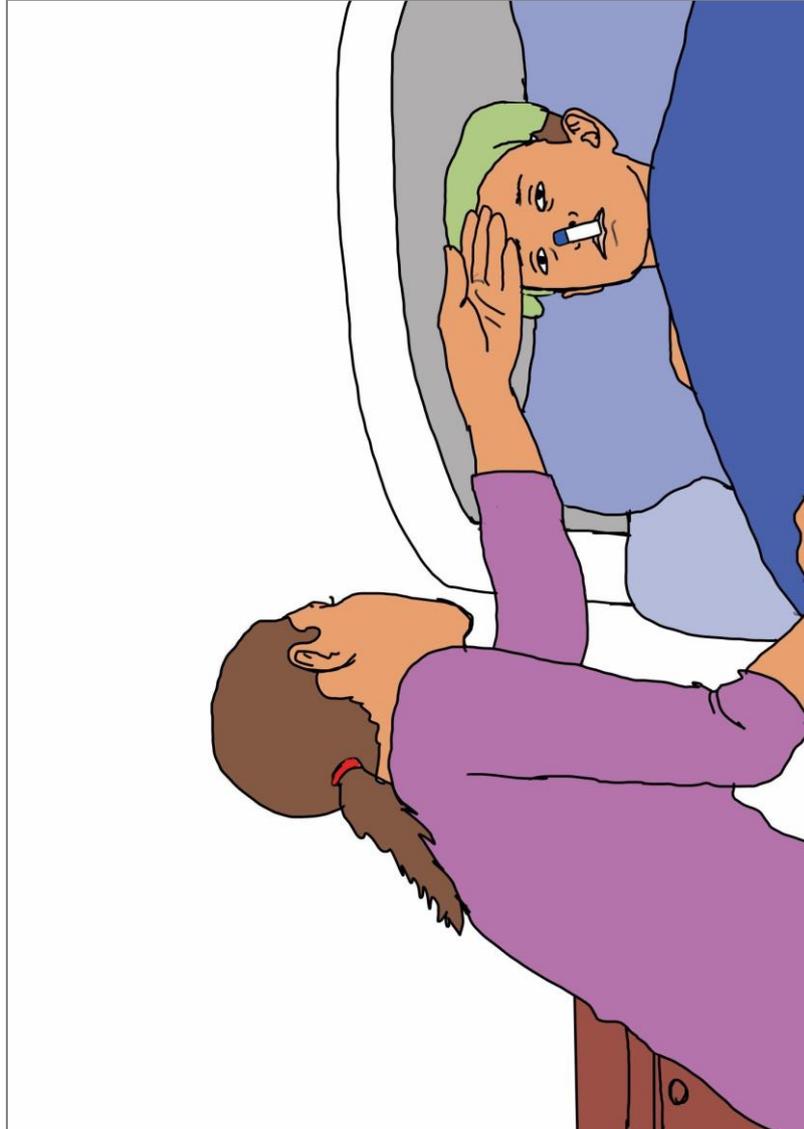
Viñeta 1



Viñeta 2



Viñeta 3



Anexo 3. Compromiso personal

Compromiso



Anexo 4. Recuerda

	VERDADERO	FALSO
Los padres y las madres deben estar atentos y observarlos para ver lo que quieren y necesitan.		
Los padres y las madres no pueden hacer nada para cambiar el modo en que se comporta su hijo/a.		
Lo que piensan y sienten los padres y las madres no influye para nada en los hijos y las hijas.		
Hay que tener paciencia y hacer todo lo que nos pidan nuestros hijos e hijas.		
Cuando tengo dudas sobre cómo reaccionar me pongo en el punto de vista del niño o la niña.		
Hay que pensar cómo vamos a reaccionar sin dejarnos llevar por nuestro primer impulso.		

SESIÓN 2. Establecemos normas y ponemos límites al comportamiento infantil

Ahora que ya hemos observado a nuestros hijos e hijas y hemos hecho un viaje al interior de nuestras ideas y nuestros sentimientos, es el momento de analizar cómo debemos reaccionar ante sus comportamientos. Ante todo, hay que tener claro que hay que poner límites a sus comportamientos, pues es el único modo de que los niños y las niñas aprendan lo que pueden y lo que no pueden hacer. También debemos tener claro el papel tan importante que desempeñan los adultos en este proceso.

Para ello, realizaremos una serie de actividades donde nos pondremos en el punto de vista del niño y la niña, veremos distintas formas de reaccionar ante sus caprichos y ante el aprendizaje de determinados hábitos, con el fin de que todos reflexionen sobre el mejor modo de ayudar a sus hijos e hijas a superar este primer paso para su adaptación a la sociedad.

Objetivos

- Sensibilizar sobre el papel de los adultos en el aprendizaje de normas.
- Reflexionar sobre las distintas formas de reaccionar ante el comportamiento de nuestro hijo o hija y la necesidad de ponerle límites.
- Analizar los principios sobre los que debe asentarse el establecimiento de normas y límites.

Actividades

- Actividad 1. El planeta de las normas desconocidas (20 minutos)
- Actividad 2. Cómo actúo ante los caprichos de mi hijo o mi hija (20 minutos)
- Actividad 3. Cómo lograr que mi hijo o mi hija adquiera buenos hábitos (30 minutos)
- Actividad 4. Compromiso personal (10 minutos)
- Actividad 5. Recuerda (10 minutos)

Recursos

- Colchonetas.
- Mantas.

- Cojines.
- Equipo de música.
- Música suave.
- Cartulinas.
- Rotuladores.
- Anexo 1. Reaccionando a las rabietas.
- Anexo 2. Buenas y malas ideas.
- Anexo 3. Compromiso personal.
- Anexo 4. Recuerda.

Actividad 1. El planeta de las normas desconocidas

Esta actividad gira en torno a una fantasía guiada, y para ello, si es posible, la persona facilitadora tendrá que acondicionar la sala con colchonetas, mantas y cojines para que los/las participantes se puedan tumbar en el suelo y estén más relajados para el desarrollo de la actividad. Ponemos una música suave y la persona facilitadora pide a los/las participantes que se tumben en el suelo, cierren los ojos, se relajen y comienza a leer el siguiente texto, despacio, con pausas:

“Imaginemos por un momento que estamos en un planeta donde no conocemos las reglas ni las normas. Acabamos de llegar y todo es nuevo para nosotros/as: los objetos, las personas, las costumbres...; así es que miramos a un lado y a otro y esperamos a ver qué pasa, pues no sabemos cómo actuar de entrada... Al poco tiempo ya nos animamos a hacer algo, pues tenemos hambre. Vemos algo parecido a un plato con comida y nos disponemos a comer.

La única forma de saber si lo que hacemos está bien o está mal en este planeta es esperar a ver las reacciones que provocamos en los demás; si los demás no hacen nada y pasan de largo...es mala señal, porque a lo mejor es que no se interesan por nosotros, o también puede ser que esté bien lo que hemos hecho... A partir de la indiferencia o del silencio no podemos saber lo que está bien y lo que está mal... Nos sentimos ignorados, pues da la impresión de que no importamos a nadie de por aquí...

Si nos critican cada vez que hacemos algo... tampoco sacamos nada en claro de lo que hacemos bien o mal..., lo que podemos llegar a pensar es que esta gente no nos quiere y tiene malas intenciones hacia nosotros, incluso es probable que estemos en peligro...

Afortunadamente, nuestros temores eran infundados; al parecer hemos dado con un planeta donde la gente es muy amable y está pendiente de nuestras necesidades. Se han

dado cuenta de que no conocemos las reglas del juego, pues somos recién llegados, y observan nuestros gestos y formas de hacernos entender..., incluso nos reímos unos de otros porque se dan situaciones verdaderamente cómicas...

Pero lo que realmente nos está ayudando es observar que las personas a nuestro alrededor, nos sonríen y alientan con palabras que suenan muy bien cuando hacemos algo bueno y acorde con sus normas, o nos corrigen cuando hacemos algo malo, dándonos las razones de por qué nos hemos equivocado.

Todavía nos ayuda más cuando nos apoyan y ayudan en la tarea para que la próxima vez nos sea más fácil hacerlo bien. De este modo, aunque al principio nadie nos dio la lista de normas en las que se basa la convivencia en este planeta, las hemos ido aprendiendo y tenemos seguridad para actuar con confianza...

Cada vez pensamos menos en volver a la tierra..., después de todo, hay gente buena y sensible en todas partes..."

Al terminar, vuelven poco a poco a la realidad, y se les pregunta cómo se han sentido y lo que han pensado al escuchar la historia. La finalidad es que los/las participantes se den cuenta de que es una alegoría de cómo se sienten los niños y las niñas al comenzar su aprendizaje de normas y el papel tan importante que tenemos los adultos en este proceso. Guiados por las siguientes preguntas:

- ¿Cómo se han sentido?
- ¿Qué han pensado al escuchar esta historia?
- ¿Se parece a alguna experiencia que hayan vivido?

Actividad 2. Cómo actúo ante los caprichos de mi hijo o mi hija

Una de las situaciones donde más se ve la necesidad de establecer normas y límites es cuando los niños y las niñas tienen un capricho. Estamos ante un caso donde se ve la imperiosa necesidad que tiene el niño o la niña de salirse con la suya y al mismo tiempo la necesidad que tienen los padres de enseñarle las reglas del juego social: ¿cómo se hace?, ¿tenemos asegurada la rabieta si nos oponemos a sus deseos?, ¿es necesario ofrecerle cierta resistencia?, ¿le vamos a frustrar por ello?, ¿es negativa la frustración? y ¿hay que darles gusto en todo para que vean que les queremos y que buscamos su felicidad?

Empezaremos presentando a los/las participantes cinco episodios en los que se observan diferentes formas de reaccionar ante un capricho. Sabemos que es un capricho porque no satisface ninguna necesidad básica del niño o la niña, de las que ya hemos trabajado en el módulo anterior, pero es algo que el niño QUIERE YA, AHORA MISMO y nos presiona para conseguirlo de la mejor forma que sabe, que es llorando o incluso comenzando una rabieta.

La persona facilitadora puede seleccionar, en función del tiempo del que disponga, aquellos episodios que considere que son más significativos para los padres, madres o cuidadores del grupo, pero siempre deben estar presentes episodios con consecuencias positivas y negativas para el desarrollo y la educación de los hijos e hijas.

En las diferentes viñetas aparece un niño de cuatro años en un supermercado que empieza a llorar y pedir a gritos una tableta de chocolate antes de la hora de comer (ver Anexo 1 “Reaccionando a las rabietas”). Además, también se muestran las diferentes reacciones que los padres y las madres tienen ante la “perreta” o el “berrinche” que tiene el niño porque quiere la chocolatina.

Viñeta 1: Se observa el niño llorando. El padre le deja llorar y no le presta atención, sigue comprando en el supermercado (ignorar).

Viñeta 2: Se observa el niño llorando. La madre le compra la tableta de chocolate para que pare de llorar (permisivismo).

Viñeta 3: Se observa el niño llorando. La madre comienza a gritarle al niño, diciéndole que se calle y que deje de llorar (hostilidad, irritación).

Viñeta 4: Se observa al niño llorar. El padre le dice al niño que espere que hay que comprar la comida, llegar a casa para hacerla y después de comer le da una que hay en casa. Mientras tanto le da las cosas para que las vaya colocando en el carro (autocontrol).

Viñeta 5: Se observa al niño llorar. El padre le dice que le castigará cuando lleguen a casa sin ver TV por la tarde por haberse portado mal (control externo).

Viñeta 6: Se observa al niño llorar. La madre le dice que ayer le dio la tableta de chocolate pero que hoy no tiene tiempo para comprársela (incoherencia).

En cada una de estas situaciones, los/las participantes reflexionarán sobre ¿qué hacen los padres y madres?, ¿cómo se sienten padres/madres y los hijos?, ¿por qué actúan así? y ¿qué consecuencias tiene sobre la conducta de sus hijos e hijas?

La finalidad de la actividad es que puedan analizar las diferentes formas de actuar con sus hijos e hijas y conozcan las consecuencias que tiene cada interacción. La persona facilitadora irá anotando las principales ideas que han expuesto para cada uno de los episodios, con la finalidad de hacer entre todos y todas una síntesis de las reflexiones realizadas, que entiendan qué es lo que se promueve con cada tipo de reacción de los padres, las madres o personas cuidadoras.

Actividad 3. Cómo lograr que mi hijo o hija adquiera buenos hábitos

Ahora vamos a imaginar situaciones en las que quiero conseguir que mi hijo o hija adquiera hábitos que son importantes para él/ella. Como, por ejemplo, que coma bien, que guarde sus juguetes, que juegue en el parque con otros niños/as y no les pegue, etc. La persona facilitadora pide a los/las participantes que vayan diciendo ejemplos de hábitos que quieren lograr para sus hijos e hijas.

A continuación, se presenta un mural con dos grandes círculos cada uno con un título: el rincón de las buenas ideas y el rincón de las malas ideas. La persona facilitadora entregará 10 tarjetas a los/las participantes con ideas que tienen que colocar en el rincón correspondiente (ver Anexo 2 “Buenas y malas ideas”). Las ideas están escritas en tarjetas separadas y desorganizadas, de modo que deben ir colocándolas en su sitio diciendo por qué consideran que van en ese rincón.

Nota para la persona facilitadora: la persona facilitadora tiene que decir a los participantes que hay 5 ideas para cada uno de los rincones y que, por lo tanto, al finalizar la actividad los dos rincones tienen que tener 5 ideas cada uno.

Tarjetas con buenas ideas:

- Apoyarme en el establecimiento de rutinas y llevar una vida organizada.
- Reforzar el comportamiento positivo y no prestar atención al negativo.
- Dar señales de afecto independientemente de su comportamiento.
- Supervisar cómo lo van haciendo y darles pistas de cómo lo pueden mejorar.
- Reaccionar de una manera similar ante los mismos comportamientos de una vez a otra.

Tarjetas con malas ideas:

- Cambiar las rutinas, porque los niños y las niñas se aburren.
- Regañarle cada vez que le vemos hacer algo mal.
- No decirles nada cuando se está portando bien.
- Ponerlos siempre a comer separados de los adultos para tenerlos más atendidos.
- Dejarles que aprendan solos porque así se valorarán más.

Una vez realizado el ejercicio se analizará la propia situación familiar a través de la siguiente reflexión, “Y ustedes, en su familia, ¿cómo actúan cuando quieren que sus hijos e

hijas adquieran algún hábito?”, para posteriormente preguntarles: ¿cómo se sienten actuando de esa manera? y ¿por qué lo hacen así?

Cada participante intervendrá de manera individual, exponiendo sus experiencias y reflexiones al resto del grupo. La persona facilitadora evitará que se juzgue, por parte de los/las participantes, la forma de actuar de cada persona y favorecerá la escucha de todos los miembros del grupo. Se trata de que se den cuenta de las cosas que estaban haciendo mal y de las que hacían bien, teniendo en cuenta las tarjetas de los dos rincones que se han trabajado en la actividad.

Actividad 4. Compromiso personal

El compromiso de esta semana consiste en que los padres, madres o cuidadores seleccionen alguna situación con su hijo/a parecida a las que hemos tratado en la sesión. Por ejemplo, seleccionar un capricho de los que tenga frecuentemente y durante la semana tratamos de darle una respuesta más apropiada, o bien una situación de adquisición de hábitos, y trataremos de mejorar nuestra reacción.

Los/las participantes realizarán el registro en el Anexo 3 “Compromiso personal”, escribiendo en la primera columna el compromiso que desean conseguir, al inicio de la próxima sesión se analizará el grado de cumplimiento que han conseguido: total, medio o bajo grado de cumplimiento.

Actividad 5. Recuerda

Para finalizar la sesión la persona facilitadora propondrá una actividad de síntesis de los aspectos más importantes trabajados durante la sesión, con la finalidad de ayudar a recordar y sintetizar las ideas claves. Es importante señalar que, aunque aquí se indican las respuestas correctas, debemos recoger las valoraciones de verdadero y falso que proponen los/las participantes para poder ver sus puntos de vista y comentarlos (Anexo 4 “Recuerda”).

	VERDADERO	FALSO
Al niño hay que atenderle siempre y darle lo que pide, se esté portando bien o mal		✓
Las rutinas diarias ayudan a los niños y niñas a aprender mejor y más rápido	✓	
Cuando el niño o la niña está teniendo una rabieta y está muy furioso, es el momento de explicarle por qué está mal lo que hace		✓
Hay que darles algunas pistas a los niños en las tareas para que la próxima vez lo hagan mejor	✓	
Mostrarse cariñoso con el niño o la niña todo el tiempo no es bueno, ya que no le permite distinguir cuándo se porta bien y cuando se porta mal		✓
Reforzar a los niños cuando lo hacen bien es mejor que estar sobre ellos regañando todo el rato cuando lo hacen mal	✓	

Anexo 1. Reaccionando a las rabietas

Viñeta 1



Viñeta 2



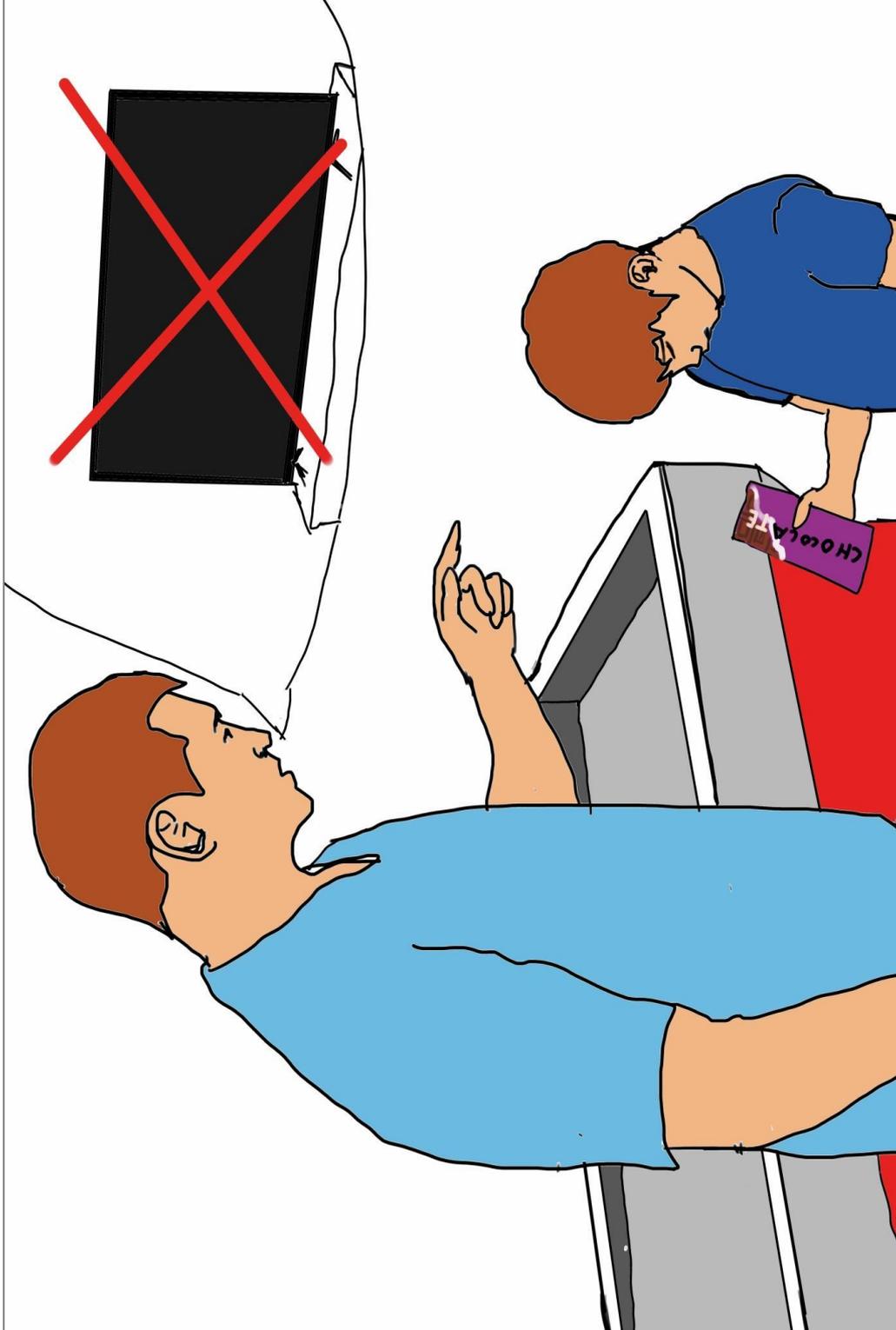
Viñeta 3



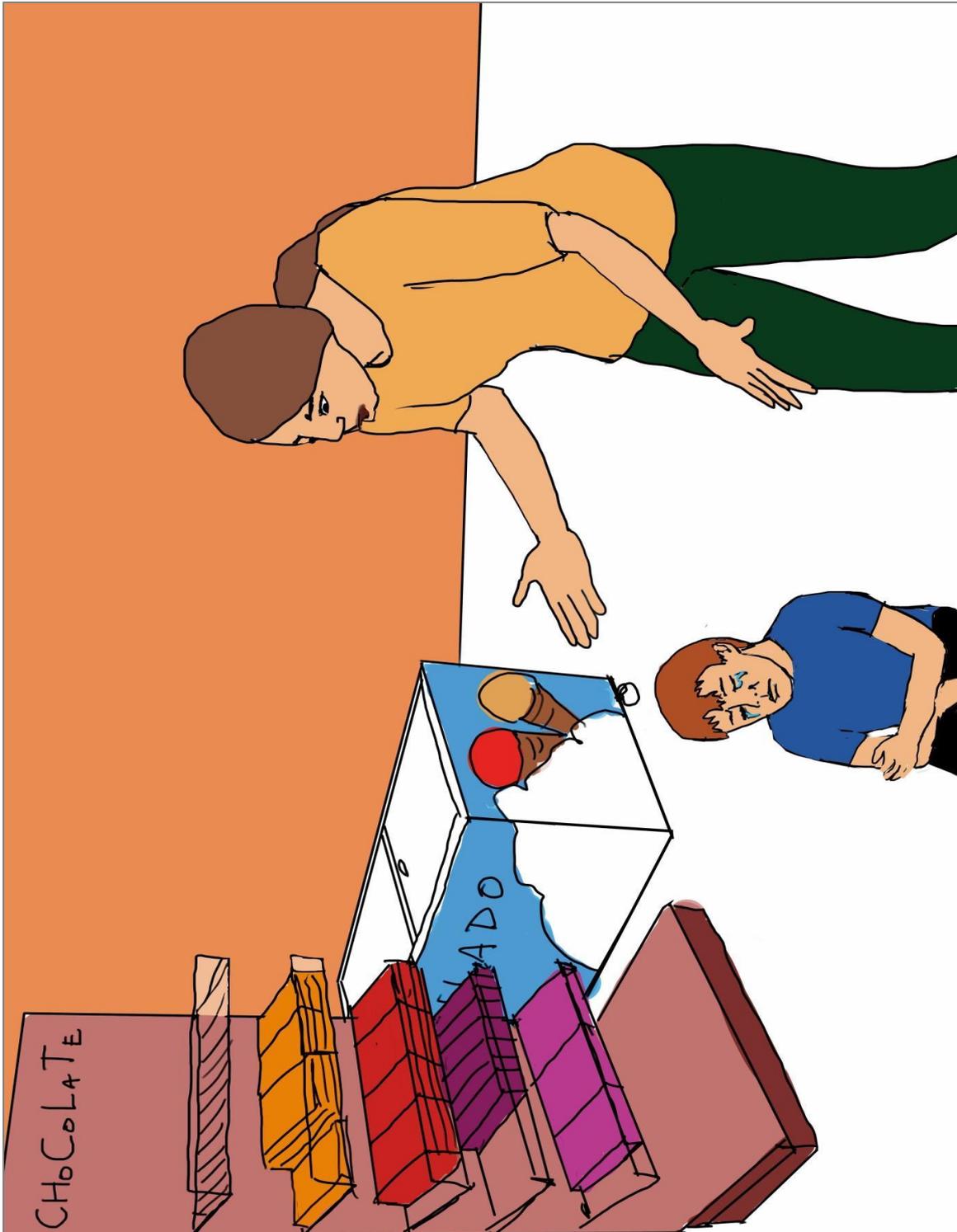
Viñeta 4



Viñeta 5



Viñeta 6



Anexo 2. Buenas y malas ideas

Apoyarme en el establecimiento de rutinas y llevar una vida organizada

Reforzar el comportamiento positivo y no prestar atención al negativo

Dar señales de afecto independientemente de su comportamiento

Supervisar cómo lo van haciendo y darles pistas de cómo lo pueden mejorar

Reaccionar de una manera similar ante los mismos comportamientos de una vez a otra.

Cambiar las rutinas, porque los niños y las niñas se aburren

Regañarle cada vez que le vemos hacer algo mal

No decirles nada cuando se está portando bien

Ponerlos siempre a comer separados de los adultos para que no cojan malos hábitos de los adultos

Dejarles que aprendan solos porque así se valorarán más

Anexo 3. Compromiso personal

Compromiso



Anexo 4. Recuerda

	VERDADERO	FALSO
Al niño hay que atenderle siempre y darle lo que pide, se esté portando bien o mal		
Las rutinas diarias ayudan a los niños y niñas a aprender mejor y más rápido		
Cuando el niño o la niña está teniendo una rabieta y está muy furioso, es el momento de explicarle por qué está mal lo que hace		
Hay que darles algunas pistas a los niños en las tareas para que la próxima vez lo hagan mejor		
Mostrarse cariñoso con el niño o la niña todo el tiempo no es bueno, ya que no le permite distinguir cuándo se porta bien y cuando se porta mal		
Reforzar a los niños cuando lo hacen bien es mejor que estar sobre ellos regañando todo el rato cuando lo hacen mal		

SESIÓN 3. Educamos para la convivencia

En esta sesión vamos a reflexionar sobre las consecuencias de nuestro comportamiento en el desarrollo social del niño y la niña, para entender que lo que hacemos tiene consecuencias buenas o malas. En esta sesión veremos los diferentes estilos educativos de manera más sistemática, aunque ya hemos trabajado algunos de ellos en las sesiones anteriores. Las consecuencias tienen que ver con las capacidades de autorregulación que va consiguiendo el niño o la niña. Así, por ejemplo, cuando le quitamos un privilegio puede que el/la niño/a obedezca, pero su conducta está respondiendo a un control externo; por el contrario, si le explicamos la norma y le damos la opción de probar su conducta puede aprender a estar bajo el control del propio niño o la niña, esto es, el autocontrol; de hecho, se trata de dos extremos de un continuo con el que tenemos que jugar para ir poco a poco desarrollando el autocontrol del niño o de la niña. Sin embargo, existen otros caminos que no conducen a nada bueno, como por ejemplo el decirle que no le queremos porque se porta mal. De todas las opciones y sus consecuencias hablaremos en esta sesión.

Objetivos

- Analizar una amplia variedad de pautas educativas, incluidas aquellas que son claramente perjudiciales para el niño y la niña.
- Relacionar cada pauta con sus consecuencias en el/la niño/a y así reflexionar sobre la gran influencia que tienen los padres, madres o cuidadores en el comportamiento de sus hijos e hijas.

Actividades

- Actividad 1. Los caminos de la educación (35 minutos)
- Actividad 2. Cada oveja con su pareja (35 minutos)
- Actividad 3. Compromiso personal (10 minutos)
- Actividad 4. Recuerda (10 minutos)

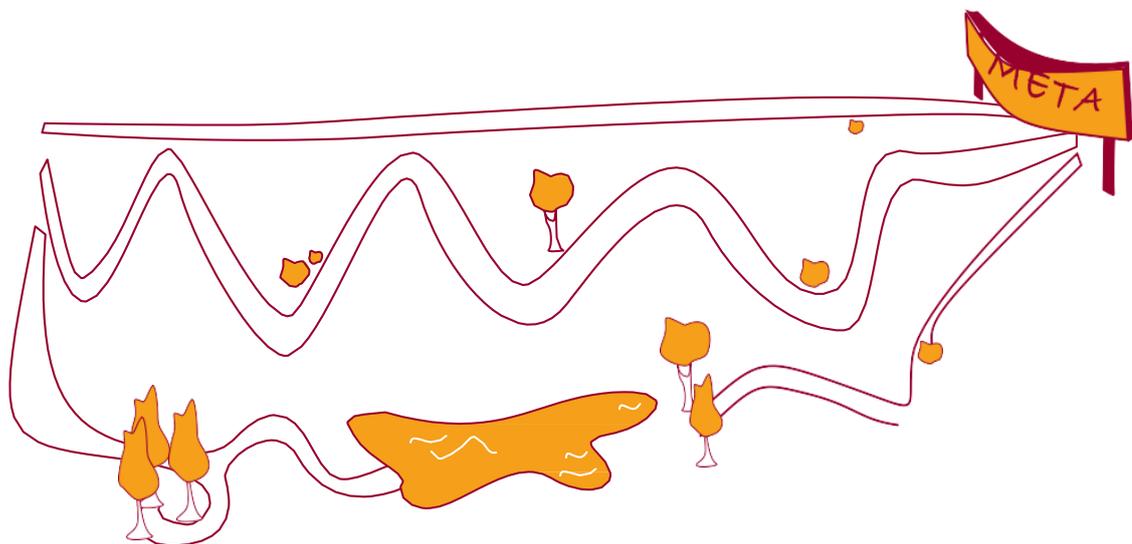
Recursos

- Anexo 1. Caminos.
- Anexo 2. Las piedras del camino.
- Anexo 3. Consecuencias educativas.
- Anexo 4. Compromiso personal.
- Anexo 5. Recuerda.

Actividad 1. Los caminos de la educación

La vida diaria está llena de situaciones educativas, ante las cuales se abren muchas posibilidades de probar distintas formas de actuar y luego observar cómo ha reaccionado el/la niño/a. Por ejemplo, ¿ha entendido lo que le queríamos decir?, ¿está más feliz o más triste?, ¿nos mira con confianza o se siente aturdido y nos rehúye? y ¿ha aprendido algo nuevo? Es como si los padres y las madres pudieran optar por muchos senderos, pero sólo algunos los llevan al sitio correcto. Para ello presentamos un mapa de carreteras (ver Anexo 1 “Caminos”) donde algunos caminos llegan al pueblo por la carretera recta, otros llegan al pueblo, pero después de pasar por muchas curvas, mientras que otras llevan a precipicios o a ríos que no se pueden cruzar y ahí se quedan cortadas.

Las pautas que nos llevan al pueblo por carretera recta representan aquellos comportamientos de los padres y madres que les permiten conseguir su objetivo favoreciendo el desarrollo de sus hijos e hijas. Las pautas que se asocian a un camino de curvas son aquellas que pueden terminar llevándonos al objetivo, o conseguir objetivos a corto plazo y no a largo plazo, pero con dificultad y pudiendo perjudicar en algunos momentos el desarrollo niño o de la niña. El caso de seguir caminos con precipicios o ríos se asocia con pautas educativas que perjudican el desarrollo del niño o de la niña y en ningún momento permitirán que los padres y las madres consigan su objetivo final.



Las siguientes pautas educativas se presentan en tarjetas, que los/las participantes deben situar en los espacios del mapa colocados a tal efecto (ver Anexo 2 “Las piedras del camino”).

Las tarjetas que van en caminos directos al pueblo:

1. Cuando se ha portado mal decirle que no lo ha hecho bien y explicarle la consecuencia.
2. Cuando se porta adecuadamente decirle que lo ha hecho bien.
3. Explicarle la norma para que la entienda.
4. Decirle seriamente que no está bien lo que ha hecho y que no lo puede hacer nunca más.

Las tarjetas que van por las carreteras con muchas curvas:

5. Ceder siempre a lo que pide.
6. Perdonarle los castigos antes de que llegue a cumplirlos.
7. Ignorarlo cuando se porta bien.
8. Pedirle perdón por haber tenido que negarle algo que no era bueno para él.

Las tarjetas que llevan a precipicios o vías cortadas:

9. Ponerse hostil y decirle que no esperamos nada bueno de él/ella.
10. Decirle que si se porta mal ya no le queremos.
11. Darle un cachete o un azote.
12. Insultarlo o burlarnos de él/ella.

Se reparten las tarjetas a los/las participantes, para que las coloquen y, a continuación, ir una por una viendo por qué creen ellos que ése es su lugar, dándoles la indicación de que hay cuatro pautas por cada camino.

La actividad termina respondiendo a las preguntas del principio:

¿con cuál ha entendido mejor el niño o la niña lo que le queríamos decir?, ¿con cuál está el niño o la niña más feliz o más triste?, ¿con cuál el niño o la niña nos mira con confianza o se siente aturdido y nos rehúye? y ¿con cuál ha aprendido algo nuevo?

Actividad 2. Cada oveja con su pareja

En esta actividad los/las participantes deben asociar las pautas educativas anteriores con las consecuencias que provocan en el desarrollo del niño o la niña. Para ello las tarjetas anteriores tienen un borde como de rompecabezas y hay que juntarlas con las tarjetas que contienen las consecuencias que disponen también de esos bordes para hacer el ajuste. Todos los bordes son iguales, de modo que tienen que hacer las asociaciones teniendo en cuenta el contenido.

Nota para la persona facilitadora: se ha seguido la misma numeración que en la actividad anterior para facilitar la tarea de asociarlas.

Tarjetas de consecuencias (Anexo 3 “Consecuencias educativas”)

- Hace lo que le dicen por miedo al castigo: tarjeta 1.
- Hace lo que le dicen para recibir aprobación de los padres: tarjeta 2.
- Termina haciéndolo por sí mismo/a, ya que entiende el sentido de la norma: tarjeta 3.
- Termina haciéndolo por miedo a las consecuencias: tarjeta 4.
- Hace lo que él/ella quiere porque no tiene límites ni normas que seguir: tarjeta 5.
- No hace caso porque no se cree las amenazas de castigo: tarjeta 6.
- El/la niño/a se porta mal porque es cuando le prestan atención: tarjeta 7.
- El niño aprende que los padres y madres no hacen lo que realmente piensan, que son incoherentes: tarjeta 8.
- El/la niño/a se porta mal porque nadie espera que lo haga bien: tarjeta 9.
- El/la niño/a se porta mal y se siente triste y rechazado/a: tarjeta 10.
- El/la niño/a rechaza la norma y aprende a responder de manera agresiva: tarjeta 11.
- No hace caso y desarrolla una conducta de desafío y de insulto a los adultos: tarjeta 12.

La persona facilitadora debe preguntar a los/las participantes ¿qué pautas llevan a consecuencias más positivas y qué pautas a consecuencias más negativas? Y reflexionar sobre los motivos por lo que se producen dichas consecuencias.

Actividad 3. Compromiso personal

Esta actividad consiste en que los padres y las madres observen durante la semana las consecuencias que tienen sus conductas sobre sus hijos, y si encuentran alguna consecuencia negativa se planteen qué es lo que creen que pueden hacer para mejorar.

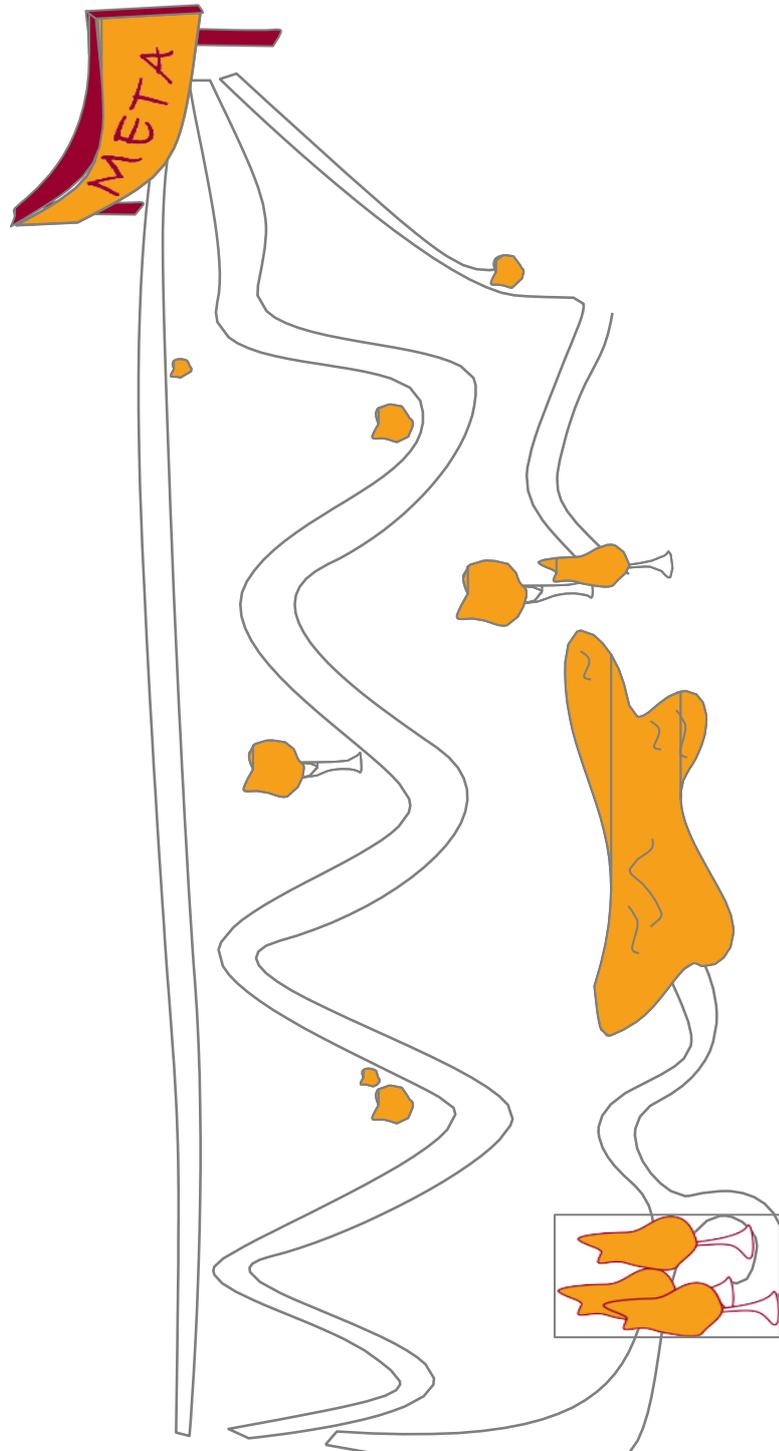
Los/las participantes realizarán el registro en el Anexo 4 “Compromiso personal”, escribiendo en la primera columna el compromiso que desean conseguir, al inicio de la próxima sesión se analizará el grado de cumplimiento que han conseguido: total, medio o bajo grado de cumplimiento.

Actividad 4. Recuerda

Para finalizar la sesión la persona facilitadora propondrá una actividad de síntesis de los aspectos más importantes trabajados durante la sesión, con la finalidad de ayudar a recordar y sintetizar las ideas claves. Es importante señalar que, aunque aquí se indican las respuestas correctas, debemos recoger las valoraciones de verdadero y falso que proponen los/las participantes para poder ver sus puntos de vista y comentarlos (Anexo 5 “Recuerda”).

	VERDADERO	FALSO
Para conseguir que un hijo o hija nos acabe obedeciendo hay que castigarlo/a		✓
Lograr que los hijos lleguen a regularse bajo su propio control es el objetivo de la educación	✓	
Los niños deben entender el porqué de las normas, y por eso hay que explicárselas	✓	
Una torta a tiempo evita muchos problemas		✓
Los niños siempre reaccionan igual independientemente de lo que hagan sus padres		✓
Me gusta pensar en que somos sus guías y modelos no sus dueños ni sus guardianes	✓	

Anexo 1. Caminos



Anexo 2. Las piedras del camino

<p>Quando se ha portado mal decirle que no lo ha hecho bien y explicarle que tendrá una consecuencia</p>	<p>Quando se porta adecuadamente decirle que lo ha hecho bien</p>
<p>Explicarle la norma para que la entienda</p>	<p>Decirle seriamente que no está bien lo que ha hecho y que no lo puede hacer nunca más</p>
<p>Ceder siempre a lo que pide</p>	<p>Perdonarle los castigos sin que llegue a cumplirlos</p>
<p>Ignorarlo cuando se porta bien</p>	<p>Pedirle perdón por haber tenido que negarle algo que no era bueno para él</p>
<p>Ponerse hostil y decirle que no esperamos nada bueno de él/ella</p>	<p>Decirle que si se porta mal ya no le queremos</p>
<p>Darle un cachete o un azote</p>	<p>Insultarle o burlarnos de él/ella</p>

Anexo 3. Consecuencias educativas

Hace lo que le dicen por miedo al castigo	Hace lo que le dicen para recibir aprobación de su padre o su madre
Termina haciéndolo por sí mismo/a, ya que entiende el sentido de la norma	Termina haciéndolo por miedo a las consecuencias
Hace lo que él/ella quiere porque no tiene límites ni normas que seguir	No hace caso porque no se cree las amenazas de castigo
El/la niño/a se porta mal porque es cuando le prestan atención	El niño aprende que los padres y madres no hacen lo que realmente piensan, que son incoherentes
El/la niño/a se porta mal porque nadie espera que lo haga bien	El/la niño/a se porta mal y se siente triste y rechazado/a
El/la niño/a rechaza la norma y aprende a responder de manera agresiva	No hace caso y desarrolla una conducta de desafío y de insulto a los adultos

Anexo 4. Compromiso personal

Compromiso



Anexo 5. Recuerda

	VERDADERO	FALSO
Para conseguir que un hijo o hija nos acabe obedeciendo hay que castigarlo		
Lograr que los hijos lleguen a regularse bajo su propio control es el objetivo de la educación		
Los niños deben entender el porqué de las normas, y por eso hay que explicárselas		
Una torta a tiempo evita muchos problemas		
Los niños siempre reaccionan igual independientemente de lo que hagan sus padres		
Me gusta pensar en que somos sus guías y modelos no sus dueños ni sus guardianes		

SESIÓN 4. No hay una solución única

Alguien ha dicho que la educación es una tarea imposible. Es quizás una exageración, pero es una forma de decir que educar es una tarea difícil y que requiere esfuerzo. La razón de ello es que no se pueden aplicar recetas prefabricadas del tipo: “Cuando haga esto tú haces esto otro”. Son tantas cosas las que habría que tener en cuenta que no tiene sentido darles a los padres y a las madres la impresión de que todo se puede predecir de antemano. Habría que sopesar, al menos, dos aspectos: el niño o la niña (su edad y temperamento) y la situación educativa, sin mencionar nuestro estado de ánimo, etc. Por ello, podemos decir que “la regla es que no hay regla”, pero, eso sí, hay que desarrollar una actitud de observación y reflexión sobre lo que hacemos para ir mejorando poco a poco y aprendiendo de nuestra propia experiencia y hasta de nuestros errores.

Objetivos

- Ser conscientes de que hay que mantener una coherencia a la hora de educar a los hijos y las hijas.
- Reflexionar sobre cómo influye el temperamento de los hijos y las hijas en la forma de educarles.
- Aprender a ser flexibles en función de la edad del hijo o la hija y de las circunstancias.

Actividades

- Actividad 1. Cuando educan padres/madres y abuelos/as (35 minutos)
- Actividad 2. ¿Cómo reaccionamos? (35 minutos)
- Actividad 3. Compromiso personal (10 minutos)
- Actividad 4. Recuerda (10 minutos)

Recursos

- Televisor.
- Reproductor de vídeo.
- Video 3. “Cuando educan padres y abuelos”.
- Anexo 1. Compromiso personal.
- Anexo 2. Recuerda.

Actividad 1. Cuando educan padres/madres y abuelos/as

La idea principal de esta actividad es que las madres y los padres sean conscientes de la importancia de ser coherentes a la hora de educar. Coherencia con nosotros mismos, que algunas veces actuamos de una manera y otras de otra, aun tratándose de la misma situación. Y coherencia entre padre y madre o entre madre/padre y abuela/o, como en la historia de Cristina.

Para ello se les presentará un vídeo con el siguiente episodio de la vida cotidiana de una familia:

“Cristina es una madre de 28 años que tiene tres hijos, Patricia de 7 años, Luis de 6 años y Claudia de 4 años, los cuáles ha criado y educado sola porque enviudó cuando nació su última hija. La jornada laboral de Cristina es muy amplia y con turnos muy variados, por lo que sus hijos pasan más tiempo con la abuela materna que con ella. Los fines de semana Cristina dedica casi todo su tiempo a sus hijos e intenta establecer normas y límites a sus comportamientos, pero le resulta muy difícil porque sus hijos están acostumbrados a las normas de su abuela. Así, los niños se han acostumbrado a ver la televisión hasta las 10 de la noche, no importa su edad, y cuando Cristina les apaga la televisión a las 21:00 de la noche se enfadan muchísimo y le dicen que es mala con ellos. Ante esta situación, cuando sus hijos no se comportan como ella quiere, pierde la paciencia y quiere recuperar en dos días el control sobre sus hijos. Entonces la abuela se ofende y le echa en cara que no tiene confianza en su forma de educar”.

Algunas preguntas que la persona facilitadora puede plantear a los/las participantes para la discusión en pequeños grupos serían:

- ¿Las hijas e hijo de Cristina tienen claro el sistema de normas y límites de la familia?
- ¿Es bueno que haya diferencias entre la forma de educar de la madre y la abuela?
- ¿Qué repercusiones puede tener esta situación en el desarrollo de los/las menores?
- ¿Qué repercusiones puede tener esta situación sobre la relación entre la abuela y la madre?

Actividad 2. ¿Cómo reaccionamos?

Se trata de facilitar la reflexión de los/las participantes sobre los diferentes factores que influyen en el comportamiento de los/las niños/as y la necesidad de adecuar las prácticas educativas a las características de los menores. La idea principal es analizar la influencia del temperamento en las prácticas educativas.

La persona facilitadora pedirá al grupo cuatro voluntarios/as para poder realizar la actividad, dos de ellos/as deben salir de la habitación donde se les explicará que van a hacer una obra de teatro, en la que ellos/as representarán el papel de hijos/as, uno de ellos será el hijo número 1 y el otro el número 2.

Nota para la persona facilitadora: cuando el número de participantes en la sesión no sea el suficiente para poder desarrollar la actividad como ha sido planificada, la propia persona facilitadora tendrá que asumir el rol de hijo/a para poder realizar la actividad.

Número 1. Es un/a niño/a muy fácil, siempre se porta muy bien, se adapta fácilmente a situaciones nuevas, a los cambios en sus rutinas diarias y tiene un horario para las comidas, el sueño, los juegos, etc., que sigue sin dificultad.

Número 2. Es un/a niño/a con un temperamento irritable y rebelde le cuesta formar hábitos de sueño, de alimentación o juego y siempre se muestra negativo con todo.

Las otras dos personas harán el papel de padre o madre con el/la hijo/a que le haya tocado, sin saber con antelación que cada uno de los/las niños/as tienen diferente temperamento. Primero lo hará una pareja padre/padre-hijo/a, y después la otra.

La instrucción que se les da es que los padres tienen que conseguir que su hijo/a coma, aunque su hijo/a dice que no le gusta y que no quiere comer.

Se proporciona 5 minutos a cada madre/padre para ver cómo se desenvuelve en esa situación. Una vez que las dos parejas hayan terminado se pide al grupo que reflexione sobre los siguientes aspectos:

- ¿Se comporta el padre/madre de igual manera con los/las dos hijos/as?
- ¿Cuál es la diferencia entre ellos?
- ¿Quién se comporta de manera diferente: la/el madre/padre, el/la hijo/a o los dos?
- ¿Qué podemos hacer con un/a niño/a con temperamento difícil?

Nota para la persona facilitadora: incluir ideas sobre cómo comportarse con los niños difíciles: vida organizada, conocer los límites de cansancio del niño o la niña, seguir siempre el mismo sistema, evitarles ver mucha televisión, hacer ejercicio, hablarle con calma y apelar a la reflexión sobre su comportamiento, no amenazarle ni perder la paciencia, no dejarle ver que el/la niño/a controla la situación.

Actividad 3. Compromiso personal

Esta actividad consiste en que los/las participantes reflexionen a lo largo de la siguiente semana sobre el sistema de normas y límites que tienen establecido en sus hogares, observar si sus hijos tienen claro este sistema, y, en el caso de que no lo esté, intentar aclarar algunos aspectos de éste con sus hijos.

Los padres y las madres realizarán el registro en el Anexo 1 “Compromiso personal”, escribiendo en la primera columna el compromiso que desean conseguir, al inicio de la próxima sesión se analizará el grado de cumplimiento que han conseguido: total, medio o bajo grado de cumplimiento.

Actividad 4. Recuerda

Para finalizar la sesión la persona facilitadora propondrá una actividad de síntesis de los aspectos más importantes trabajados durante la sesión, con la finalidad de ayudar a recordar y sintetizar las ideas claves. Es importante señalar que, aunque aquí se indican las respuestas correctas, debemos recoger las valoraciones de verdadero y falso que proponen los/las participantes para poder ver sus puntos de vista y comentarlos (Anexo 5 “Recuerda”).

El comportamiento de los hijos y las hijas...

	VERDADERO	FALSO
Depende de la edad y el carácter fácil o difícil del niño o la niña.	✓	
Está influido por las pautas educativas de los padres y las madres.	✓	
Debe tener un único marco de referencia en cuanto a normas y límites en la familia.		✓

Los padres y las madres...

	VERDADERO	FALSO
Tienen que hacer lo mismo cualquiera que sea la situación que se les presente.		✓
Tienen que utilizar diferentes pautas educativas en función de la edad de los niños y las niñas.		✓
Tienen que seguir siempre la norma sin excepciones.		✓

Anexo 1. Compromiso personal

Compromiso



Anexo 2. Recuerda

El comportamiento de los hijos y las hijas...

	VERDADERO	FALSO
Depende de la edad y el carácter fácil o difícil del niño o la niña.		
Está influido por las pautas educativas de los padres y las madres.		
Debe tener un único marco de referencia en cuanto a normas y límites en la familia.		

Los padres y las madres...

	VERDADERO	FALSO
Tienen que hacer lo mismo cualquiera que sea la situación que se les presente.		
Tienen que utilizar diferentes pautas educativas en función de la edad de los niños y las niñas.		
Tienen que seguir siempre la norma sin excepciones.		



Creceer Felices en Familia II



Módulo 4

La primera relación con la escuela





Financiado por
la Unión Europea
NextGenerationEU



MÓDULO 4. LA PRIMERA RELACIÓN CON LA ESCUELA

Introducción

El inicio de la etapa escolar de los hijos y las hijas genera muchos cambios de organización en el seno de la familia. Algunos de estos cambios son: nuevos horarios en el desayuno, las comidas, el irse a acostar, traídas y llevadas de las niñas y de los niños al centro educativo, nuevo tiempo dedicado al apoyo del aprendizaje escolar, entre otros. Pero los cambios más importantes están en la propia dinámica familiar, principalmente en la relación padres, madres y cuidadores principales e hijos/as. Por ello, es importante trabajar con las familias la mejor manera de adaptarse y de reaccionar ante dichos cambios que van a ocurrir con la llegada de su hijo/a al colegio o la escuela infantil.

La actitud y el comportamiento que los padres, las madres o cuidadores principales manifiesten al inicio de la etapa educativa de los/las hijos/as constituyen factores clave del éxito en el proceso de adaptación, tanto de las familias como de los hijos y las hijas ante la nueva situación. Así, por ejemplo, una actitud positiva ante la escuela infantil favorece una mejor adaptación de los/las hijos/as a la escuela, sintiéndose más cómodos/as, estableciendo vínculos afectivos con mayor facilidad, desarrollando un menor número de problemas de conducta, etcétera. También es un primer pilar importante de cara a prevenir en el futuro el abandono y el absentismo escolar.

El proceso de aprendizaje de los niños y de las niñas se desarrolla tanto en el hogar como en el contexto educativo de manera complementaria. A esta edad, como a cualquier otra, es frecuente que los padres, las madres y cuidadores/as principales atribuyan a la escuela más responsabilidad y protagonismo en la educación de las hijas y los hijos, mientras que el profesorado suele considerar que es en la familia donde deben darse los aprendizajes sociales más importantes. Pero la realidad es que, aunque ambos espacios de enseñanza se solapan en algunos aspectos, hay que reconocer que la labor de uno y otro es complementaria, ya que suponen aprendizajes muy distintos. Por un lado, la familia es el primer contexto de socialización de los niños y las niñas en el que construyen afectos, aprenden rutinas, afianzan hábitos, desarrollan su personalidad, etcétera. Por otro lado, el contexto educativo ofrece a los niños y las niñas un escenario de desarrollo social mucho más rico que les permite interactuar con los/las iguales, desarrollar su autonomía y la capacidad de distanciamiento de la familia, aprender a comportarse en un nuevo escenario con otras reglas y otros/as adultos/as que son sus profesores y profesoras. Si en la familia aprenden a regular su comportamiento de acuerdo con una autoridad “informal” en la escuela, aprenden a respetar la autoridad “institucional” que pronto se hará extensiva a otros contextos institucionales (el ayuntamiento, la policía, los bomberos, etcétera).

La relación entre familias y profesorado constituye una buena oportunidad para generar puntos de encuentro entre ambos contextos, el familiar y el escolar, en los que es importante establecer unas relaciones basadas en la colaboración y cooperación. No sólo es necesario que las familias asistan a la escuela con una actitud favorable hacia el profesorado, sino que éste escuche y tenga en cuenta el punto de vista de las familias sobre la escuela y sobre sus hijos/as como escolares.

La colaboración y la cooperación se traduce en que padres, madres, cuidadores/as principales y profesorado se pongan de acuerdo para entender del mismo modo el sentido que tiene la escuela a estas edades, ya que supone una ganancia importante en los niños y en las niñas, que les ayuda a afianzar las habilidades y los hábitos que han desarrollado, así como fomenta el desarrollo de otras capacidades como la independencia, la socialización entre iguales, etcétera.

En este módulo, vamos a reflexionar sobre el inicio de la etapa educativa de los/las hijos/as y, en el caso de que ya se haya iniciado esta etapa, trabajaremos para generar una actitud positiva hacia el centro educativo, especialmente para favorecer la relación familia-escuela.

Objetivos

- Analizar el proceso de adaptación del niño o la niña a la escuela.
- Concienciar a la familia de la importancia de la escuela en la educación de los hijos y las hijas.
- Reflexionar sobre la importancia de las actitudes y comportamientos de la familia en la adaptación escolar de sus hijos/as al contexto educativo.
- Favorecer unas relaciones cooperativas entre la familia y la escuela.
- Concienciar a las familias de lo importante que es el colegio para sus hijos/as y evitar en el futuro el absentismo escolar.

Sesiones que componen el módulo

- Sesión 1. Mi hijo/a va a la escuela.
- Sesión 2. La importancia de la familia en el apoyo escolar.
- Sesión 3. Cómo fomentar la relación familia-escuela.
- Sesión 4. Espacios de encuentro y colaboración con la escuela.

SESIÓN 1. Mi hijo/a va a la escuela

El inicio de la etapa escolar de los/las hijos/as, bien sea a través del centro escolar o de las escuelas infantiles, implica muchos cambios en la familia. Algunos de ellos afectan a las relaciones entre padres, madres, cuidadores/as y sus hijos/as y otros a las actividades de la vida cotidiana. Por lo tanto, es importante valorar en la familia cuáles son las mejores actitudes que los padres, las madres y las/los cuidadoras/es pueden tener para afrontar los cambios que se producen. Además, se pueden fomentar aquellas actitudes y comportamientos que favorecen la adaptación de los hijos y las hijas a ese nuevo espacio que es la escuela o bien a su buena continuidad si es que ya han comenzado esta etapa. Este es un espacio lleno de normas que las niñas y los niños deben aprender a respetar, a sus profesores y profesoras, así como a sus compañeros/as.

Para abordar todo lo anterior, esta sesión se iniciará conociendo los cambios que suponen para las familias el inicio de la etapa educativa de los/las hijos/as. Se continuará con el análisis de las consecuencias derivadas de la forma de afrontar el inicio de esta en las relaciones entre padres, madres, cuidadores/as principales e hijos/as y se finalizará analizando los cambios y dificultades generados en las rutinas y dinámica familiar de los/las participantes tras el inicio de la etapa educativa de sus hijos/as al mismo tiempo que se conocerán estrategias de solución a estos.

Objetivos

- Reflexionar sobre los cambios que se producen en la organización familiar.
- Analizar la importancia de la escuela en el desarrollo de las niñas y los niños.
- Tomar conciencia de la importancia del papel de la familia y de la influencia de sus comportamientos y actitudes hacia la escuela para favorecer la adaptación de los hijos y las hijas a esta.

Actividades

- Actividad 1. Patricia está muy nerviosa (20 minutos)
- Actividad 2. La escuela, un miembro más de la familia (20 minutos)
- Actividad 3. ¿Qué pasa en mi casa? (30 minutos)
- Actividad 4. Compromiso personal (5 minutos)
- Actividad 5. Recuerda (15 minutos)

Recursos

- Lápices o bolígrafos.
- Anexo 1. La escuela, un miembro más de la familia.
- Anexo 2. ¿Qué pasa en mi casa?
- Anexo 3. Tabla de rutinas de la incorporación a la etapa educativa.
- Anexo 4. Compromiso personal.
- Anexo 5. Recuerda.

Actividad 1. Patricia está muy nerviosa

Para facilitar la reflexión de los/las participantes sobre la importancia de hablar con los/las hijos/as sobre la escuela infantil o la escuela, los cambios que se van a producir en la familia con el inicio de esta etapa educativa y las obligaciones que el/la niño/a va a tener que asumir, se les presentará una historia de vida sobre la que tendrán que realizar una reflexión y una posterior puesta en común. La idea principal es analizar los diferentes cambios que se van a producir en la dinámica familiar para que los miembros de la familia sepan afrontarlos y resolverlos positivamente.

La persona facilitadora dividirá al grupo en subgrupos para que trabajen de manera conjunta la historia de vida que él/ella les leerá.

La historia de Patricia:

“Patricia es una madre de 29 años que, tras quedarse embarazada, dejó de trabajar para cuidar de su hija Clara. Ahora Clara tiene 3 años y dentro de un mes empezará el colegio. Patricia está muy preocupada por esta situación, no sabe muy bien cómo afrontarla y tiene muchas dudas sobre los cambios que se van a producir en la familia y en la niña. Le preocupa el proceso de adaptación, la separación entre madre e hija y si va a estar bien cuidada en el colegio. Además, se siente triste y apenada porque separarse de su hija supone un gran vacío. Ha estado hablando con su pareja y éste le ha dicho que no se preocupe, que es normal sentirse así, pero que el colegio será positivo para la niña y ella se alegrará en cuanto vea los aprendizajes de Clara. Por su parte, Clara se muestra contenta de ir al colegio y hacer nuevos/as amigos/as porque le gusta estar con otros/as niños/as”.

A continuación, la persona facilitadora planteará a los/las participantes las siguientes preguntas:

- ¿Cómo está afrontando Patricia la situación?

- ¿Qué le está pasando a Patricia?
- ¿Cuáles son los miedos de Patricia ante esta situación?
- ¿Son miedos justificados?
- ¿Qué factores facilitarían la incorporación de la niña al colegio?
- ¿Qué estrategias de la familia calmarían la preocupación de la madre y facilitarían la adaptación de la niña al colegio?

Una vez terminado el tiempo de trabajo, la persona facilitadora pedirá a cada subgrupo que compartan con el resto del grupo sus conclusiones generando un debate. Este deberá centrarse en cómo afecta a las personas que componen la familia la entrada de los niños y las niñas al colegio y la importancia de la actitud y comportamientos que asuman las madres, los padres y los/las cuidadores/as en relación a esta nueva etapa, aportando siempre una visión positiva sobre la institución educativa para crear seguridad en los niños y en las niñas. Del mismo modo, es importante que la persona facilitadora destaque en el debate que los miedos que pueden sentir los padres, las madres o las personas cuidadoras por la incorporación de los/las niños/as a la escuela son necesarios siempre que sean racionales, pues esto forma parte de la necesidad de proteger y dar seguridad a los/las hijos/as.

Actividad 2. La escuela, un miembro más de la familia

En esta actividad se reflexionará sobre los cambios que puede generar el inicio de la etapa educativa de los/las hijos/as y cómo puede afectar esta situación a la dinámica familiar, así como las consecuencias que pueden tener la forma de abordar este inicio en el desarrollo de las relaciones entre padres, madres, cuidadores/as principales e hijos/as. Para ello, se presentan cuatro episodios en los que aparecen un padre, una madre y un/a cuidador/a principal acompañando a su hijo o hija durante los primeros días de clase en la escuela y la interacción que se produce entre ellos/as.

La persona facilitadora mantendrá los subgrupos creados en la actividad anterior y les proporcionará, a cada uno de ellos, una de las viñetas que se encuentran en el Anexo 1. “La escuela, un miembro más de la familia” para su análisis. Para ello, se apoyarán en las siguientes preguntas:

- ¿Qué ven?
- ¿Cómo se sienten los personajes que participan en la viñeta?
- ¿Por qué actúan de esta forma?

- ¿Qué consecuencias tiene la actitud y comportamientos de los padres, las madres y cuidadores/as principales en la incorporación a la etapa educativa de los niños y de las niñas?
- ¿Cómo vivieron el primer día en que su hijo/a se incorporó a la etapa educativa? ¿Cómo se sintieron?

Viñeta 1. Una abuela deja a la nieta de 3 años en la fila y esta se ve llorando. La abuela le dice enfadada: “deja de llorar todos te están mirando”.

Viñeta 2. Un padre deja a la niña de 3 años en la fila. La niña se ve llorando y el padre consolándola, diciéndole: “tienes que ir a clase porque lo vas a pasar muy bien y vas a hacer muchos nuevos amiguitos en el colegio”.

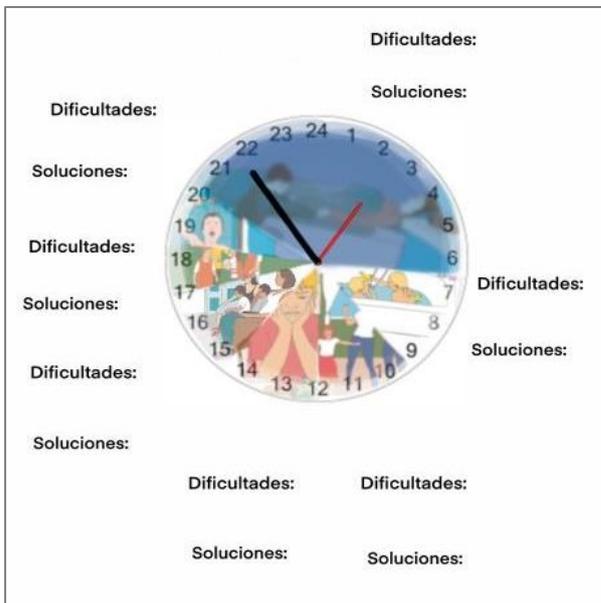
Viñeta 3. Una madre deja al niño de 3 años en la fila de la escuela infantil. El niño se ve llorando y la madre consolándolo, pensando “mejor me lo llevo y ya vendrá mañana”.

Viñeta 4. Un abuelo deja al nieto de 3 años en la fila. Éste se pone a llorar. El abuelo no trata de calmarlo, lo deja llorando y no le presta ninguna atención.

Pasado un tiempo, la persona facilitadora mostrará cada viñeta al gran grupo y pedirá a un/a representante del subgrupo que ha trabajado la misma, que comparta con los/las compañeros/as lo que han hablado en el grupo, dando oportunidad a que el resto de los/las participantes intervengan para aportar puntos de vista diferentes. La persona facilitadora finalizará la actividad destacando que la forma de abordar la incorporación de los/las niños/as a esta nueva etapa puede tener consecuencias positivas o negativas tanto para la relación entre los/las propios/as padres, madres y cuidadores/as principales con el/la niño/a como para la adaptación de este/a.

Actividad 3. ¿Qué pasa en mi casa?

Esta actividad consiste en analizar la propia situación familiar a partir de la reflexión realizada en los casos anteriores por la incorporación de los hijos y las hijas a la etapa educativa. Para ello, la persona facilitadora entregará a cada uno/a de los/las participantes el Anexo 2 “¿Qué pasa en mi casa?”. Este anexo presenta un reloj de las rutinas donde cada participante deberá indicar a qué hora del día realiza la rutina y qué dificultades se plantean en la dinámica familiar al desarrollarla.



Posteriormente, la persona facilitadora promoverá una puesta en común donde cada participante deberá exponer su reflexión y entre todos/as, se ofrecerán estrategias de solución a la dificultad planteada. Los/las participantes tendrán la oportunidad de escribir en dicho anexo las posibles soluciones ofrecidas.

Para facilitar, a la persona facilitadora, la dinamización de esta parte de la actividad contará con el Anexo 3. “Tabla de rutinas de la incorporación a la etapa educativa”.

Rutinas	Objetivo	Cambios necesarios en el padre o madre
Despertar al niño o la niña	Que el niño/a esté despierto a tiempo	Acostar al niño o la niña a una hora adecuada para que pueda despertarse por la mañana
Desayuno	Desayunar con un horario fijo	Preparar el desayuno siempre a la misma hora, y acompañarle para que termine a tiempo
Aseo y limpieza de dientes	La limpieza de los dientes debe convertirse en un hábito diario	Llevar al niño o la niña al cuarto de baño y lavarse los dientes con él o ella
Vestir al niño o la niña	Vestir al niño o la niña a tiempo para llegar al centro educativo	Preparar la noche antes la ropa del niño o de la niña, y revisarla por la mañana para que se adapte al tiempo que hace
Ir al colegio o guardería	Llevar al niño o la niña al colegio o guardería a la hora	Salir de casa con tiempo de llegar al colegio o guardería
Recoger al niño o la niña	Recoger puntualmente al niño/a a la hora de la salida del colegio o guardería	Estar pendiente de la hora de salida del niño/a
Comida	Prestar atención a la alimentación de los hijos/as	Preparar al niño o la niña para la comida, sentarlo/a en su silla y con sus cubiertos
Dormir la siesta	Que el niño o la niña tenga las horas de sueño que necesita	Mantener un ambiente calmado para que el/la niño/a pueda dormir después de la comida

Rutinas	Objetivo	Cambios necesarios en el padre o madre
Actividades educativas y juegos	Dedicar un tiempo diario con su hijo/a a realizar algún tipo de actividad educativa	Buscar un momento del día que pueda dedicar a estar con su hijo/a Aprender nuevos juegos educativos para desarrollar con su hijo/a
Merienda	Merendar siempre a la misma hora	Tener presente el horario merienda de los hijos
Baño	Organizar el baño diariamente en el mismo horario	Preparar el baño con cosas atractivas para él/ella (patitos, juguetes, etc.)
Cena	Mantener una dieta equilibrada y constante	Preparar la cena siempre a la misma hora y variando los alimentos
Sueño	Establecer una rutina de sueño adaptada a las necesidades del niño o la niña	Acostar al/a niño/a a su hora, todos los días

Actividad 4. Compromiso personal

Una vez que cada miembro del grupo ha tomado conciencia sobre las diferentes formas de reaccionar y los cambios que la entrada de el/la niño/a en la escuela va a generar en la vida de la familia, la persona facilitadora reflexionará con los/las participantes sobre la necesidad de utilizar y poner en práctica pautas que ayuden a afrontar los cambios desde una perspectiva positiva. Para ello, pedirá a los/las participantes que elijan una de las rutinas de la Actividad 3 en la que su afrontamiento les está generando dificultades en la dinámica familiar y que realicen los cambios necesarios, teniendo en cuenta las posibles soluciones analizadas, para favorecer la dinámica familiar positiva y el proceso de adaptación a la etapa educativa de sus hijos e hijas.

Los/las participantes realizarán el registro en el Anexo 4 “Compromiso personal”, escribiendo en la primera columna el compromiso que desean conseguir y en la siguiente columna el grado de cumplimiento que han conseguido: total, medio o bajo grado de cumplimiento.

Actividad 5. Recuerda

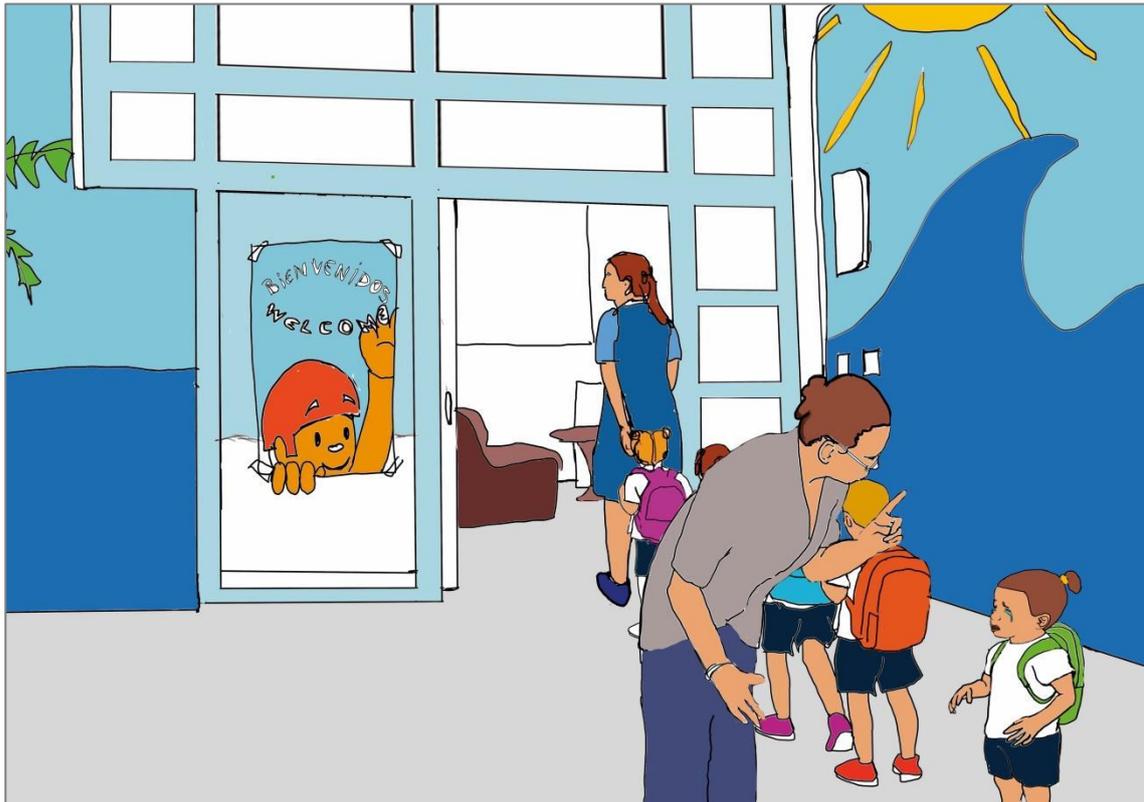
Para finalizar la sesión, la persona facilitadora propondrá una actividad de síntesis de los aspectos más importantes trabajados durante la sesión, con la finalidad de ayudar a recordar y sintetizar las ideas claves. Es importante señalar que, aunque aquí se indican las

respuestas correctas, debemos recoger las valoraciones de verdadero y falso que proponen los/las participantes para conocer sus puntos de vista y comentarlos (Anexo 5 “Recuerda”).

	VERDADERO	FALSO
Llevar a los niños y las niñas a la escuela les resta tiempo de estar en familia que es donde más se aprende a esas edades.		✓
Ir a la escuela les abre un mundo de nuevas oportunidades para aprender y hacerse más autónomos/as.	✓	
Llevar a los/las niños/as a la escuela genera intranquilidad a los/las adultos/as, quizás porque no hace realmente falta a esas edades.		✓
Las niñas y los niños se adaptan mejor a la escuela de lo que piensan sus padres, madres y/o cuidadores/as principales.	✓	
Algunos/as padres, madres y/o cuidadores principales se pueden angustiar cuando piensan que tienen que llevar a su hijo o hija pequeño/a a la escuela.	✓	
Sólo si el padre, la madre y/o el/la cuidador/a principal trabaja, tiene sentido llevar a un niño o a una niña de 3 años a la escuela.		✓

Anexo 1. La escuela, un miembro de la familia

Viñeta 1



- ¿Qué ven?
- ¿Cómo se sienten los personajes que participan en la viñeta?
- ¿Por qué actúan de esta forma?
- ¿Qué consecuencias tiene la actitud y comportamientos de los padres, las madres y cuidadores/as principales en la incorporación a la etapa educativa de los niños y de las niñas?
- ¿Cómo vivieron el primer día en que su hijo/a se incorporó a la etapa educativa?
¿Cómo se sintieron?

Viñeta 2



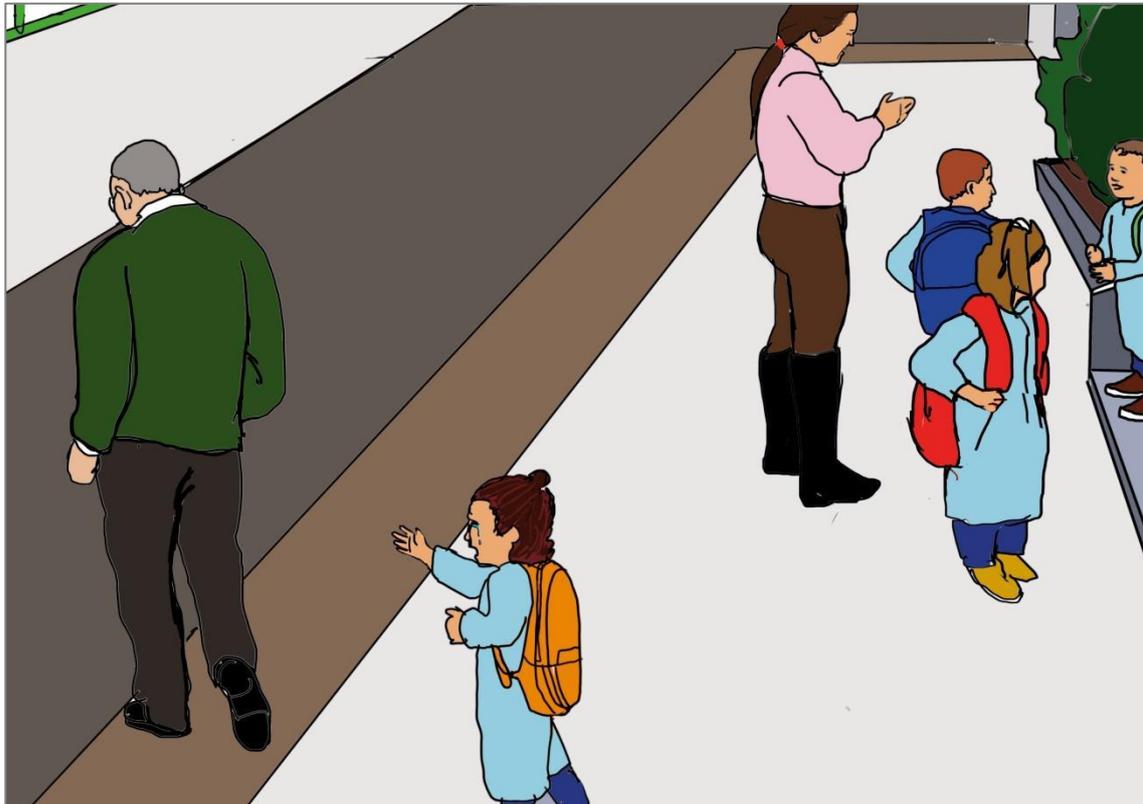
- ¿Qué ven?
- ¿Cómo se sienten los personajes que participan en la viñeta?
- ¿Por qué actúan de esta forma?
- ¿Qué consecuencias tiene la actitud y comportamientos de los padres, las madres y cuidadores/as principales en la incorporación a la etapa educativa de los niños y de las niñas?
- ¿Cómo vivieron el primer día en que su hijo/a se incorporó a la etapa educativa?
¿Cómo se sintieron?

Viñeta 3



- ¿Qué ven?
- ¿Cómo se sienten los personajes que participan en la viñeta?
- ¿Por qué actúan de esta forma?
- ¿Qué consecuencias tiene la actitud y comportamientos de los padres, las madres y cuidadores/as principales en la incorporación a la etapa educativa de los niños y de las niñas?
- ¿Cómo vivieron el primer día en que su hijo/a se incorporó a la etapa educativa?
¿Cómo se sintieron?

Viñeta 4



- ¿Qué ven?
- ¿Cómo se sienten los personajes que participan en la viñeta?
- ¿Por qué actúan de esta forma?
- ¿Qué consecuencias tiene la actitud y comportamientos de los padres, las madres y cuidadores/as principales en la incorporación a la etapa educativa de los niños y de las niñas?
- ¿Cómo vivieron el primer día en que su hijo/a se incorporó a la etapa educativa?
¿Cómo se sintieron?

Anexo 3. Tabla de rutinas de la incorporación a la etapa educativa

Rutinas	Objetivo	Cambios necesarios en el padre o madre
Despertar al niño o la niña	Que el niño/a esté despierto a tiempo	Acostar al niño o la niña a una hora adecuada para que pueda despertarse por la mañana
Desayuno	Desayunar con un horario fijo	Preparar el desayuno siempre a la misma hora, y acompañarle para que termine a tiempo
Aseo y limpieza de dientes	La limpieza de los dientes debe convertirse en un hábito diario	Llevar al niño o la niña al cuarto de baño y lavarse los dientes con él o ella
Vestir al niño o la niña	Vestir al niño o la niña a tiempo para llegar al centro educativo	Preparar la noche antes la ropa del niño o la niña, y revisarla por la mañana para que se adapte al tiempo que hace
Ir al colegio o guardería	Llevar al niño o la niña al colegio o guardería a la hora	Salir de casa con tiempo de llegar al colegio o guardería
Recoger al niño o la niña	Recoger puntualmente al niño/a a la hora de la salida del colegio o guardería	Estar pendiente de la hora de salida del niño/a
Comida	Prestar atención a la alimentación de los hijos/as	Preparar al niño o la niña para la comida, sentarlo/a en su silla y con sus cubiertos
Dormir la siesta	Que el niño o la niña tenga las horas de sueño que necesita	Mantener un ambiente calmado para que el/la niño/a pueda dormir después de la comida
Actividades educativas y juegos	Dedicar un tiempo diario con su hijo/a a realizar algún tipo de actividad educativa	Buscar un momento del día que pueda dedicar a estar con su hijo/a Aprender nuevos juegos educativos para desarrollar con su hijo/a
Merienda	Merendar siempre a la misma hora	Tener presente el horario merienda de los hijos

Rutinas	Objetivo	Cambios necesarios en el padre o madre
Baño	Organizar el baño diariamente en el mismo horario	Preparar el baño con cosas atractivas para él/ella (patitos, juguetes, etc.)
Cena	Mantener una dieta equilibrada y constante	Preparar la cena siempre a la misma hora y variando los alimentos
Sueño	Establecer una rutina de sueño adaptada a las necesidades del niño o la niña	Acostar al/a niño/a a su hora, todos los días

Anexo 4. Compromiso personal

Compromiso



Anexo 5. Recuerda

	VERDADERO	FALSO
Llevar a los niños y las niñas a la escuela les resta tiempo de estar en familia que es donde más se aprende a esas edades.		
Ir a la escuela les abre un mundo de nuevas oportunidades para aprender y hacerse más autónomos/as.		
Llevar a los/las niños/as a la escuela genera intranquilidad a los/las adultos/as, quizás porque no hace realmente falta a esas edades.		
Las niñas y los niños se adaptan mejor a la escuela de lo que piensan sus padres, madres y/o cuidadores/as principales.		
Algunos/as padres, madres y/o cuidadores principales se pueden angustiar cuando piensan que tienen que llevar a su hijo o hija pequeño/a a la escuela.		
Sólo si el padre, la madre y/o el/la cuidador/a principal trabaja, tiene sentido llevar a un niño o a una niña de 3 años a la escuela.		

SESIÓN 2. La importancia de la familia en el apoyo escolar

Uno de los principales objetivos de la escuela es fomentar nuevos aprendizajes en los niños y en las niñas. Lo importante es que padres, madres y cuidadores/as valoren positivamente los aprendizajes escolares de sus hijos e hijas y la necesidad de apoyarlos/as. Para ello, es necesario colaborar activamente en el desarrollo de los nuevos aprendizajes, en la realización de los deberes, en mantener un mismo horario, en trabajar de manera organizada y en ayudarles con sus dificultades. Por ello, esta sesión se iniciará conociendo que existen múltiples formas de ofrecer ayuda a los hijos y a las hijas en la realización de tareas educativas. Se continuará reflexionando sobre las formas de implicación de los padres, las madres y cuidadores/as principales en las actividades educativas de las/los hijas/os para finalizar la sesión proponiéndose objetivos personales de cambio acerca de lo trabajado en la misma.

Objetivos

- Reflexionar sobre la necesidad de colaboración e implicación de las madres, los padres y cuidadores/as en las actividades educativas de los/las hijos/as.
- Favorecer la implicación de las madres, los padres y cuidadores/as en las actividades educativas de sus hijos/as modificando sus pautas y estrategias.
- Establecer criterios sobre el espacio, el tiempo y la forma de organizarse de los padres, las madres y cuidadores/as para colaborar en las actividades educativas de sus hijos e hijas.

Actividades

- Actividad 1. El juego educativo en casa (30 minutos)
- Actividad 2. ¿Cómo motivar y ayudar a conseguir buenos resultados? (40 minutos)
- Actividad 3. Compromiso personal (5 minutos)
- Actividad 4. Recuerda (15 minutos)

Recursos

- Lápices o bolígrafos.
- Papel.
- Vídeo 4. “¿Cómo ayudar para conseguir buenos resultados?”
- Proyector.

- Ordenador.
- Anexo 1. Compromiso personal.
- Anexo 2. Recuerda.

Actividad 1. El juego educativo en casa

El objetivo de esta actividad es que los/las participantes conozcan que existen muchas maneras de aprender a partir de juegos educativos y didácticos que les ofrecen la oportunidad de colaborar, comunicarse y desarrollar distintas capacidades (atención, memoria, lectura, concentración, estrategias que potencian el razonamiento y la resolución de problemas) mientras se divierten. Como ejemplos tenemos los juegos de construcción, puzles, de recordar dibujos, de cartas. Para ello, la persona facilitadora utilizará la fantasía guiada como herramienta para que se imaginen cómo transcurre una tarde normal en su casa mientras miran como sus hijos/as realizan un juego educativo.

A continuación, se presenta el guion que utilizará la persona facilitadora para el desarrollo de esta fantasía. Deberá leerlo de forma tranquila y pausada recomendando a los/las participantes que se coloquen cómodos/as y cierren los ojos imaginándose en esta situación.

Pónganse cómodos/as, cierren los ojos, relájense y respondan a estas preguntas mentalmente. Imagínense que están en su casa un viernes por la tarde, que su hijo/a está solo realizando un juego educativo y que le pide que juegue con él/ella.

PAUSA

Teniendo en cuenta lo que ustedes quieren para su hijo/a ¿es un juego apropiado?, ¿está motivado/a?, ¿está contento/a?, ¿está tranquilo/a?

PAUSA

¿En qué consiste el juego que está realizando?, ¿es la primera vez que lo hace? por el contrario, ¿tiene experiencia?

PAUSA

Mira a tu alrededor, ¿cómo es el lugar en el que está tu hijo/a?, ¿en qué sitio de la casa está?, ¿es tranquilo/a?, ¿es ruidoso/a?, ¿cómo lo describirías?

PAUSA

Ahora fíjate en ti mismo/a, ¿estás tranquilo/a?, ¿estás enfadado/a o irritado/a por algo?, ¿quieres colaborar? ¿tienes prisa por terminar?, ¿estás a gusto y sientes que estás disfrutando con tu hijo/a?

PAUSA LARGA

Poco a poco vamos volviendo a la realidad en la que nos encontramos, un grupo de padres, madres y cuidadores/as preocupados/as por la educación de nuestros/as hijos/as.

PAUSA LARGA

Cuando estén listos/as abran los ojos para continuar con la sesión.

Una vez que todos/as los/las participantes hayan vuelto a la realidad, la persona facilitadora continuará con la actividad haciéndoles reflexionar y promoviendo un debate, en gran grupo, sobre las siguientes cuestiones:

- ¿Qué es lo que más te ha gustado de lo que has imaginado?
- ¿Lo que imaginaste se parece a lo que suele ocurrir cuando tu hijo/a te pide que juegues con él/ella? ¿En qué forma se parece o se diferencia?
- ¿Estas satisfecho con los juegos de tus hijos/as? ¿Cómo podrías mejorar la situación de juego en tu hogar?

Tras esto, la persona facilitadora finalizará la actividad destacando las conclusiones más relevantes a partir de las aportaciones de los/las participantes haciendo hincapié en que existen diferentes formas de aprovechar los ratos de juego educativo y convertirlos en oportunidades para hacer algo juntos y disfrutar con las habilidades que van adquiriendo. El juego en la infancia es una necesidad básica, solo hace falta que vayamos guiando su gusto hacia los juguetes apropiados para que disfrute y aprenda, que no son siempre los más caros ni los que más se anuncian.

Actividad 2. ¿Cómo motivar y ayudar a conseguir buenos resultados escolares?

Con esta actividad se pretende que los/las participantes reflexionen sobre las diferentes formas de implicarse en las actividades escolares de sus hijos/as. Para ello, la persona facilitadora presentará a los/las participantes cinco episodios en vídeo.

Episodio 1. Una niña de 6 años muestra a su madre una libreta abierta y le pide que le mire lo que ha hecho en el colegio. La madre, mientras mira su móvil riéndose, le dice que no la moleste ya que está hablando con su amiga. Ante la respuesta de la madre, la niña insiste de nuevo diciéndole: ¡mamá, mamá, mira lo que he hecho en el cole, la profe me pidió que

lo vieras! La madre inicia una llamada de teléfono en tono distendido y alegre con una amiga ignorando la insistencia de la niña. Por ello, la niña se da la vuelta y sale del salón cabizbaja y triste.

Episodio 2. Un niño se encuentra haciendo los deberes en el escritorio de su habitación bien iluminada, sentado en buena postura y con las cosas ordenadas. De repente, entra su padre en la habitación, se sienta a su lado y le dice: “¿estás haciendo los deberes? ¿necesitas ayuda?”. El niño responde: “sí, necesito ayuda”. El padre le dice: “a ver, ¿qué estás haciendo? ¿matemáticas? El niño contesta: “sí, no me sale lo de las decenas y centenas” (con expresión de frustración y/o decepción). Se observa de fondo a padre e hijo hablando centrados en la tarea.

Episodio 3. Un hombre se encuentra preparando comida en la cocina y una niña de seis años llega a este lugar. La niña se pone al lado de este y le dice: “tío, ¿me puedes ayudar a recortar?, es muy difícil”. El tío le contesta: “Ahora no puedo ayudarte, estoy súper ocupado haciendo la comida y aún tengo que fregar los platos...” (expresión de estrés y preocupación). La niña le dice: “por favor” con cara de súplica. A lo que el tío la mira y le dice con rotundidad: “no puedo, Alba, estoy ocupado”. La niña se da la vuelta y se va enfadada.

Episodio 4. Un niño se encuentra sentado en la mesa de la cocina junto a su abuela recortando unos animales. Esta le mira cuidadosamente y con actitud de inquietud y algo de nerviosismo. Hay silencio durante la escena hasta que, pasados unos segundos, la abuela muy nerviosa le dice al niño: “Yo lo termino porque eres muy lento, te va a salir mal y luego te regaña el profesor”. El niño mira cómo la abuela termina de recortar con cara de tristeza.

Episodio 5. Un padre está intentando ordenar y recoger el salón de la casa mientras su hija no para quieta e intenta jugar con él al tiempo que va tirando cojines y juguetes llamando su atención y riéndose. El padre, ante un momento de desesperación, le advierte con voz seria y de enfado: “¡estate quieta, te pones a jugar sin terminar la tarea!”.

Tras la visualización de los diferentes episodios del vídeo, la persona facilitadora dividirá el grupo en subgrupos para que reflexionen sobre las diferentes formas de responder a los/las hijos/as al pedir ayuda para las tareas escolares. Para esto utilizarán las siguientes preguntas:

- ¿Qué está ocurriendo en cada episodio?
- ¿Cuál es la reacción de cada personaje en cada episodio?
- ¿Cómo se sienten los personajes que participan en cada episodio?
- ¿Qué consecuencias tienen para los/las hijos/as la respuesta de los/las adultos/as de cada episodio?

- ¿Se han sentido identificados/as con alguna de las situaciones? ¿Les ha ocurrido alguna vez algo similar a lo observado?
- ¿Cómo se han sentido sus hijos/as ante su reacción?

Posteriormente, la persona facilitadora promoverá una puesta en común en la que un/a representante de cada subgrupo expondrá las reflexiones realizadas aprovechando para extraer conclusiones de la actividad.

Actividad 3. Compromiso personal

A lo largo de la semana, cada participante tendrá que observar actividades cotidianas, educativas o escolares, donde valoren que sus hijos/as les piden que participen o necesitan su ayuda, pensar la forma de ofrecérsela y llevarla a cabo de modo que realicen las tareas de forma compartida, pero sin restarles autonomía en sus decisiones y acciones. Los/las participantes realizarán el registro en el Anexo 1 “Compromiso personal”, escribiendo en la primera columna el compromiso que desean conseguir y en la siguiente columna el grado de cumplimiento que han conseguido: total, medio o bajo grado de cumplimiento.

Actividad 4. Recuerda

Para finalizar la sesión, la persona facilitadora propondrá a los y las participantes una actividad de síntesis de los aspectos más importantes trabajados durante esta sesión (Anexo 2 “Recuerda”). Se les invitará a ir leyendo y debatiendo, en gran grupo, la veracidad o no de las diferentes afirmaciones y los motivos de dicha decisión, con ayuda de la persona facilitadora.

	VERDADERO	FALSO
Debemos preguntar qué tal les fue en el colegio y supervisar las tareas escolares de las hijas y de los hijos.	✓	
Es bueno que dediquen diariamente un tiempo a juegos educativos, aunque no les hayan mandado deberes.	✓	

	VERDADERO	FALSO
Hay que estar al tanto de las tareas escolares y hacérselas si es preciso para evitar que les regañen y se desanimen.		✓
Es clave irles guiando en la elección de los juegos educativos para que no se dejen solo llevar por los anuncios.	✓	
Es estupendo que mi hijo/a tenga la capacidad de hacer la tarea, incluso mientras ve la televisión en la sala de estar.		✓
Para darles autonomía es mejor dejar que los hijos e hijas hagan solos/as las tareas y si no saben que lo pregunten en el colegio.		✓

Anexo 1. Compromiso personal

Compromiso



Anexo 2. Recuerda

	VERDADERO	FALSO
Debemos preguntar qué tal les fue en el colegio y supervisar las tareas escolares de las hijas y de los hijos.		
Es bueno que dediquen diariamente un tiempo a juegos educativos, aunque no les hayan mandado deberes.		
Hay que estar al tanto de las tareas escolares y hacérselas si es preciso para evitar que les regañen y se desanimen.		
Es clave irles guiando en la elección de los juegos educativos para que no se dejen solo llevar por los anuncios.		
Es estupendo que mi hijo/a tenga la capacidad de hacer la tarea, incluso mientras ve la televisión en la sala de estar.		
Para darles autonomía es mejor dejar que los hijos e hijas hagan solos/as las tareas y si no saben que lo pregunten en el colegio.		

SESIÓN 3. Cómo fomentar la relación familia-escuela

La adaptación escolar de nuestros hijos y de nuestras hijas es un elemento fundamental para su desarrollo y, nosotros/as como responsables debemos darnos cuenta de la manera en la que influimos en esta adaptación. Además, es importante que recordemos que el mismo niño o niña participa en la casa y en la escuela, así que lo mejor es que vayamos coordinados y en la misma línea para conseguir una buena educación. La familia y la escuela son los pilares básicos para un buen desarrollo de nuestras/os hijas/os.

Del mismo modo, la colaboración de la familia y la escuela forma parte del proceso de adaptación y desarrollo de los/las hijos/as. Todos/as estamos trabajando en la misma línea y, por lo tanto, es muy importante la participación y la comunicación entre ambos/as para poder darle un entorno educativo coherente. Por este motivo, tenemos que unir nuestras fuerzas para guiar a los niños y a las niñas en una única dirección, teniendo en cuenta también el punto de vista de los/las niños/as. Hay que darles la ocasión de que nos cuenten cómo se encuentran en la escuela y que vayan poco a poco aprendiendo a participar en su buen funcionamiento.

Para abordar todo lo anterior, esta sesión comenzará identificando que existen múltiples formas de relación entre las familias y el profesorado que favorecen el acercamiento o distanciamiento entre ambos entornos. Se continuará con la reflexión sobre las dificultades en la comunicación mutua y establecimiento de acuerdos, para acabar expresando experiencias personales de participación en la escuela e identificando su posición en cuanto a la participación educativa. La sesión terminará estableciendo un compromiso personal de cambio en relación con la temática y destacando los elementos más relevantes tratados durante la sesión.

Objetivos

- Descubrir la importancia de la relación familia-escuela y favorecer la comunicación entre ambos.
- Establecer criterios y pautas de actuación para fortalecer las buenas relaciones entre la familia y la escuela.
- Favorecer las actitudes positivas y colaboradoras entre las figuras parentales y el profesorado de sus hijas e hijos.
- Estimular el diálogo con nuestros hijos e hijas para saber cómo les va en la escuela y cómo participan en su buen funcionamiento.

Actividades

- Actividad 1. Historias de la escuela (25 minutos)
- Actividad 2. Organizamos una fiesta (20 minutos)

- Actividad 3. Mi situación personal (25 minutos)
- Actividad 4. Compromiso personal (5 minutos)
- Actividad 5. Recuerda (15 minutos)

Recursos

- Lápices o bolígrafos.
- Rotuladores o lápices de color naranja y azul.
- Anexo 1. Historias de la escuela.
- Anexo 2. El desfile de carnaval.
- Anexo 3. Roles para la organización del desfile.
- Anexo 4. De camino al centro educativo.
- Anexo 5. Compromiso personal.
- Anexo 6. Recuerda.

Actividad 1. Historias de la escuela

La persona facilitadora comienza la actividad explicando al grupo que existen muchas maneras de relacionarse con el profesorado de sus hijos/as, algunas de las cuales favorecen la colaboración y otras, por el contrario, favorecen el distanciamiento entre ambos. Para esto, la persona facilitadora dividirá al grupo en subgrupos para que reflexionen sobre una historia de las que se les presentan en el Anexo 1 “Historias de la escuela” a partir de las preguntas que se plantean.

Historia 1.

“Daniel es profesor de Educación Infantil desde hace 10 años, pero este es su primer año como profesor en la Escuela ‘El Sauce’, por lo que en la primera reunión grupal con las familias estaba muy nervioso. Comenzó la reunión muy inquieto, a pesar de que la había preparado a conciencia para que no surgiera ningún problema. Durante la reunión se dio cuenta de que varias de las familias con las que tenía interés en hablar no asistieron y, además, una de las familias que asistió le hizo pasar un mal momento cuando manifestó su desacuerdo por la forma en la que estaba enseñando a su hijo. Después de esta reunión, Daniel se sentía muy desanimado, nada había salido como había planeado y, además, tuvo la impresión de que los padres no confiaban en sus capacidades como profesor, por lo que en las próximas reuniones decidió ser más distante y no dejarse criticar por las familias.

Historia 2.

“Manuel está muy enfadado con la profesora de su hija Laura de 4 años, porque siempre pierde las chaquetas que lleva al colegio, viene llorando y diciendo que ella deja la chaqueta en su sitio y luego no aparece (“es una percha mágica, papá”). Para Manuel, su hija no tiene ninguna culpa, sino que es el colegio el que debería tener cuidado de las cosas de los/las niños/as. Marga, la profesora de Laura, cree que la niña es muy descuidada y debe estar más pendiente a sus cosas. Marga decide que sería adecuado tener una reunión con Manuel para intentar solucionar juntos esta cuestión. En la reunión, llegan a un acuerdo: el padre hablará con la niña para que sea menos descuidada y la profesora hablará con la niña para que cuelgue su ropa en un lugar más seguro, asumiendo ambas partes algo de responsabilidad”.

Historia 3.

“Patricia es una profesora que está muy preocupada por el comportamiento de David, uno de sus alumnos. David siempre está enfadado, no hace ninguna de las tareas que se le pide y siempre se pelea con sus compañeros/as. Por estos motivos, ha decidido llamar a sus padres para hablar de la situación que está ocurriendo. No está muy segura de si acudirán a esta reunión porque ya han faltado en otras ocasiones. Los padres de David se muestran molestos porque consideran que lo que ocurre en el colegio solamente es responsabilidad de los profesores, por lo que no asisten a la reunión.

- ¿Cuál es la actitud de la/el profesora/profesor? y ¿la de la familia?
- ¿Qué puede hacer la/el profesora/profesor para ganarse a esta familia?
- ¿Qué pueden hacer las familias para que el/la profesor/a pueda hacer mejor su trabajo y exista un mayor acercamiento entre ambos?

Una vez terminado el tiempo de trabajo en subgrupos, la persona facilitadora dinamizará una puesta en común donde, un/a representante de cada subgrupo relatará la historia analizada y compartirá las conclusiones más relevantes de las reflexiones del grupo. La persona facilitadora irá resaltando la importancia de tener una buena actitud y comunicación asertiva para favorecer los lazos entre la familia y el profesorado.

Actividad 2. Organizamos una fiesta

La persona facilitadora propondrá a los/las participantes que realicen un juego de rol. El objetivo de esta actividad es que los/las participantes reflexionen sobre lo difícil que resulta, a veces, poderse comunicar y ponerse de acuerdo, potenciando la participación de las familias, al mismo tiempo que manifiestan diferentes puntos de vista.

Para iniciar la actividad, la persona facilitadora relatará a los/las participantes una situación de reunión conjunta que tienen que representar y pedirá como máximo a cinco de ellos/as: cuatro que asuman los papeles de padre o madre, y uno que haga de profesora respectivamente.

La situación para representar es la de una profesora que quiere que las familias le ayuden a organizar una fiesta para lo cual las reúne a todas (Anexo 2. “El desfile de carnaval”).

Todos los años el centro organiza un desfile de carnaval en el que se elige a la clase con el mejor disfraz, por lo que Lucía ha citado a varias familias de sus alumnos/as para hablar con ellos/as sobre este asunto. A pesar de que ella tiene varias ideas sobre el disfraz, le gustaría hablarlo con estas y pedirles su colaboración para que realicen el trabajo en conjunto.

Quienes hacen de padre o de madre están instruidos/as previamente, sin que el grupo lo sepa, para que representen un determinado papel (Anexo 3 “Roles para la organización del desfile”) delante de Lucía en la reunión.

Padre/madre 1: en desacuerdo con el/la profesor/a y no aporta soluciones.

Padre/madre 2: colaborativo/a. Dispuesto/a a colaborar y trabajar.

Padre/madre 3: controlador/a. Vigila y controla todo lo que ocurre para que todo sea como él/ella quiere.

Padre/madre 4: no cooperativo/a. Se niega a cooperar en ninguna actividad.

Profesor/a: entusiasta, con actitud de escucha e intenta mediar entre las familias y llegar a un acuerdo.

El resto de los miembros del grupo, que no forman parte del juego de rol, hacen de observadores y al acabar la actuación valoran lo que ha ocurrido en la reunión con la guía de la persona facilitadora que les irá planteando las siguientes cuestiones:

- ¿Qué ocurre en la reunión?
- ¿Qué dificultades se presentaron?
- ¿Cuál es la actitud de las familias?
- ¿Cuál es la actitud de la profesora?
- ¿Cómo se resolvió la situación?

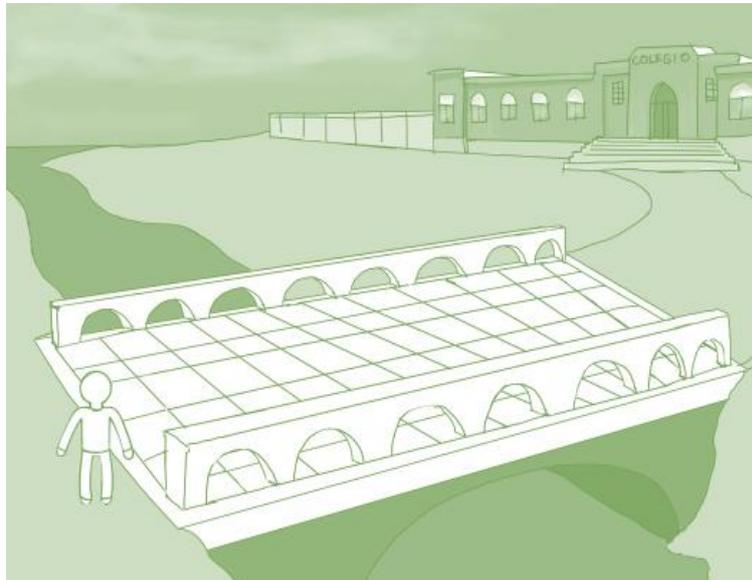
Es importante que guíe el discurso recalcando aquellas conductas que favorecen la comunicación y relación entre la familia y la escuela, siguiendo de ejemplo las siguientes propuestas:

- Ser una persona que escucha de manera activa y empática.
- Reconocer y responder a señales verbales y no verbales.
- Establecer turnos de palabra.
- Usar en las conversaciones el “yo” en vez del “tú”.
- Sentido del humor para tolerar las frustraciones y superar mejor las dificultades.
- Ser sensible a los sentimientos de los demás y respetar su punto de vista.

***Nota para la persona facilitadora:** cuando el número de participantes en la sesión no sea el suficiente para poder desarrollar la actividad como ha sido planificada, la persona facilitadora o algún/a participante tendrá que asumir el rol de la profesora para poder realizar la actividad; y en el caso de que sólo asistan dos participantes a la sesión, tendrá que reducir el juego de rol a dos tipos de padres/madres: padre/madre cooperativo/a y padre/madre no cooperativo/a.*

Actividad 3. Mi situación personal

La persona facilitadora propondrá al grupo que reflexionen sobre una de las actividades en las que ellos/as hayan participado en la escuela infantil o en el colegio de sus hijos/as y en la que hayan colaborado con el profesorado. Cada uno/a tendrá que recordar cómo fue su experiencia y a partir de ahí analizar cuál es su posición en relación con el centro educativo de su hijo/a y cuál es la posición del profesorado. Para ello la persona facilitadora entregará a cada participante el Anexo 4 “De camino al centro educativo”. En él deberán analizar las cuestiones que aparecen a continuación para ir posicionándose en los peldaños del camino hacia el centro educativo. De esta manera si se obtiene respuestas de acercamiento al centro, avanzará en el camino (coloreando un peldaño del puente en color naranja) y, si de forma contraria obtiene respuestas de distanciamiento del centro educativo, retrocederá peldaños de la escalera (coloreando un peldaño del puente en color azul).



Una vez que cada participante haya analizado en qué punto del camino del camino de la participación educativa está, la persona facilitadora pedirá que enseñen su camino contando la situación y por qué creen que están en ese punto del camino.

Nota para la persona facilitadora: en el caso de que algún/a participante no tenga a su hijo/a escolarizado/a, le pedirá que imaginen de qué forma les gustaría participar en los centros educativos y colaborar con el profesorado cuando su hijo/a este en una escuela infantil o en el colegio. Responderán también a las preguntas de forma hipotética.

Actividad 4. Compromiso personal

Los/las participantes anotarán los compromisos que desean alcanzar sobre cambios en la relación que mantienen con los/las profesores/as de sus hijos/as, por lo que deben seleccionar un aspecto que les gustaría mejorar de la relación con estos/as y decidir qué es lo que van a hacer para cambiarlo. Para ello, realizarán el registro en el Anexo 5 “Compromiso personal”, escribiendo en la primera columna el compromiso que desean conseguir y, en la siguiente columna el grado de cumplimiento que han conseguido: total, medio o bajo grado de cumplimiento.

Actividad 5. Recuerda

Para finalizar la sesión, la persona facilitadora propondrá a los/las participantes una actividad de síntesis de los aspectos más importantes trabajados durante esta sesión (Anexo 6 “Recuerda”). Se les invitará a ir leyendo y debatiendo, en gran grupo, la veracidad o no de las diferentes afirmaciones y los motivos de dicha decisión, con ayuda de la persona facilitadora.

	VERDADERO	FALSO
La buena relación familia-escuela ayuda a la educación de nuestros/as hijos/as.	✓	
El profesorado no intenta mantener relaciones cercanas con las familias.		✓
En caso de duda, es mejor no hacer caso al profesorado para que sepan que no nos pueden tomar el pelo.		✓
Es importante que las familias y el profesorado se esfuercen por tener puntos de encuentro comunes.	✓	
Querer controlar todo lo que hace mi hijo/a en la escuela no favorece la relación familia-escuela.	✓	
Cada uno que atienda lo suyo: que la escuela no se meta en la familia y la familia que no se meta en los asuntos de la escuela		✓

Anexo 1. Historias de la escuela

Historia 1

“Daniel es profesor de Educación Infantil desde hace 10 años, pero éste es su primer año como profesor en la Escuela ‘El Sauce’, por lo que en la primera reunión grupal con las familias estaba muy nervioso. Comenzó la reunión muy inquieto, a pesar de que la había preparado a conciencia para que no surgiera ningún problema. Durante la reunión se dio cuenta de que varias de las familias con las que tenía interés en hablar no asistieron y, además, una de las familias que asistió le hizo pasar un mal momento cuando manifestó su desagrado por la forma en la que estaba enseñando a su hijo. Después de esta reunión, Daniel se sentía muy desanimado, porque no había salido como él había planeado y, además, creyó que las familias de sus alumnos y alumnas no confiaban en él, por lo que en las próximas reuniones decidió ser más distante con las familias.

- ¿Cuál es la actitud del profesor? y ¿la de la familia?
- ¿Qué puede hacer el profesor para ganarse a esta familia?
- ¿Qué pueden hacer las familias para que el profesor pueda hacer mejor su trabajo y exista un mayor acercamiento entre ambos?

Historia 2.

“Manuel está muy enfadado con la profesora de su hija Laura de 4 años, porque esta siempre pierde las chaquetas cuando las lleva al colegio, viene llorando y diciendo que ella deja la chaqueta en su sitio y luego no aparece (“es una percha mágica, papá”). Para Manuel, su hija no tiene ninguna culpa, sino que es el colegio el que debería tener cuidado de las cosas de los/las niños/as. Marga, la profesora de Laura, cree que la niña es muy descuidada y debe estar más pendiente a sus cosas. Marga decide que sería adecuado tener una reunión con Manuel para intentar solucionar juntos esta situación de Laura. Tras ello, el padre habla con la niña para que sea menos descuidada y la profesora habla con la niña para que cuelgue su ropa en un lugar más seguro, asumiendo ambas partes algo de responsabilidad”.

- ¿Cuál es la actitud de la profesora? y ¿la del padre?
- ¿Qué puede hacer la profesora para ganarse a esta familia?
- ¿Qué pueden hacer las familias para que la profesora pueda hacer mejor su trabajo y exista un mayor acercamiento entre ambos?

Historia 3.

“Patricia es una profesora que está muy preocupada por el comportamiento de uno de sus alumnos. David siempre está enfadado, no hace ninguna de las tareas que se le pide y siempre se pelea con sus compañeros/as. Por estos motivos, ha decidido llamar a sus padres para hablar de la situación que está ocurriendo. No está muy segura de si acudirán a esta reunión porque ya han

faltado en otras ocasiones. Los padres de David se muestran molestos porque consideran que lo que ocurre en el colegio solamente es responsabilidad de los profesores, por lo que no asisten a la reunión”.

- ¿Cuál es la actitud de la profesora? y ¿la de la familia?
- ¿Qué puede hacer la profesora para ganarse a esta familia?
- ¿Qué pueden hacer las familias para que el/la profesor/a pueda hacer mejor su trabajo y exista un mayor acercamiento entre ambos?

Anexo 2. El desfile de carnaval

Todos los años, el centro organiza un desfile de carnaval en el que se elige a la clase con el mejor disfraz, por lo que Lucía ha citado a varias familias de sus alumnos/as para hablar con ellos/as sobre este asunto. A pesar de que ella tiene varias ideas sobre el disfraz, le gustaría hablarlo con estas y pedirles su colaboración para que realicen el trabajo en conjunto.

Anexo 3. Roles para la organización del desfile

Padre/madre 1: en desacuerdo con el/la profesor/a y no aporta soluciones.

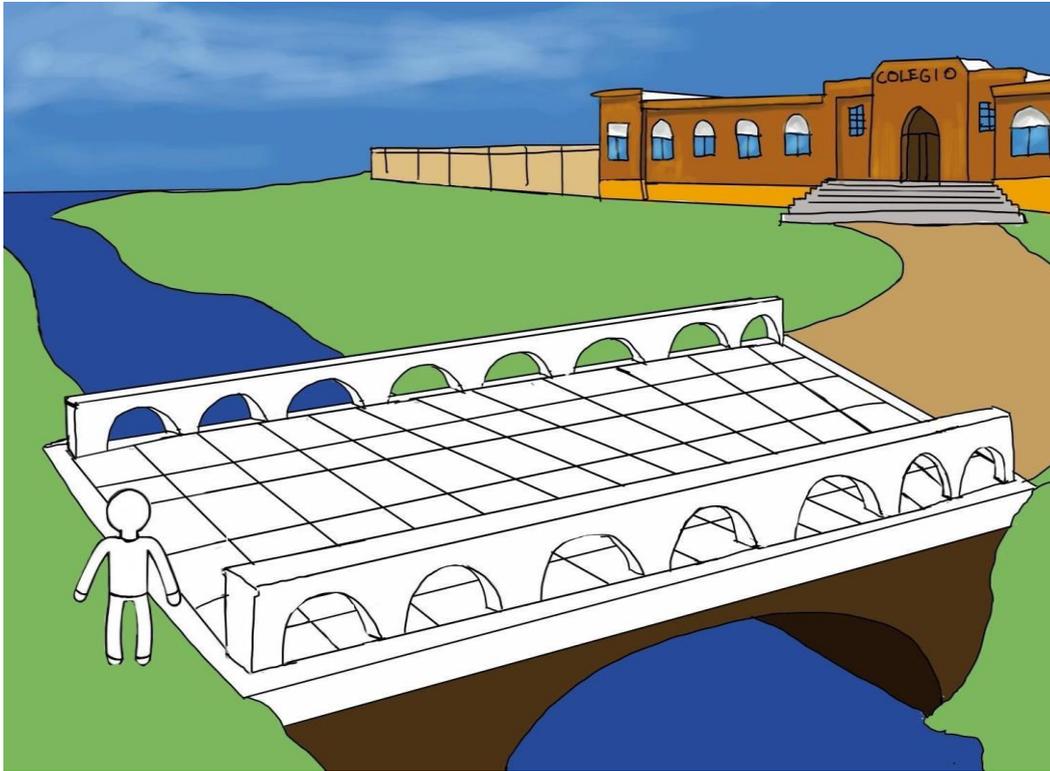
Padre/madre 2: colaborativo/a. Dispuesto/a a colaborar y trabajar.

Padre/madre 3: controlador/a. Vigila y controla todo lo que ocurre para que todo sea como él/ella quiere.

Padre/madre 4: no cooperativo/a. Se niega a cooperar en ninguna actividad.

Profesora: entusiasta, con actitud de escucha e intenta mediar entre las familias y llegar a un acuerdo.

Anexo 4. De camino al centro educativo



- ¿Cómo me he sentido participando en la escuela?
- ¿Mi conducta ha facilitado u obstaculizado mi relación con la escuela?
- ¿Cómo se ha comportado el profesorado conmigo? ¿Su conducta ha facilitado mi acercamiento?
- ¿Cómo ha afectado a mi hijo/a mi postura en relación con su centro educativo?

Anexo 5. Compromiso personal

Compromiso



Anexo 6. Recuerda

	VERDADERO	FALSO
La buena relación familia-escuela ayuda a la educación de nuestros/as hijos/as.		
El profesorado no intenta mantener relaciones cercanas con las familias.		
En caso de duda, es mejor no hacer caso al profesorado para que sepan que no nos pueden tomar el pelo.		
Es importante que las familias y el profesorado se esfuercen por tener puntos de encuentro comunes.		
Querer controlar todo lo que hace mi hijo/a en la escuela no favorece la relación familia-escuela.		
Cada uno que atienda lo suyo: que la escuela no se meta en la familia y la familia que no se meta en los asuntos de la escuela		

SESIÓN 4. Los espacios de encuentro y colaboración con la escuela

Ya hemos visto que tanto las familias como el profesorado influyen en el desarrollo de los hijos y las hijas, y que es necesario que colaboremos entre todos/as para que no le lleguen mensajes contradictorios de un lado y de otro. En esta sesión, vamos a dar un paso más allá, *¿en qué pueden colaborar padres, madres y cuidadores principales con el profesorado?, ¿existen diferentes niveles de colaboración?* Veremos que se puede colaborar de muchas maneras diferentes, e incluso, podemos implicarnos en mayor o menor medida en cada una de nuestras colaboraciones. Se trata de encontrar una fórmula de colaboración que sea posible mantener por ambas partes y que les ayude a conocerse cada vez mejor.

Teniendo esto en cuenta, esta sesión se iniciará conociendo los diferentes espacios y formas de participación, así como distintas vías de comunicación entre la familia y la escuela. Posteriormente, se analizará la propia participación educativa y se valorará el grado de participación de las familias en el contexto educativo. Para finalizar, se realizará un compromiso de cambio en torno a la mejora de la participación educativa en los centros escolares.

Objetivos

- Reflexionar sobre la diversidad de espacios de colaboración que ofrece la escuela.
- Profundizar sobre lo que las familias pueden hacer para desarrollar una colaboración positiva.
- Identificar nuestros propios espacios de colaboración.
- Detectar nuestro nivel de implicación en cada uno de los escenarios de colaboración en que intervenimos.

Actividades

- Actividad 1. ¿Qué oportunidades tengo? (35 minutos)
- Actividad 2. Descubriendo espacios (35 minutos)
- Actividad 3. Compromiso personal (5 minutos)
- Actividad 4. Recuerda (15 minutos)

Recursos

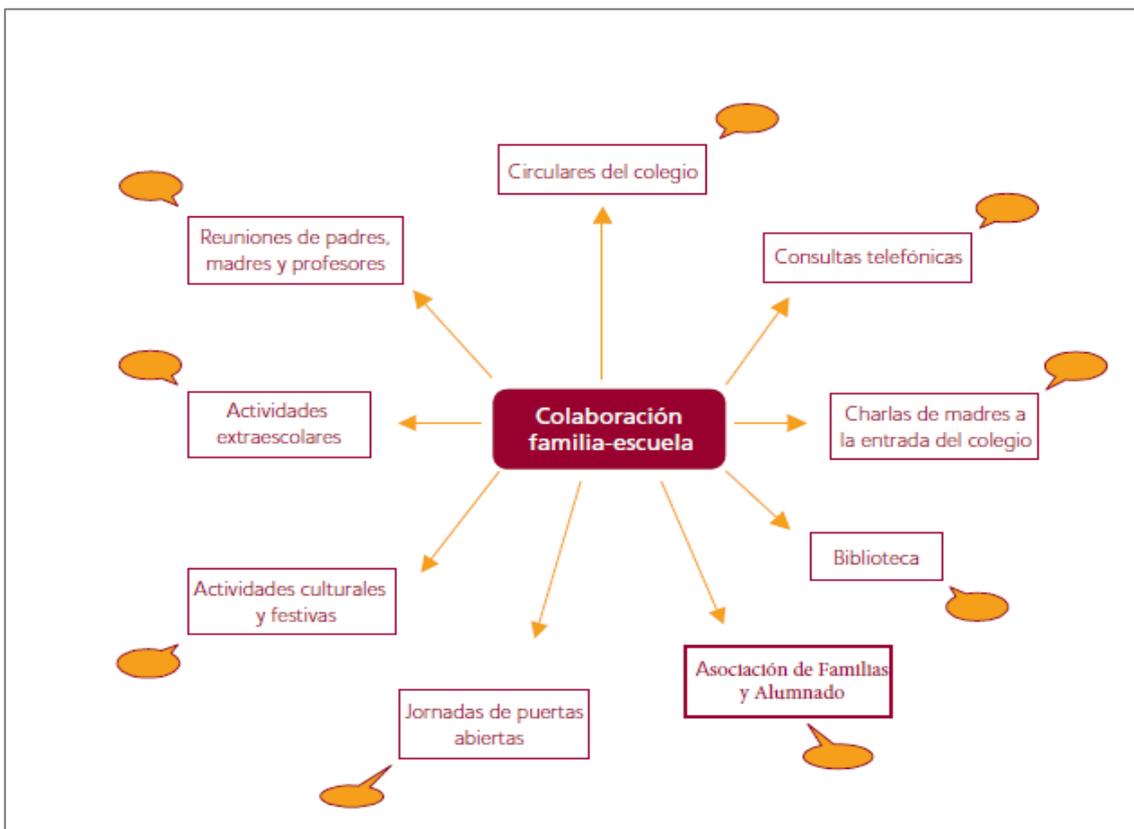
- Bolígrafos.
- Rotuladores o lápices de colores amarillos.

- Rotuladores o lápices de colores verdes.
- Anexo 1. ¿Qué oportunidades tengo?
- Anexo 2. Descubriendo espacios I.
- Anexo 3. Descubriendo espacios II.
- Anexo 4. Compromiso personal.
- Anexo 5. Recuerda.

Actividad 1. ¿Qué oportunidades tengo?

El objetivo de la actividad es que los/las participantes conozcan los diferentes espacios (Consejo Escolar, Asociación de Familias y Alumnado, biblioteca, actividades organizadas en el propio centro, etcétera) y formas de participar (consultando, delegando, tomando decisiones...) en los centros educativos de sus hijos e hijas, así como diversas maneras de establecer vías de comunicación entre la familia y la escuela (presencial, telefónico, online...).

Para ello, la persona facilitadora entregará a los y las participantes las imágenes y el esquema del Anexo 1 "¿Qué oportunidades tengo?".



Viñeta 1: Se observa una reunión de padres, madres y cuidadores/as con el tutor de su hija o hijo"

Viñeta 2: Se observa una invitación del centro a las familias para una actuación a celebrarse en el colegio.

Viñeta 3: El tutor llama por teléfono a una madre o cuidadora de un alumno de su clase.

Viñeta 4: Se observa a un grupo de adultos/as reunidos elaborando y organizando una propuesta de actividad cultural.

Viñeta 5: Se observa a personas adultas y niños y niñas en el interior de una biblioteca.

Viñeta 6: Se observa a los miembros de la Asociación de Familias y Alumnos reunidos de forma distendida. Se encuentran acompañados de niñas y niños.

Viñeta 7: Una profesora recibe en la entrada del colegio a un grupo de madres, padres y cuidadores/as que acuden a la jornada de puertas abiertas.

Viñeta 8: Se observa la celebración de la fiesta de carnaval donde, niños, niñas y adultos están disfrazados e implicados en la misma.

Viñeta 9: Se observa un grupo de niños y niñas en un entrenamiento de fútbol como actividad extraescolar.

Posteriormente, les pedirá que, en gran grupo, coloquen a cada imagen el título del rótulo de cada espacio de participación que representan. A continuación, reflexionarán de manera individual, sobre si estos espacios promueven o no una buena colaboración entre la familia y los centros educativos. Así, colocarán un SÍ o un NO en las nubes que corresponden a cada espacio.

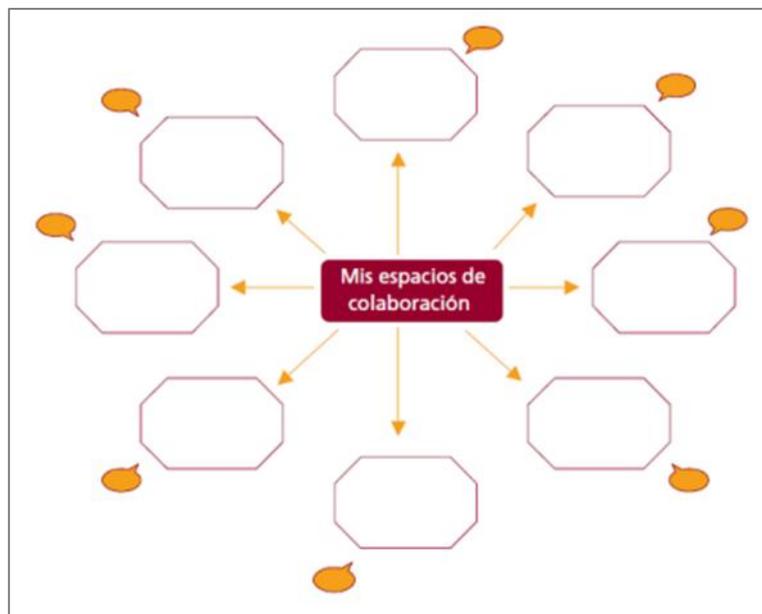
Tras unos minutos, la persona facilitadora promoverá una puesta en común en la que se profundizará sobre cada espacio de colaboración, contrastando la opinión de los/las participantes y argumentando por qué es un espacio de colaboración adecuado o no. La persona facilitadora hará una reflexión final enfatizando el hecho de que existen muchos espacios en los que las familias pueden colaborar con los centros educativos y con el profesorado, favoreciendo con ello el desarrollo de sus hijos e hijas.

Nota para la persona facilitadora: todos los espacios que se presentan promueven una buena colaboración entre la familia y los centros educativos, porque se trata de espacios de relación bidireccional en el que pueden participar la familia y la escuela.

Actividad 2. Descubriendo espacios

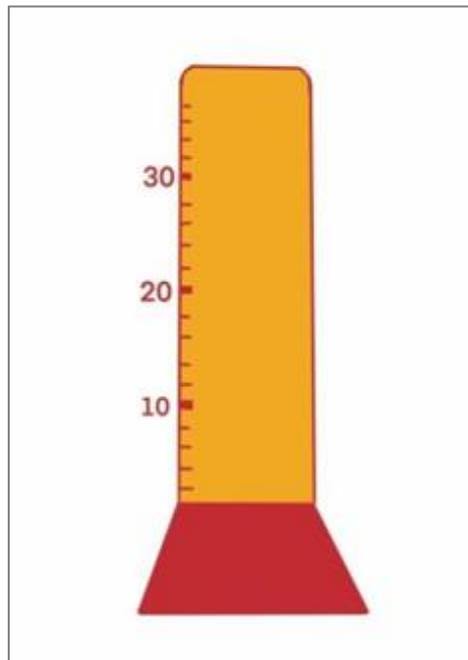
Con esta actividad se pretende que el grupo de participantes reflexione sobre los espacios educativos de colaboración que se encuentran en sus vidas y analicen su grado de participación en estos. Para ello, la persona facilitadora le entregará a cada participante el mismo esquema que se les presentó en la actividad anterior, pero en blanco (Anexo 2 “Descubriendo espacios I”). Les pedirá que escriban en él los espacios educativos de colaboración que observan en los centros educativos de sus hijos e hijas.

A continuación, deben reflejar en la nube correspondiente a cada casilla si en la actualidad participan o no en esos espacios educativos, pintando la nube de amarillo si no lo utilizan o de verde si lo utilizan.



Posteriormente puntuarán del 1 al 5 el grado en el que participan o se implican en cada uno de los escenarios que acaban de nombrar. Seguidamente, sumarán todas sus puntuaciones y comprobarán su nivel de implicación total en los escenarios escolares marcando su resultado en el Anexo 3 “Descubriendo espacios II”.

Para concluir la actividad, la persona facilitadora les pedirá que compartan su termómetro de la participación valorando las razones por las que participan o no en algunos de los espacios educativos analizados.



Actividad 3. Compromiso personal

En esta actividad, la persona facilitadora le pedirá a los/las participantes que elijan uno de los escenarios educativos de colaboración que han identificado en su entorno y que hayan coloreado en amarillo porque no participan en él, comprometiéndose a intentar participar en el mismo en algún momento de la semana. Del mismo modo, se les pedirá que estén atentos/as a los diferentes escenarios de colaboración que les ofrece el centro educativo, de manera que puedan ir implicándose cada vez más en su dinámica.

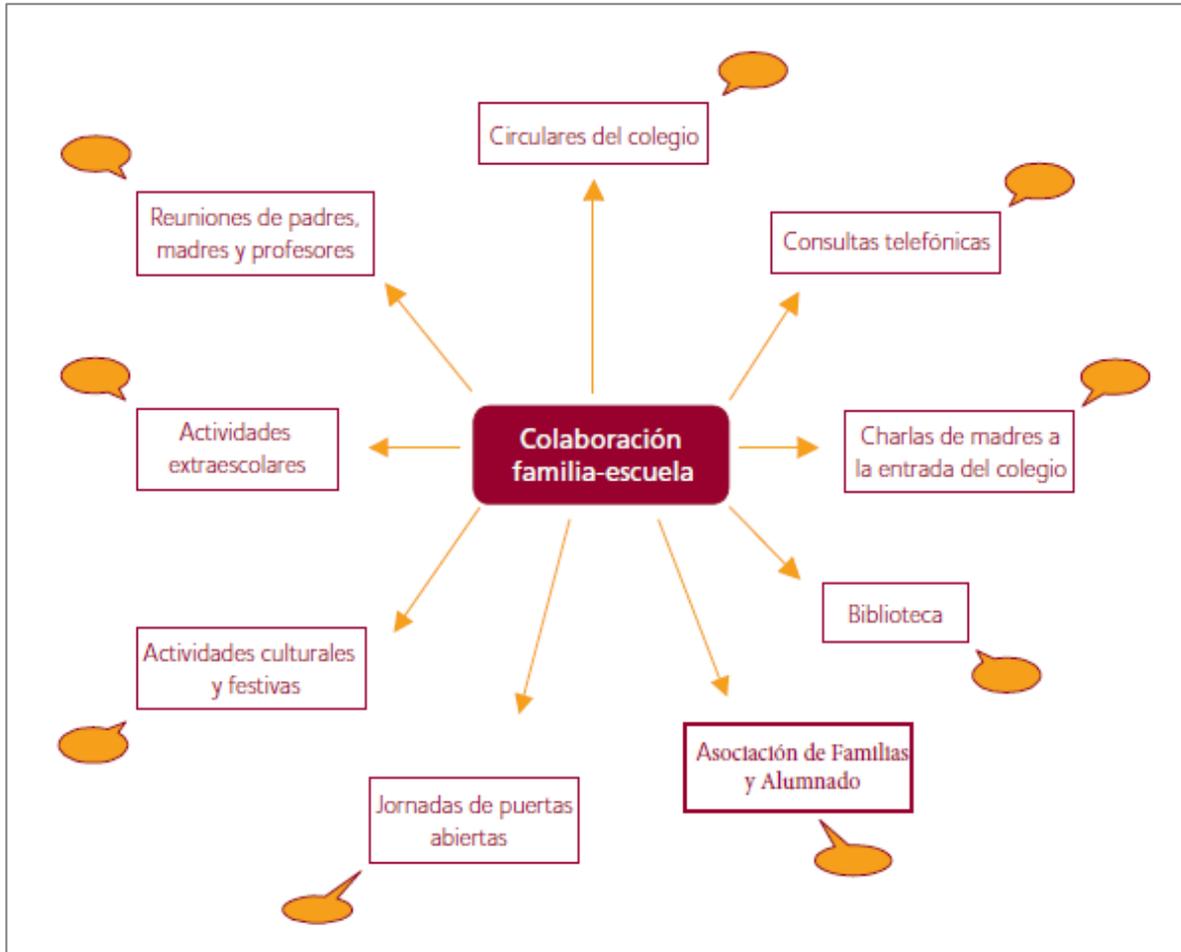
Los/las participantes realizarán el registro en el Anexo 4 “Compromiso Personal”, escribiendo en la primera columna el compromiso que desean conseguir y, en la siguiente columna, el grado de cumplimiento que han conseguido: total, medio o bajo grado de cumplimiento.

Actividad 4. Recuerda

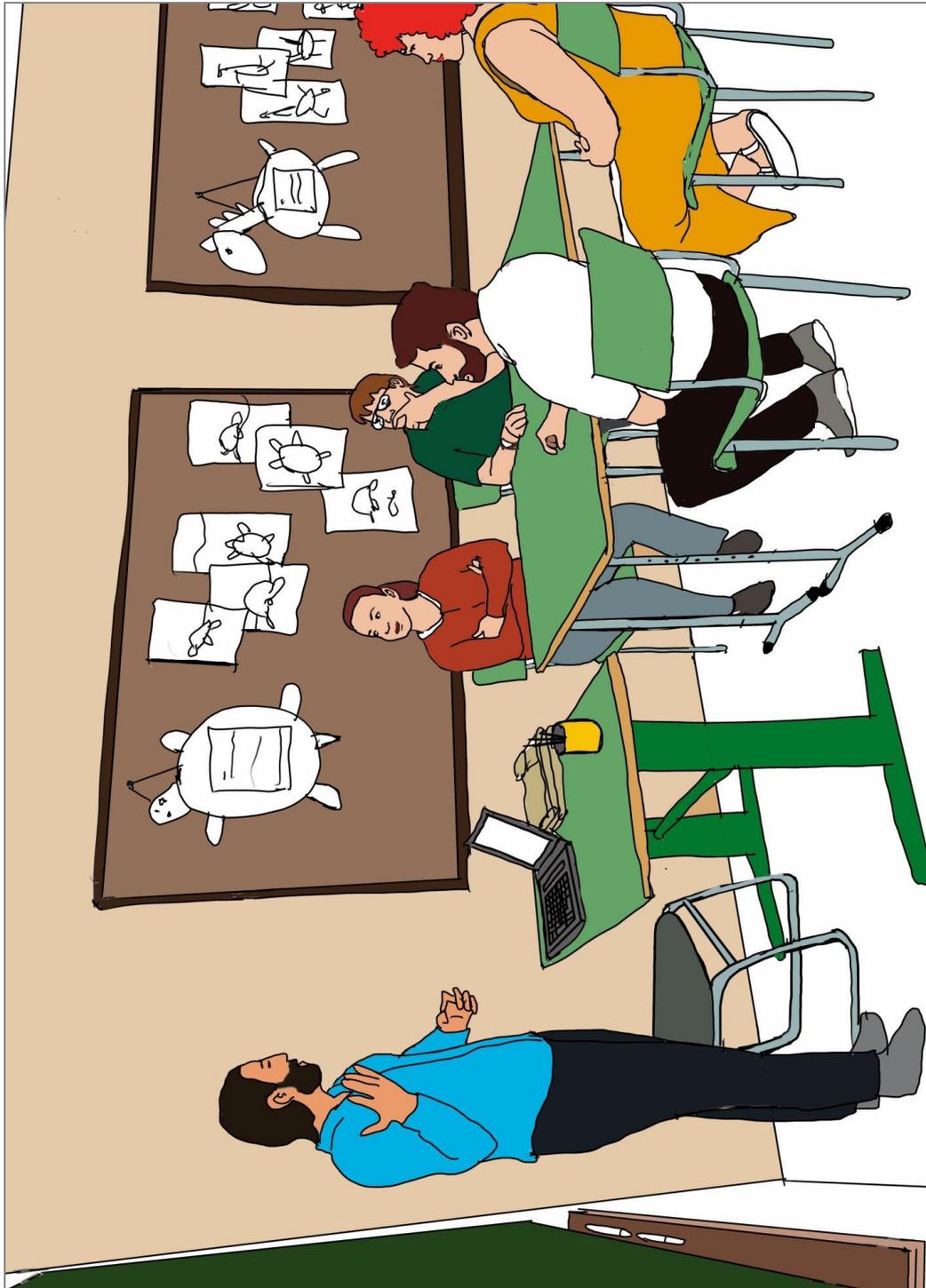
Para finalizar la sesión, la persona facilitadora propondrá a los/las participantes una actividad de síntesis de los aspectos más importantes trabajados durante esta sesión (Anexo 5 “Recuerda”). Se les invitará a ir leyendo y debatiendo, en gran grupo, la veracidad o no de las diferentes afirmaciones y los motivos de dicha decisión, con ayuda de la persona facilitadora.

	VERDADERO	FALSO
La única forma de colaborar con los/las profesores/as es ir a las reuniones de padres/madres.		✓
Puedo ampliar poco a poco el espacio de participación en la escuela.	✓	
Cuando el profesorado ve que las familias se quejan por todo les tratan con más respeto.		✓
La mejor colaboración se basa en el diálogo entre las personas.	✓	
Hay que hacer sentir al profesorado que tiene nuestra confianza como agentes educadores.	✓	
Familias y profesorado tienen intereses diferentes por lo que es muy difícil que lleguen a colaborar juntos/as.		✓

Anexo 1. ¿Qué oportunidades tengo?



Viñeta 1



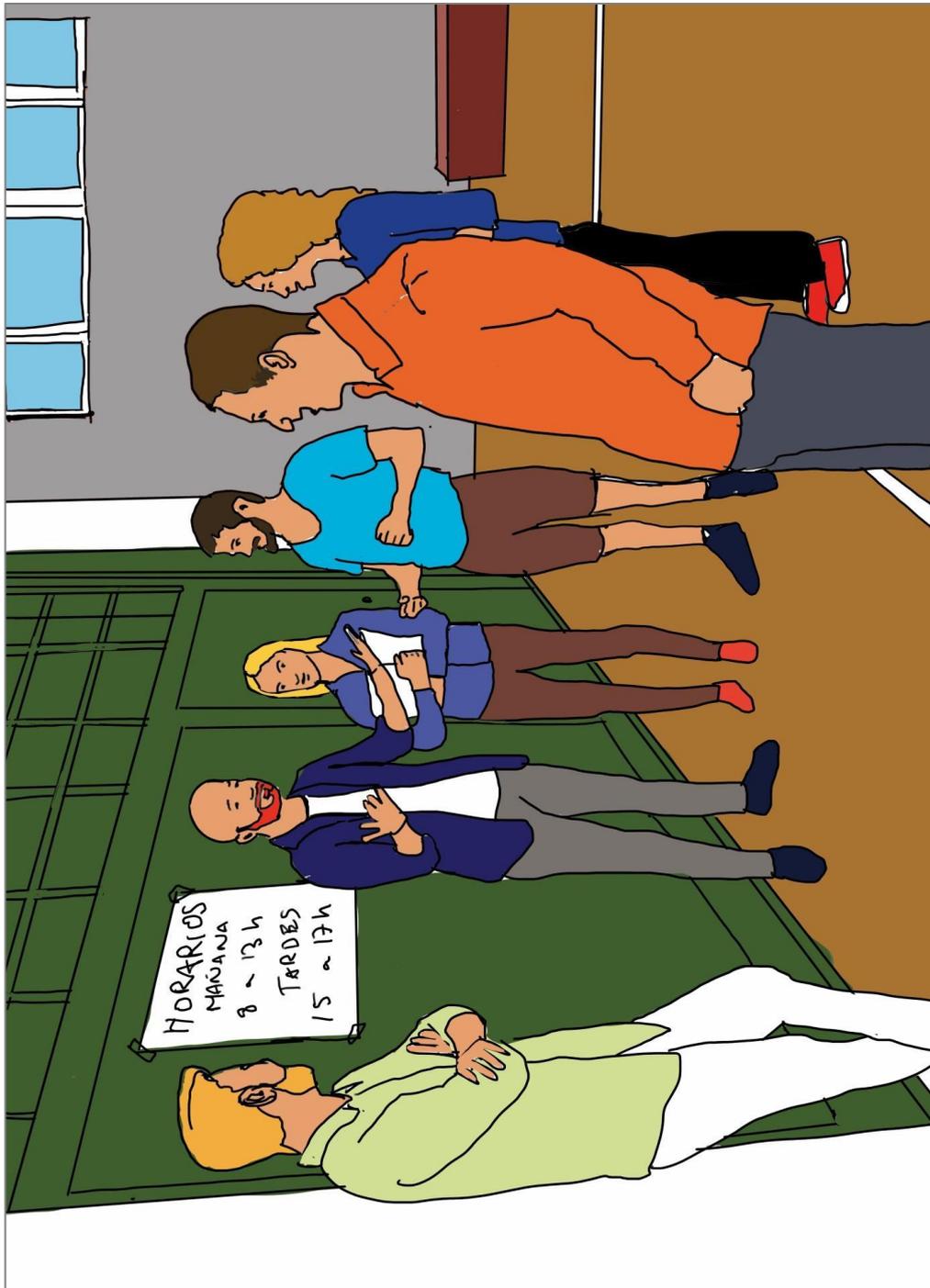
Viñeta 2



Viñeta 3



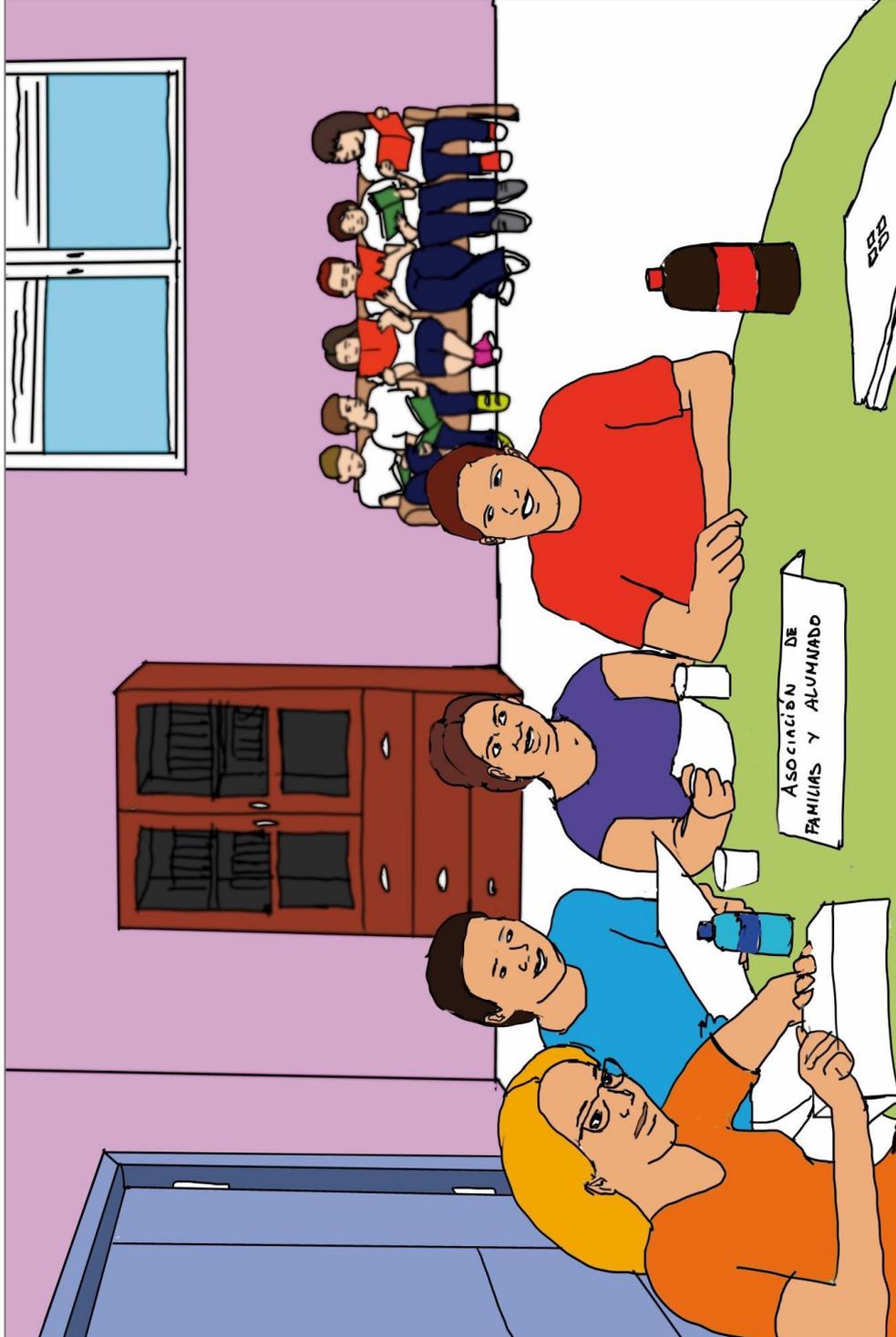
Viñeta 4



Viñeta 5



Viñeta 6



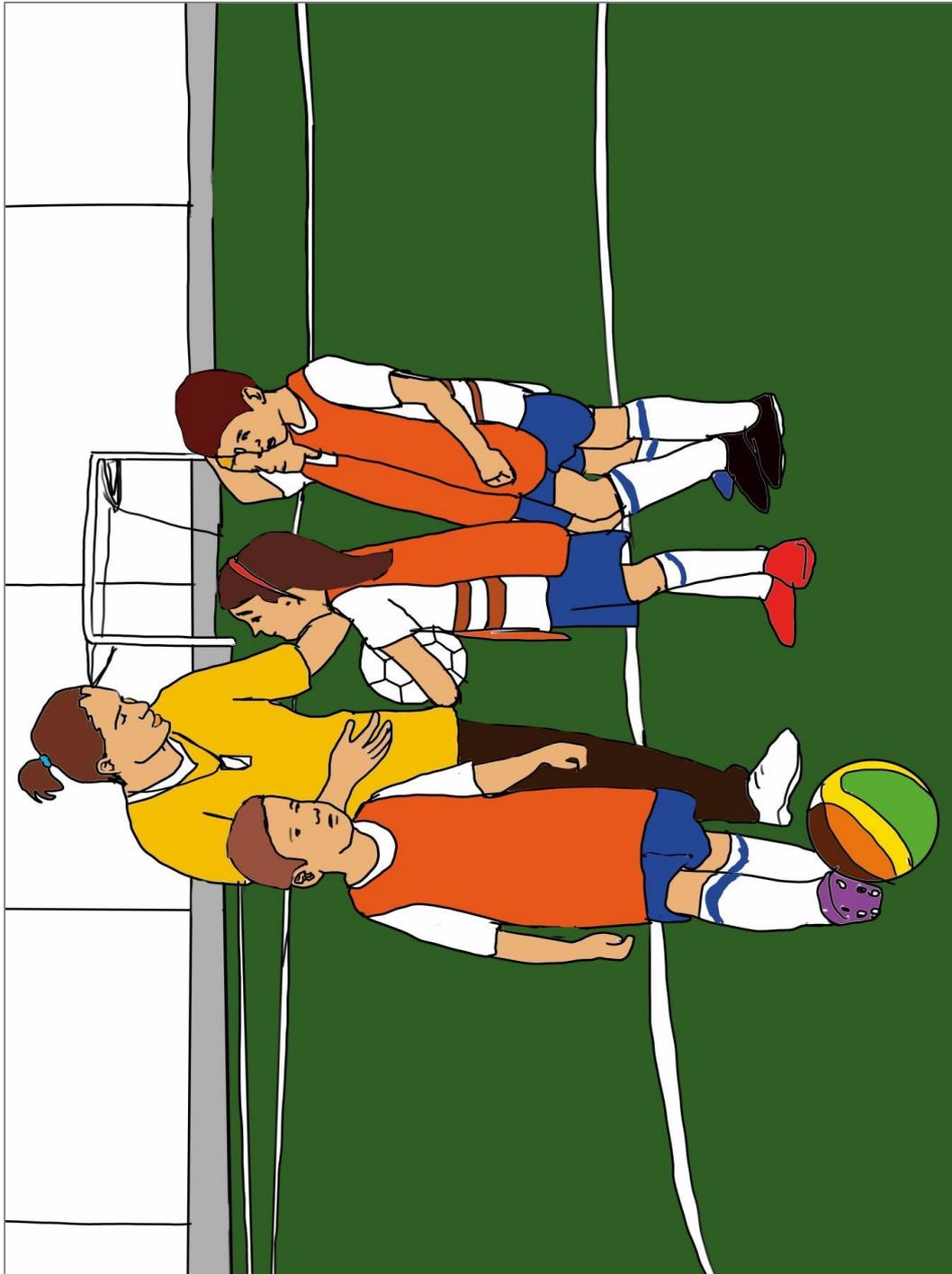
Viñeta 7



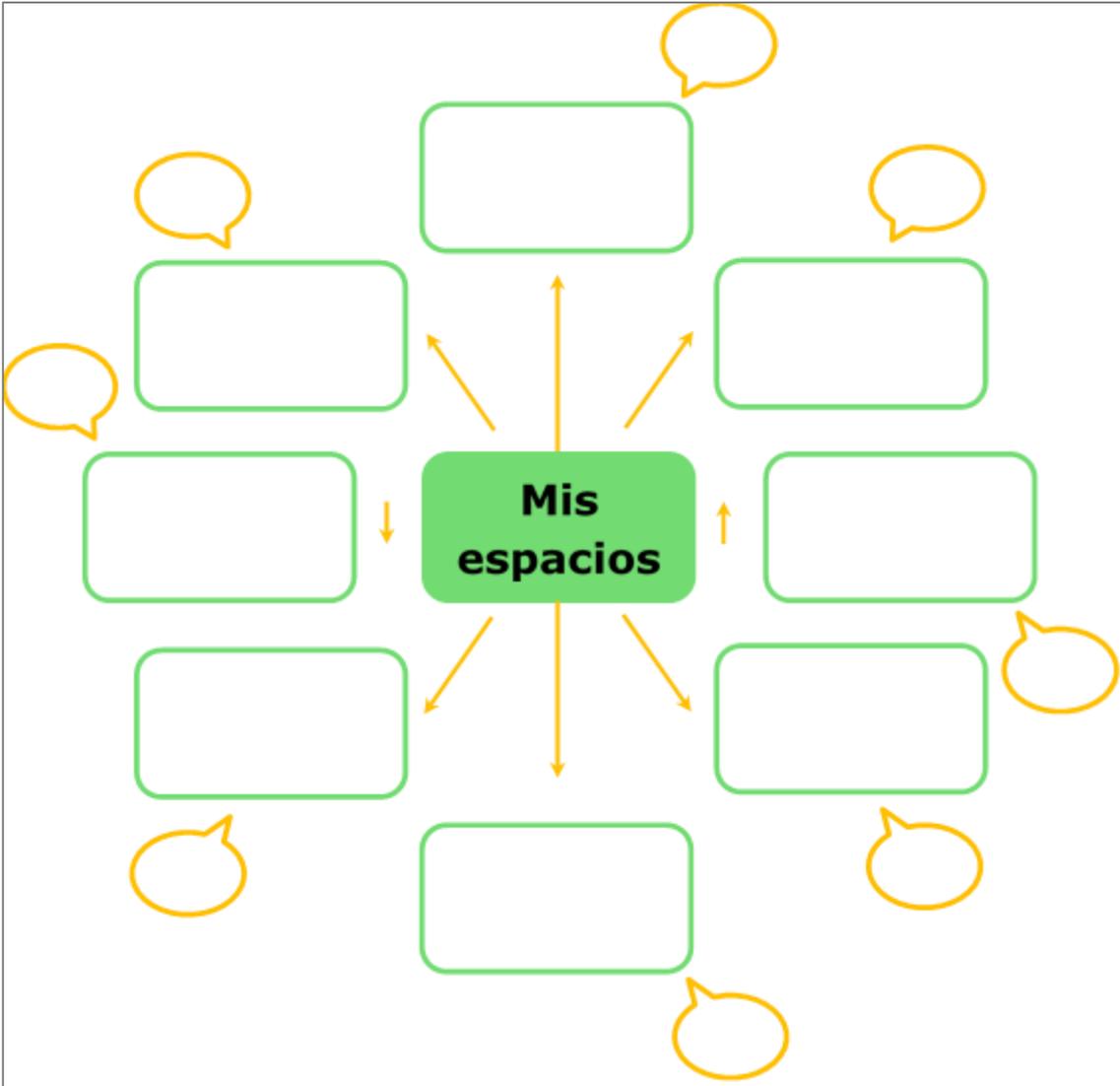
Viñeta 8



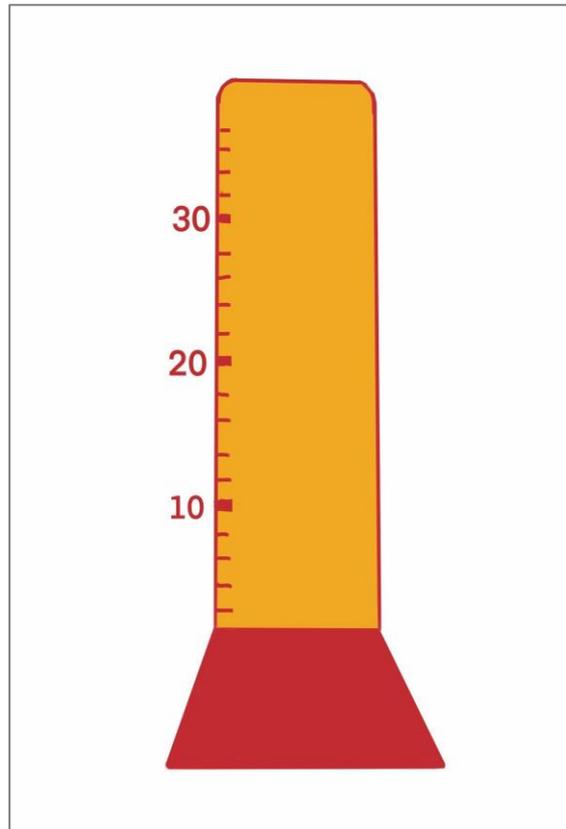
Viñeta 9



Anexo 2. Descubriendo espacios I



Anexo 3. Descubriendo espacios II



Anexo 4. Compromiso personal

Compromiso



Anexo 5. Recuerda

	VERDADERO	FALSO
La única forma de colaborar con los/las profesores/as es ir a las reuniones de padres/madres.		
Puedo ampliar poco a poco el espacio de participación en la escuela.		
Cuando el profesorado ve que las familias se quejan por todo les tratan con más respeto.		
La mejor colaboración se basa en el diálogo entre las personas.		
Hay que hacer sentir al profesorado que tiene nuestra confianza como agentes educadores.		
Familias y profesorado tienen intereses diferentes por lo que es muy difícil que lleguen a colaborar juntos/as.		



Crece Felices en Familia II



Módulo 5 Educar, ¿una tarea en solitario?





Financiado por
la Unión Europea
NextGenerationEU



MÓDULO 5. EDUCAR, ¿UNA TAREA EN SOLITARIO?

Introducción

Todas las personas disponemos de un cierto número de apoyos en nuestras vidas, pero, como veremos en este módulo, no siempre somos conscientes de éstos hasta que reflexionamos sobre ello. La red de apoyo social puede ser muy amplia y se extiende por todo el sistema familiar y comunitario, por lo que es necesario fijar nuestra atención en estos recursos, con el fin de llevar a cabo una buena utilización de los mismos.

Desde que nos levantamos por la mañana hasta que nos acostamos estamos continuamente contando con personas y prestándonos ayuda unas a otras. Lo contrario, es decir, el aislamiento social, es una condición que nos empobrece y nos limita para conseguir todo lo que necesitamos. La red de apoyos personales es muy importante para realizar nuestra tarea como padres, ya que nos proporciona muchas cosas: apoyo en momentos difíciles, consejo, nos ayuda a resolver problemas prácticos como ir a recoger a los/las niños/as o quedarse con ellos una tarde.

Pero también es importante la red de apoyos formales o de instituciones, centros o recursos con los que contamos en el barrio o municipio donde vivimos, como pueden ser el centro médico, el colegio, la guardería, la ludoteca, los servicios sociales del ayuntamiento, etc. Todos están ahí para prestarnos servicios como ciudadanos con derecho a disfrutarlos para poder dar cobertura a todas nuestras necesidades y las de nuestros hijos e hijas. Los pagamos con nuestros impuestos y deben revertir de nuevo sobre los ciudadanos y las familias.

Es verdad que no todo el tiempo necesitamos a todo el mundo. En este sentido, el apoyo social no se entiende como un apoyo único que resulta útil en todo tipo de situaciones y problemáticas, sino como una gran red de apoyos cambiantes, según nuestras necesidades, en los que el sistema familiar puede apoyarse siempre que lo necesite para salir adelante. ¿De qué depende que los padres puedan contar con una buena red para su tarea? En parte depende de su familia, de sus amigos, del barrio, de las facilidades que le rodean. Pero también depende en parte de sus propias actuaciones. Con su capacidad para pedir y prestar ayuda, así como saber relacionarse con las personas y saber acudir a las instituciones y solicitar sus servicios, están influyendo en la amplitud y la calidad de la red con la que cuentan.

En suma, en este módulo se pretende que los y las participantes tomen conciencia de la importancia de las redes de apoyo para un buen desarrollo del sistema familiar, así como conocer la diversidad de recursos que se encuentran disponibles en cada uno de los casos y fomentar su adecuada utilización. Las familias y sus redes son el tejido básico con el que se construyen sociedades integradas y solidarias.

Objetivos

- Reflexionar sobre la importancia de las redes de apoyo formal e informal y sus características.

- Conocer los distintos tipos de apoyo social (instrumental, informacional, emocional, online, etc.) para la resolución de problemas.
- Fomentar la utilización de los recursos que nos proporcionan las redes sociales.
- Desarrollar la importancia de sentirse protagonistas, competentes como padres/madres y personas, y con capacidad de control sobre sus vidas.

Sesiones que componen el módulo

- Sesión 1. Descubriendo la red.
- Sesión 2. Apoyos importantes en mi vida.
- Sesión 3. Buscando apoyos para cada problema.
- Sesión 4. Tejiendo redes: cómo utilizar los apoyos sociales de mi entorno.

SESIÓN 1. Descubriendo la red

Esta sesión tiene como objetivo principal reflexionar sobre la diversidad de apoyos formales e informales con los que contamos en nuestro entorno, así como profundizar en la influencia que estos apoyos tienen en nuestras vidas, ayudándonos a dirigirlos en un sentido u otro, ya que existe una gran diversidad de recursos a nuestro alrededor y es necesario que nos concienciamos tanto de su existencia como de su utilidad. Es importante que la persona facilitadora tenga clara la diferencia entre apoyos informales y formales para poder ofrecer a las madres, padres y cuidadores principales una idea clara de ambos. En la introducción de este módulo hemos planteado lo que son los apoyos y sobre todo la importancia de contar con una red ya que cómo se suele decir “para educar a un niño o niña hace falta una tribu”.

En esta sesión exploraremos los tipos de apoyos que hay, cuáles son los que utilizamos en nuestro día a día y tomar conciencia de los apoyos que podríamos necesitar. Seguiremos con una reflexión sobre la importancia de buscar un equilibrio entre solicitar apoyo y ofrecer apoyo, ya que en cada momento de nuestra vida podemos estar más en la disposición de dar o de recibir según las etapas en las que nos encontramos y la circunstancia personal de cada uno/a.

Objetivos

- Valorar la diversidad de recursos disponibles en nuestro entorno.
- Analizar la influencia de nuestra red de apoyo en la vida diaria.

Actividades

- Actividad 1. ¿Qué nos diferencia? (30 minutos)
- Actividad 2. Indagando en nuestro entorno (40 minutos)
- Actividad 3. Compromiso personal (10 minutos)
- Actividad 4. Recuerda (10 minutos)

Recursos

- Papel tamaño A3 (Diana).
- Lápiz.
- Pizarra.
- Tiza o rotuladores de pizarra.
- Borrador de pizarra.

- Anexo 1: La diana que nos hace más fuertes (imprimir en tamaño A3)
- Anexo 2: Compromiso personal.
- Anexo 3: Recuerda.

Actividad 1. ¿Qué nos diferencia?

En esta actividad, la persona facilitadora presentará las siguientes historias a los/las participantes, leyéndolas consecutivamente:

Historia 1. Natalia

“Natalia es una mujer muy fuerte y luchadora que trata de mantener a sus dos hijos, Nico y Álex, de 5 y 3 años. Desde hace unos años Natalia tiene muchos problemas para sacar a su familia adelante, no encuentra ningún trabajo que sea compatible con el horario escolar de los niños, y no sabe de ningún lugar donde poder dejarlos mientras ella trabaja, lo que le está produciendo grandes problemas económicos. Nico, ya tiene 5 años y empieza a necesitar ayuda en las tareas del colegio, pero Natalia no tiene tiempo de sentarse a ayudarlo con los deberes. Álex tiene muchos problemas de salud y tienen que estar constantemente en la consulta del médico, por lo que no resulta muy agradable la vida familiar. En este momento, Natalia está desbordada, no puede con los niños, la casa, el trabajo, los médicos..., y está a punto de tirar la toalla”.

Historia 2. Ana

“Ana también es madre soltera de Lucía, de 7 años, y de Sara, de 2 años. Su vida ha sido caótica desde el principio, se quedó embarazada siendo muy joven, y Pedro, el padre de su segunda hija, del cual se ha separado y mantiene una relación conflictiva. A sus 23 años, no tiene formación suficiente para encontrar un trabajo que le permita disfrutar del tiempo libre de sus hijas, trabaja por las tardes e incluso por las noches en cualquier cosa que consiga para sacar algo de dinero. Cuando trabaja en el turno de noche, su madre, Rita, se encarga de llevar a las niñas al colegio, y por las tardes deja a las niñas en una ludoteca que hay cerca de su trabajo. Esto le ha permitido ir terminando sus estudios a distancia y sacarse el graduado escolar. Ahora, Ana ha conseguido un trabajo de mañana, aunque de vez en cuando tiene que realizar algún trabajo a deshora, ha sabido pedir ayuda y cuenta con algún familiar o algún/a amigo/a que puede ayudarla con las niñas”.

A continuación, la persona facilitadora pedirá a los/las participantes que se agrupen en parejas para reflexionar sobre cada uno de los casos y la importancia que tiene la presencia o carencia de recursos y apoyos en la vida de Natalia y Ana. Para ello, se guiarán por la siguiente cuestión:

- ¿Qué semejanzas y diferencias se observan entre la situación de Natalia y de Ana?

Para finalizar, la persona facilitadora resumirá brevemente los diferentes puntos de vista que se hayan reflejado, enfatizando el hecho de que es importante tener en cuenta los apoyos que nos rodean para el ejercicio de la parentalidad.

Actividad 2. Indagando en nuestro entorno

Teniendo en cuenta las conclusiones de la actividad anterior, esta actividad se dirige a conocer cuáles son los diferentes tipos de apoyos que existen y de los que se puede disponer en la situación actual.

Con este fin, se les entregará el anexo 1 que presenta una diana, en ella podrán anotar con un lápiz todos aquellos apoyos que nos pueden ayudar en nuestra vida diaria. En el centro de la diana, dibujarán a su familia nuclear, (madres con dos niños, dos padres con un niño, padre o madre con tres niñas...) posteriormente irán dibujando al resto de su red de apoyo (familiar, vecino, amigos, etc.) con lejanía o cercanía según la importancia o la frecuencia con la que recurre a este apoyo. Podrán elegir si hacen un dibujo estilizado o un punto o un cuadrado marcando el lugar que ocupa esta persona, pero deberán indicar el nombre de cada persona señalada.

Una vez hayan terminado, se le preguntará si se les ocurre algún otro tipo de apoyo diferenciando entre:

Informal: cualquier persona que nos preste ayuda de una forma informal, a título personal y no siendo pagada para esto, por ejemplo. un/a familiar, amigo/a, etc.

Formal: cualquier profesional que nos preste ayuda dentro de una institución u entidad siendo pagada o no por su servicio, por ejemplo, una trabajadora social del ayuntamiento o un voluntario de una ONG, etc.

La persona facilitadora formará subgrupos de 3-4 personas para que compartan entre ellos/as la diana, posteriormente se asignará un portavoz de cada grupo que lo exponga en voz alta.

Para finalizar la actividad, la persona facilitadora recopilará toda la información obtenida para que el grupo pueda reflexionar y llegar a conclusiones sobre la importancia de las redes de apoyo en nuestras vidas y concienciarlos de que todos y todas tenemos redes de apoyo a nuestro alcance en mayor o menor medida. Ningún ser humano puede valerse por sí sólo, con esta diana nos hemos dado cuenta de que somos más fuertes con estos apoyos o que podríamos necesitar algunos más. Al mismo tiempo nos podemos dar cuenta que quizás también nosotros/as podamos ser el apoyo de otra persona, siendo parte de su diana.

Actividad 3. Compromiso personal

Una vez terminadas las actividades, cada participante debe comprometerse durante la siguiente semana a reflexionar sobre los apoyos que necesita, y analizar si en su diana de los apoyos faltan algunas personas importantes a las que pedir ayuda. También comprobar si hay personas en su entorno que se encuentran en situación de sobrecarga y no se les está brindando la oportunidad de tener apoyos. Podrán anotar aquellos nuevos apoyos que haya descubierto en su vida y reflexionar sobre el equilibrio personal que aporta cada persona. Es importante encontrar el equilibrio entre dar y recibir para no caer en los extremos de dar constantemente sin recibir o de recibir sin poder dar nada a cambio.

Las personas participantes realizarán el registro en la hoja “Compromiso personal” (Anexo 2 “Compromiso personal”), escribiendo en la primera columna el compromiso que desean conseguir y en la siguiente sesión rellena la segunda columna con el grado de cumplimiento que han conseguido: total, medio o bajo grado de cumplimiento.

Actividad 4. Recuerda

Para finalizar la sesión, la persona facilitadora propondrá a las personas participantes una actividad de síntesis de los aspectos más importantes trabajados durante la sesión, con la finalidad de ayudar a recordar y sintetizar las ideas claves (Anexo 3 “Recuerda”).

	VERDADERO	FALSO
Estamos solos/as en la vida y no necesitamos a nadie.		✓
Nosotros/as no podemos hacer nada para buscar nuevos apoyos.		✓
Tenemos muchas posibilidades a nuestro alcance de recibir ayuda	✓	
Tener apoyos nos fortalece como personas y como sociedad.	✓	
Las personas suelen ser una fuente de problemas y complicarnos la vida.		✓
Busquemos a nuestro alrededor, porque puede haber un apoyo que necesitamos y no hemos utilizado antes.	✓	

Anexo 1. La diana que nos hace más fuertes (imprimir en A3)



Anexo 2. Compromiso personal

Compromiso

Me propongo solicitar ayuda a...



Me propongo ofrecer ayuda a...



Anexo 3. Recuerda

	VERDADERO	FALSO
Estamos solos/as en la vida y no necesitamos a nadie.		
Nosotros/as no podemos hacer nada para buscar nuevos apoyos.		
Tenemos muchas posibilidades a nuestro alcance de recibir ayuda		
Tener apoyos nos fortalece como personas y como sociedad.		
Las personas suelen ser una fuente de problemas y complicarnos la vida.		
Busquemos a nuestro alrededor, porque puede haber un apoyo que necesitamos y no hemos utilizado antes.		

SESIÓN 2. Apoyos importantes en mi vida

Esta sesión tiene como objetivo reflexionar sobre la importancia del establecimiento de redes de apoyo formal e informal. Para ello, se irá reflexionando acerca de la necesidad de apoyos de las personas, así como de todos los apoyos de los que disponemos y de cómo nos hace sentir cada uno de ellos.

También se pretende orientar a los participantes en una reflexión sobre los propios apoyos y la importancia de éstos, enfatizando la necesidad de contar con el mayor número de apoyos posibles para la vida, tanto personal como familiar, y la necesidad de saber valorar esos apoyos.

Por último, se analizará y reflexionará sobre la capacidad de encontrar apoyos online adecuados y que sean beneficiosos para la familia, identificando una serie de criterios que ayudarán a evaluar la calidad de la información y del propio apoyo.

Objetivos

- Reflexionar sobre la importancia de los apoyos informales.
- Reflexionar sobre la importancia de los apoyos formales.
- Analizar los beneficios del apoyo online.
- Profundizar en el hecho de que no todos los apoyos son positivos.

Actividades

- Actividad 1. Los apoyos de Clara (20 minutos)
- Actividad 2. El apoyo a distancia (20 minutos)
- Actividad 3. Mis apoyos online (30 minutos)
- Actividad 4. Compromiso personal (10 minutos)
- Actividad 5. Recuerda (10 minutos)

Recursos

- Pizarra o rotafolio.
- Tizas o rotuladores.
- Conexión a Internet.

- Anexo 1: Apoyo a Clara.
- Anexo 2: Ventajas apoyo presencial y a distancia.
- Anexo 3: Balanza.
- Anexo 4: Criterios de calidad éticos y de contenido.
- Anexo 5: Compromiso personal.
- Anexo 6: Recuerda.

Actividad 1. Los apoyos de Clara

Esta actividad se dirige a ayudar a los y las participantes a detectar otros tipos de apoyo, tanto formales como informales, que pueden ayudar a las familias cuando se encuentran ante situaciones problemáticas.

Con este fin la persona facilitadora leerá la siguiente historia:

“Clara es una madre de 32 años, su hija tiene 1 año y medio y se llama Lucía. Clara abandonó sus estudios al empezar su relación con Laura y se dedicó a estar con ella todo el tiempo que podía, sin pensar en su futuro. Laura trabaja en unos grandes almacenes y Clara se dedicaba a las tareas del hogar, cuando Clara y Laura llevaban dos años viviendo juntas empezaron a pensar y hablar de la posibilidad de tener un bebé. La decisión fue que Clara se quedara embarazada y se dedicara al cuidado del bebé, ya que Laura trabaja. Al cabo de tres años consiguieron ser madres por medio de la fecundación in vitro. Tras tener a Lucía, la pareja decidió separarse de mutuo acuerdo, aunque al principio se coordinaban en el cuidado de la niña. No obstante, en el transcurso de este tiempo, Laura se quedó sin trabajo, y consiguió trabajo en otra ciudad, por lo que ha tenido que mudarse. Aunque mantienen el contacto, ya no pueden coordinarse como hacían antes. Clara se fue a vivir con sus padres y la niña, para tener más apoyo y hacer frente a los gastos.

Pasados unos meses, Clara empezó a buscar trabajo para poder independizarse y cuidar mejor de su hija. Ahora, por fin, acaba de conseguir un trabajo de camarera en un restaurante cerca de su casa, y está muy contenta porque podrá ganar algo de dinero para mantener a su familia, sumado a la manutención que le pasa todos los meses Laura.

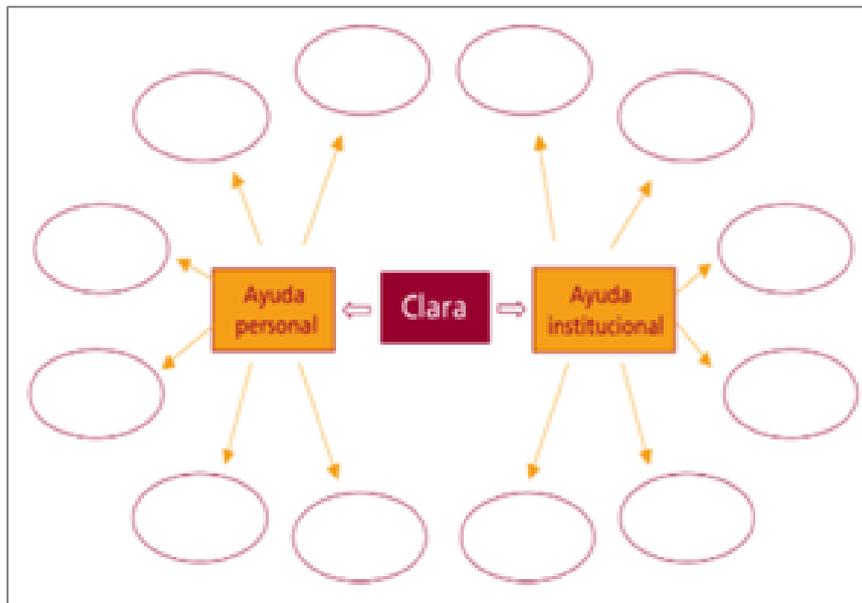
Lucía es una niña muy nerviosa e inquieta y no le gusta estar lejos de su madre, por lo que Clara está muy preocupada, no sabe qué hacer, no puede dejar sola a Lucía, pero, al mismo tiempo, necesita el dinero para poder salir adelante.

Una noche, mientras Lucía dormía, Clara empezó a pensar en qué personas o instituciones podrían ayudarla en su problema”.

A continuación, la persona facilitadora pedirá a los participantes que formen parejas y reflexionen sobre lo que han visto en la historia, planteándose las siguientes cuestiones: ¿Qué personas pueden ayudar a Clara con la situación que se plantea?

- ¿Qué instituciones pueden ayudar a Clara con la situación que se plantea?

Seguidamente, una persona que represente a cada pareja expone al resto de los y las participantes las respuestas que han dado y se recogen en un cuadro en la pizarra rellenando el siguiente esquema (Anexo 1 “Apoyo a Clara”).



Una vez que se haya completado este cuadro en la pizarra, la persona facilitadora hará una reflexión final enfatizando que existen muchos tipos de apoyos y que cada uno de ellos nos puede ser útil para situaciones muy distintas.

Actividad 2. El apoyo a distancia

La entrada en la sociedad digital y el uso de las TIC nos ha permitido ampliar las posibilidades de buscar apoyos que teníamos antes. Ahora contamos con una serie de espacios en Internet en *páginas web, blogs, noticias en periódicos digitales, portales informativos de ONGs, de asociaciones de profesionales*, etc. Por ejemplo, las páginas web además de ser informativas están asociadas a programas de apoyo a la parentalidad positiva, en las que se puede contactar con los profesionales o con otros padres. Se pueden visitar blogs en los que las personas cuentan sus experiencias, publican artículos de relevancia en la educación parental, en el desarrollo evolutivo, etc. En general, el uso de Internet, a través de un buscador como google, permite encontrar contenidos que nos resulte de interés como son los contenidos educativos, de temas escolares, de salud familiar, de problemas de desarrollo, de ocio familiar, etc.

También contamos con espacios en las *Redes sociales* (Facebook, Instagram, WhatsApp, TikTok) en los que podemos contactar con personas que conocemos personalmente, para compartir

fotos, vídeos, mensajes. A menudo, podemos encontrarnos con personas que no conocemos, pero compartimos intereses, aficiones, experiencias de viajes que hemos realizado, etc. Otro uso es el de poder seguir a personas famosas como *influencers* que comentan sobre productos comerciales, fotos de sus viajes, compras que realizan, dan consejos, etc. Además, podemos ver vídeos, como en TikTok, donde nos presentan retos o desafíos que podríamos replicar.

Mientras visitamos estos lugares y las redes sociales podemos encontrarnos con varios tipos de personas:

- Padres o madres que hablan sobre sus experiencias sobre la parentalidad, sus anhelos, sus miedos, etc.
- Padres y madres conocidos por ser famosos que han tenido hijos y comentan sus vivencias en las redes sociales.
- Profesionales de la medicina o de la educación que hablan desde la perspectiva de informar y resolver dudas a las familias, etc.
- Influencers, tales como artistas o personas con alguna habilidad, que recomiendan cosas, nos muestran lo que compran, presentan sus productos, etc.

¿En qué medida este apoyo online puede ser realmente útil? El apoyo online puede brindarnos muchos beneficios, por ejemplo, contactar con un experto o una experta en educación parental, aunque no viva cerca de nosotros, ni siquiera en nuestra ciudad o país. Te permite contactar en tiempo real (sincrónico) o dejar un comentario que se leerá en otro momento (asincrónico). También se pueden crear grupos de apoyo de familias, por temas de interés o inquietudes sin necesidad de desplazarse, simplemente creando grupos en WhatsApp, o siendo integrante de un grupo de Facebook. Estos grupos crean vínculos afectivos que pueden llegar a ser tan fuertes como los de los grupos presenciales que se ven de tarde en tarde. Los apoyos que brindan son de calidad ya que pueden “empoderar” y capacitar a sus miembros.

Vamos a ver otras ventajas que tiene el apoyo a distancia, comparándolo con las ventajas del apoyo presencial (Anexo 2 “Ventajas apoyo presencial y a distancia”).

APOYO PRESENCIAL	APOYO A DISTANCIA
Está condicionado a que este accesible la persona a la que acudimos	Podemos obtener apoyo en cualquier momento del día y lugar
El círculo de personas es más limitado, así como los temas de los que pueden informarnos	Podemos acceder a personas muy diferentes que puedan aportarnos cosas nuevas

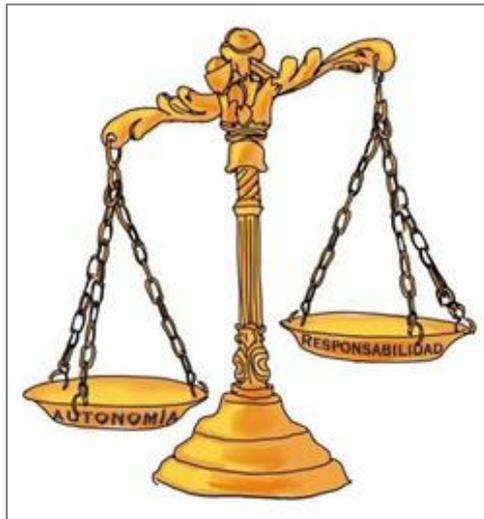
APOYO PRESENCIAL	APOYO A DISTANCIA
Nos presentan los modelos familiares que ya conocemos porque están en nuestro entorno próximo	Nos presentan otros modelos familiares sobre los que no tenemos experiencia, incluso de otros países y culturas
La persona que nos ayuda puede no haber vivido las circunstancias que nos preocupan	Podemos recibir ayuda de personas que nos sirvan de guía porque están pasando por las mismas circunstancias
Tenemos que identificarnos	Nos garantizan cierto anonimato

Actividad 3. Mis apoyos online

Una vez se les han presentado las posibilidades de acceso y contacto en la web entre padres, profesionales y empresas, la persona facilitadora les solicita que digan qué tipos de recursos online y que temas son los que suelen buscar, para elaborar una lista de los recursos y apoyos que obtienen en Internet. Para ello utilizará una pizarra o rotafolio.

En el siguiente link (<https://acortar.link/CcP95Y>) hay ejemplos de contenidos que los padres buscan más a menudo como son salud familiar con consejos sobre enfermedades, síntomas y tratamientos. También pueden buscar consejos sobre la dieta más saludable y los problemas que acarrea el abuso de alimentos de cierto tipo, como sobrepeso, obesidad, problemas de alergia alimentaria. Otro tema que suele interesar hace alusión a problemas del desarrollo de los hijos e hijas, temas de apoyo escolar, búsqueda de actividades de verano y vacaciones, etc.

Una vez elaborada la lista de los recursos que utilizan y los contenidos que suelen buscar, la persona facilitadora les hace una pregunta, ¿qué criterios utilizan para saber si el recurso web que visitan o los contenidos que encuentran en sus búsquedas son de calidad? Con esta pregunta se pretende que reflexionen sobre la calidad de la información que encuentran en la web, mostrándoles la imagen de una **balanza**: (Anexo 3 “La balanza”):



De cada uno de los apoyos que han indicado, la persona facilitadora les indica que lo ideal es lograr un equilibrio entre los dos aspectos: que me den autonomía a la hora de lo que quiero buscar, cuándo y cómo, pero además que pueda garantizar que ha sido una búsqueda responsable con calidad en lo obtenido:

- Qué nivel de autonomía permite la información y sus ventajas y desventajas. Aquí plantear el tema de la brecha digital y preguntar sobre si están satisfechos con su nivel de competencias en las búsquedas, manejo de los programas informáticos, etc.
- Qué nivel de responsabilidad asumimos puesto que no contamos con un experto al lado que nos diga si el contenido de lo encontrado es de buena o mala calidad.

Para practicar sobre ello se les ofrece la conexión con varios recursos web:

- Una página web que habla de la defensa de la familia tradicional ante otro tipo de familia. Indicando: la familia es la constituida por un padre y una madre con sus hijos, todo lo demás son otra cosa, pero no son familia. (<https://acortar.link/1djr2g>)
- Un blog en el que aparece información sobre la alimentación para bebés, pero se muestran también productos comerciales. (<https://www.nutriendomibebé.com>)
- Un programa online, como Familias en Positivo, en la que aparecen ejemplos de distintos modelos de familias y otras informaciones (<https://acortar.link/MWqdYH>)

Tras mostrar los tres recursos, el facilitador pregunta ¿cómo podemos saber la calidad de estos recursos y la información que presentan? ¿qué beneficios nos aporta diferenciar la información que puede sernos útil y adecuada, de la que no lo es?

La persona facilitadora tendrá una tabla de criterios éticos y de contenido que le permitirá apoyar lo que digan los padres y las madres. No se las va a presentar como tal, sino que es un recurso para que pueda explicar, después de haberles oído opinar que: el ejemplo 1 no cumple con la idea de presentar todos los tipos de familia presentando uno solo como bueno. En el ejemplo 2 no se revela la financiación ya que el objetivo escondido es de tipo comercial de venta de productos. En el ejemplo 3 se da calidad en los contenidos y se indica la fuente de financiación

que es un proyecto científico con referencias contrastadas en la ciencia (Anexo 4 “Criterios de calidad éticos y de contenido”).

CRITERIOS ÉTICOS	CRITERIOS DE CONTENIDO
Autoría: indica quién ha escrito la información que está en la página web, blog, etc.	Igualdad de Género: El lenguaje denota un trato igualitario en la tarea parental entre mujeres y hombres.
Privacidad: declara respetar la privacidad y confidencialidad de los datos de las personas que visitan el recurso web.	Diversidad familiar: Hacen referencia a formas diversas de familia.
Atribución: la información de que dispone está claramente respaldada por referencias al origen de dichas informaciones.	Rol Parental: El lenguaje denota un trato igualitario en la tarea parental entre hijos e hijas
Justificabilidad: indica claramente los beneficios de cualquier recomendación o asesoramiento de expertos, respaldando la información con evidencias científicas.	Prácticas parentales: Hace referencia a una variedad de prácticas: comunicación asertiva, negociación; tiempo fuera; retirada de privilegios, economía de fichas, reprimenda, recalcar la empatía, castigo físico.
Transparencia: proporciona información de los autores contando una dirección de correo electrónico u otra forma de contacto, y proporciona una respuesta rápida a las preguntas de los visitantes del recurso web.	Contenido educativo: Ofrece contenidos sobre: actividades escolares; juegos educativos; desarrollo evolutivo; problemas de conducta; salud familiar; innovación pedagógica; embarazo e infancia; nutrición familiar.
Revelación de la financiación: Se identifica claramente los fondos económicos o de patrocinio que apoyan el desarrollo del recurso web.	Recursos multimedia: Ofrece: vídeos; juegos online; noticias; escenas animadas
Política publicitaria: Se indica que el sitio no hospeda o recibe financiación por publicidad.	Herramientas de comunicación Correo electrónico; sala de chats; foros de discusión; Facebook; Twitter.

Terminará con una reflexión conjunta sobre la idea que cómo mejorar nuestras capacidades digitales en la red, nuestro uso del apoyo a distancia y la garantía de la calidad de lo que buscamos.

Actividad 4. Compromiso personal

Para afianzar las reflexiones que se han desarrollado, cada participante debe elegir un apoyo que les hace sentirse bien y otro que les hace sentirse molestos o incómodos, y a lo largo de la semana

reflexionar sobre la razón de que les haga sentir así. Los apoyos que elijan pueden ser informales, formales y online.

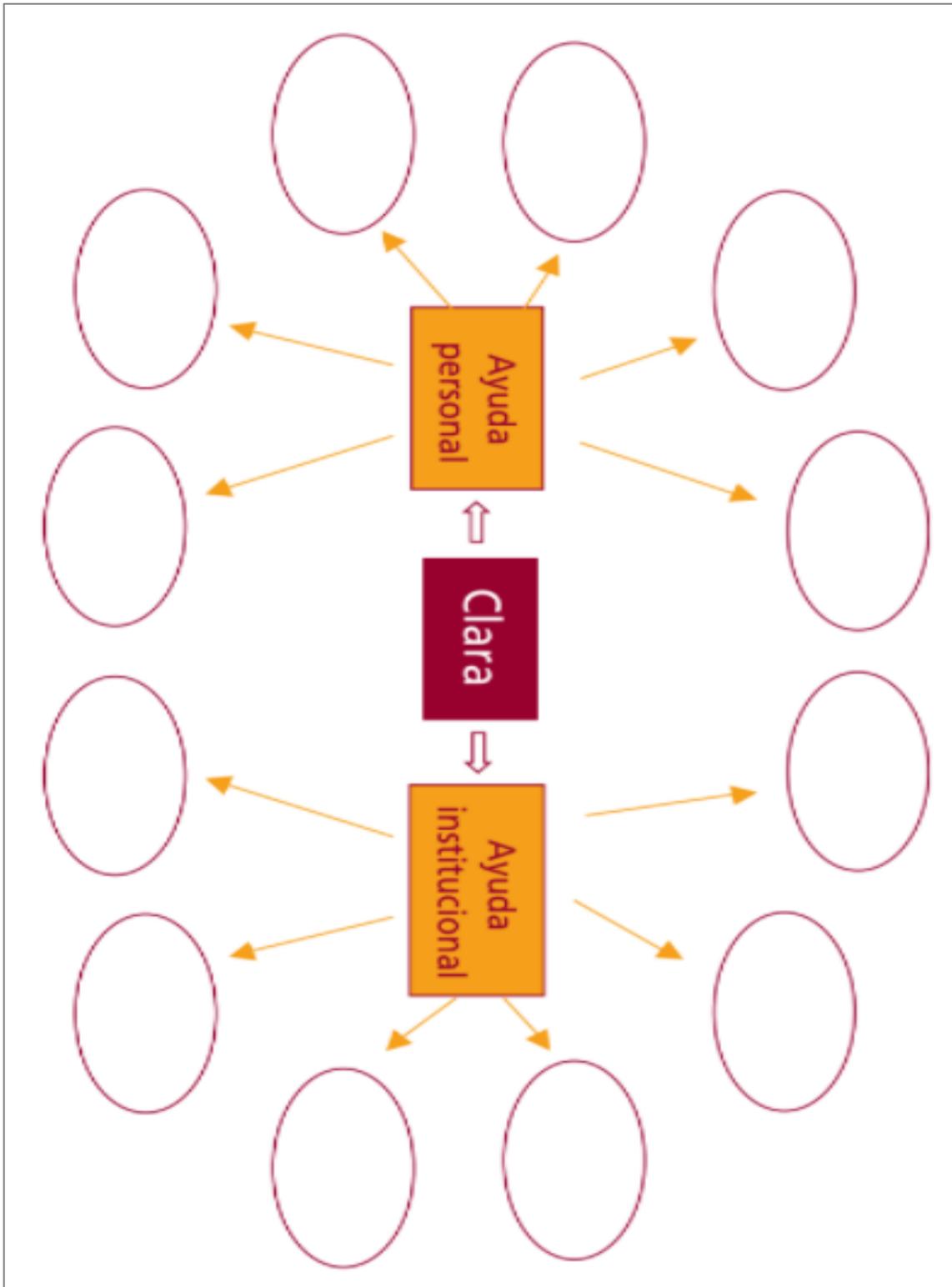
Los participantes realizarán el registro en la hoja “Compromiso personal” (ver Anexo 5 “Compromiso personal”), escribiendo en la primera columna el compromiso que desean conseguir y en la siguiente sesión rellena la segunda columna con el grado de cumplimiento que han conseguido: total, medio o bajo grado de cumplimiento.

Actividad 5. Recuerda

La persona facilitadora para finalizar la sesión propondrá a los y las participantes una actividad de síntesis de los aspectos más importantes trabajados durante la sesión, con la finalidad de ayudar a recordar y sintetizar las ideas claves (Anexo 6 “Recuerda”).

	VERDADERO	FALSO
Las personas solo debemos tener apoyos en las personas, no en los profesionales de los servicios o instituciones		✓
Existen apoyos que nos hacen sentir bien y otros que nos hacen sentir mal	✓	
El apoyo del colegio y la policía no es un apoyo, no sirve para nada		✓
Hay apoyos que son más importantes para nosotros y otros que son menos, pero todos pueden ser necesarios	✓	
Los apoyos online son más necesarios que los apoyos presenciales		✓
Es necesario tener en cuenta criterios de calidad para beneficiarse de forma segura con el apoyo online	✓	

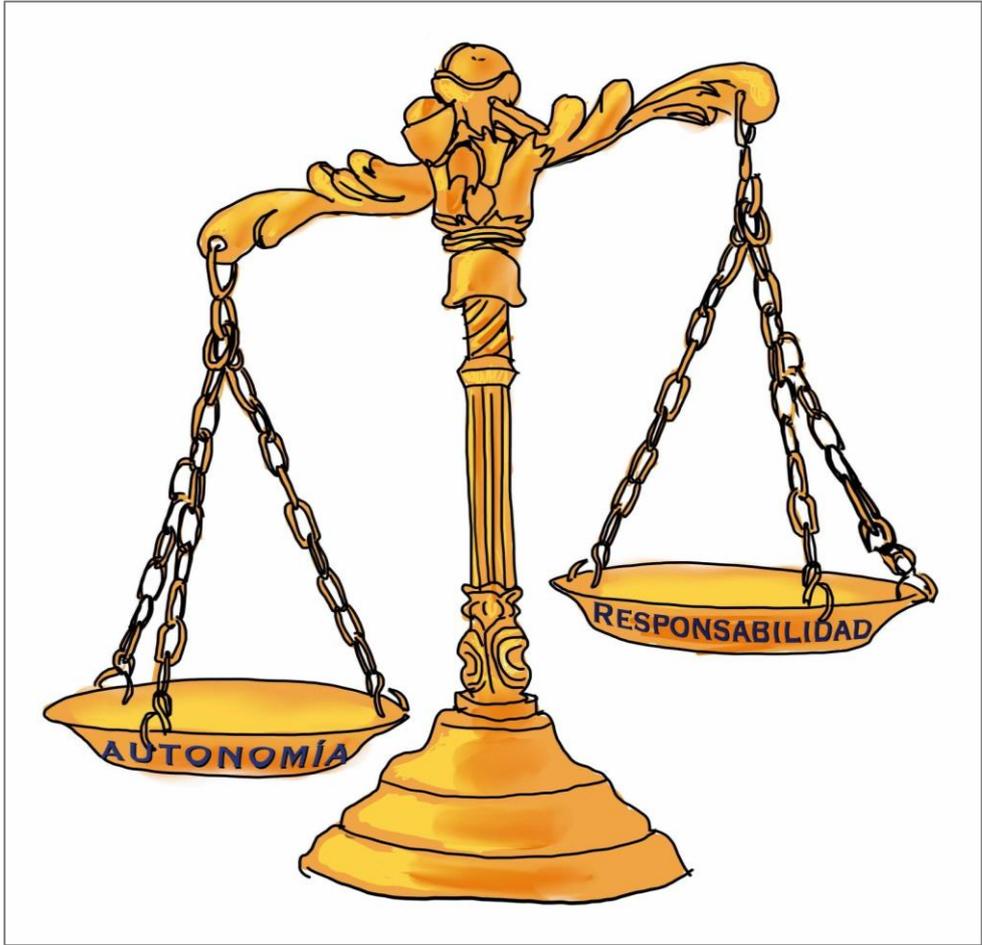
Anexo 1. Apoyo a Clara



Anexo 2. Ventajas del apoyo presencial y a distancia

APOYO PRESENCIAL	APOYO A DISTANCIA
Está condicionado a que este accesible la persona a la que acudimos	Podemos obtener apoyo en cualquier momento del día y lugar
El círculo de personas es más limitado, así como los temas de los que pueden informarnos	Podemos acceder a personas muy diferentes que puedan aportarnos cosas nuevas
Nos presentan los modelos familiares que ya conocemos porque están en nuestro entorno próximo	Nos presentan otros modelos familiares sobre los que no tenemos experiencia, incluso de otros países y culturas
La persona que nos ayuda puede no haber vivido las circunstancias que nos preocupan	Podemos recibir ayuda de personas que nos sirvan de guía porque están pasando por las mismas circunstancias
Tenemos que identificarnos	Nos garantizan cierto anonimato

Anexo 3. La balanza



Anexo 4. Criterios de calidad éticos y de contenido

CRITERIOS ÉTICOS	CRITERIOS DE CONTENIDO
Autoría: indica quién ha escrito la información que está en la página web, blog, etc.	Igualdad de Género: El lenguaje denota un trato igualitario en la tarea parental entre mujeres y hombres.
Privacidad: declara respetar la privacidad y confidencialidad de los datos de las personas que visitan el recurso web.	Diversidad familiar: Hacen referencia a formas diversas de familia.
Atribución: la información de que dispone está claramente respaldada por referencias al origen de dichas informaciones.	Rol Parental: El lenguaje denota un trato igualitario en la tarea parental entre hijos e hijas
Justificabilidad: indica claramente los beneficios de cualquier recomendación o asesoramiento de expertos, respaldando la información con evidencias científicas.	Prácticas parentales: Hace referencia a una variedad de prácticas: comunicación asertiva, negociación; tiempo fuera; retirada de privilegios, economía de fichas, reprimenda, recalcar la empatía, castigo físico.
Transparencia: proporciona información de los autores contando una dirección de correo electrónico u otra forma de contacto, y proporciona una respuesta rápida a las preguntas de los visitantes del recurso web.	Contenido educativo: Ofrece contenidos sobre: actividades escolares; juegos educativos; desarrollo evolutivo; problemas de conducta; salud familiar; innovación pedagógica; embarazo e infancia; nutrición familiar.
Revelación de la financiación: Se identifica claramente los fondos económicos o de patrocinio que apoyan el desarrollo del recurso web.	Recursos multimedia: Ofrece: vídeos; juegos online; noticias; escenas animadas
Política publicitaria: Se indica que el sitio no hospeda o recibe financiación por publicidad.	Herramientas de comunicación Correo electrónico; sala de chats; foros de discusión; Facebook; Twitter.

Anexo 5. Compromiso personal

Compromiso



Anexo 6. Recuerda

	VERDADERO	FALSO
Las personas solo debemos tener apoyos en las personas, no en los profesionales de los servicios o instituciones		
Existen apoyos que nos hacen sentir bien y otros que nos hacen sentir mal		
El apoyo del colegio y la policía no es un apoyo, no sirve para nada		
Hay apoyos que son más importantes para nosotros y otros que son menos, pero todos pueden ser necesarios		
Los apoyos online son más necesarios que los apoyos presenciales		
Es necesario tener en cuenta criterios de calidad para beneficiarse de forma segura con el apoyo online		

SESIÓN 3. Buscando apoyos para cada problema

Esta sesión tiene como objetivo conocer las ventajas de los distintos tipos de apoyo: dar apoyo en cuestiones concretas, ofrecer una información, escuchar y comprender sin juicios, sentirnos acompañados/as, que nos hacen sentir valiosos/as y aceptados/as. Todos ellos pueden ser importantes en un momento dado de nuestras vidas.

Para ello, se plantea a los/las participantes la pregunta de si los apoyos son útiles en todas las situaciones problemáticas, enfatizando el hecho de que no todas las personas los valoramos igualmente. Dependiendo de la situación en la que nos encontremos podemos considerar algunos apoyos positivos o negativos. También se trabajará en la necesidad de que cada participante descubra cuáles son los apoyos más útiles ante cada situación.

Objetivos

- Reflexionar sobre las diferencias que existen en los distintos tipos de apoyo.
- Profundizar sobre cómo podemos usar los diferentes apoyos en cada situación.

Actividades

- Actividad 1. ¿Quién vale? (35 minutos)
- Actividad 2. ¿Qué quiero yo? ¿Qué me das tú? (35 minutos)
- Actividad 3. Compromiso personal (10 minutos)
- Actividad 4. Recuerda (10 minutos)

Recursos

- Ordenador.
- Proyector.
- Vídeo 5. “¿Me gusta este apoyo?”
- Altavoces.
- Bolígrafos.
- Anexo 1. ¿Quién vale?
- Anexo 2. Compromiso personal.
- Anexo 3. Recuerda.

Actividad 1. ¿Quién vale?

Esta actividad tiene como objetivo que los/las participantes relacionen los problemas con las fuentes de apoyo disponibles que les pueden ser útiles en las distintas situaciones. Para ello, se trabajará de forma individual con un grupo de historias (anexo 1 “¿Quién vale?”) en las que una persona necesita apoyo, y se presentan diversas fuentes de apoyo alternativas para que seleccionen las que consideren más adecuadas para ese problema concreto.

Las personas participantes pueden marcar más de una fuente de apoyo para cada una de las historias, siempre que justifiquen sus respuestas.

Una vez hayan contestado a estas preguntas, la persona facilitadora les pide que en parejas compartan sus respuestas y las discutan explicando por qué han seleccionado cada una de las opciones, aclarando que no hay unas opciones más válidas que otras, sino que para cada persona y problema el apoyo útil puede ser diferente.

Situación 1. “Ana tiene dos hijos varones y trabaja como dependienta. Para cubrir sus gastos: alquiler, comida, transporte, gastos de los niños, etc. cuenta con el apoyo de su ex pareja que vive en el extranjero. La semana pasada tuvo un accidente de tráfico y para reparar el coche se necesitan dos semanas, no sabe cómo resolver el transporte de los hijos.

Situación 2. “Javier está cansado de soportar los problemas de delincuencia en su barrio desde hace unos meses: le han intentado robar por la calle, le han pinchado las ruedas del coche, han roto los cristales de los edificios, etc. Sara, su mujer, está muy preocupada, porque Javier está cada vez más molesto con esta situación y teme que pronto se enfrente a ellos, pero no sabe qué hacer para solucionarlo”.

Situación 3. “Pablo de 37 años y Marcos de 40 años tienen un hijo de 6 años. Marcos tiene a su padre con Alzheimer en una residencia en otra Comunidad Autónoma y se siente culpable y preocupado, porque no puede estar apoyando y nadie más puede hacerlo, ya que es hijo único. Esta situación también hace sentir mal a Pablo porque no sabe cómo ayudar a su pareja.”

Situación 4. “Carmen y Juan son inmigrantes colombianos y tienen tres hijos. El menor de ellos, Dani de 4 años, aún no habla, tiene problemas para relacionarse con otros, por lo que se está estudiando qué le puede pasar. Cada vez que su madre empieza a hacer las tareas de la casa u ofrece atención a alguno de los hermanos mayores, Dani llora, se pone agresivo, rompe cosas, se hace daño a sí mismo, con gran angustia. ¡Sus hermanos no eran así!, dice Carmen desconsolada. Carmen ya no sabe qué hacer, está desesperada, ya que cuando se acerca a él descuida a sus dos

hijos mayores que también le piden atención; en cambio, Juan cree que son celos normales entre hermanos y ya se le pasará.

Ver listado de fuentes de apoyo Anexo 1 “¿Quién vale?”

Al finalizar esta actividad la persona facilitadora dirigirá la reflexión sobre la importancia de realizar un análisis de las fuentes de apoyo a las que podemos recurrir en las situaciones diarias, evitando sobrecargar las mismas personas, repartiendo la petición de ayuda o propiciando el apoyo de nuevas fuentes.

Actividad 2. ¿Qué quiero yo? ¿Qué me das tú?

La persona facilitadora presentará los vídeos de esta sesión y facilitará el debate del grupo tras la visión de cada uno de los vídeos. Es importante que la reflexión ahora se centre en la calidad del apoyo.

En el primer vídeo nos encontramos en una Escuela Infantil donde se está desarrollando una reunión de padres con la profesora tutora del curso. Nos encontramos en la situación de una petición de ayuda en el contexto formal (a una profesional del Centro Escolar). Al final de la reunión una madre plantea el tema de la dificultad de conseguir que su hijo de 3 años acceda a recoger sus juguetes en casa. El tema es de interés común y varios padres y madres entran en el debate ofreciendo su personal visión y exponen su práctica. Finalmente, la tutora ofrece una pauta que usa en clase y que le ha servido, dejando entrever que en casa también se podría probar con esta estrategia.

Reflexión:

Tras este vídeo la persona facilitadora propiciará una reflexión o debate analizando la calidad de las distintas respuestas ofrecida por los padres y madres. Como se puede observar hay distintos enfoques y estrategias. Un padre (sistema de apoyo informal como grupo de iguales) y la profesora (sistema de apoyo formal) sugieren una estrategia compartida que parece ser más adecuada al desarrollo infantil. En el caso de la profesora se observa que el cambio viene de transformar algo aparentemente aburrido en un reto divertido.

En el vídeo que analizaremos en la segunda historia nos encontramos en el contexto del apoyo informal (vecinos de casa, familiares). Un padre está cocinando y al mismo tiempo atendiendo a sus dos hijos, inesperadamente lo llaman del trabajo para una emergencia. Tiene que volver al trabajo y no sabe con quién dejar a los dos niños en el tiempo necesario para solventar el trabajo. El padre apresurado por la emergencia realiza varios intentos de petición de ayuda que no

consiguen resolver su necesidad, en último recuerda que su hermano podría ser un apoyo y efectivamente responde a su necesidad.

Reflexión:

Tras este vídeo la persona facilitadora propiciará una reflexión o debate analizando la calidad de las distintas respuestas ofrecida a este padre. Por una parte, se ve que está solo y que no puede rechazar la petición del jefe por miedo a perder el trabajo o por compromiso con su empresa. Acude a los vecinos, pero una que parece que normalmente lo ayuda en este momento no puede y otra vecina no está en casa. Finalmente, la situación lo lleva en pensar que a lo mejor podría acudir su hermano, el cual finalmente le responde que sí. A veces en nuestra red de apoyo acudimos a las mismas personas de siempre, no caemos en la posibilidad que puede haber alguien que nos podría ayudar con mucho gusto. También el debate se queda abierto a reflexionar sobre qué hubiera pasado si el tío no le dijera que sí, hay personas que cuentan con una red de apoyo muy escasa. Es importante hacer todo lo que podemos para cuidar las relaciones a nuestro alrededor y brindar nuestra ayuda a quien vemos más en dificultad. La cooperación entre padres y madres o vecinos de casa ha existido desde siempre, aunque en esta época de mayor individualismos y miedos se hace más complicado.

Para facilitar el debate la persona facilitadora planteará al grupo una serie de preguntas para que contesten individualmente:

- ¿Todas las personas pueden ayudarme ante cualquier problema?
- ¿Es importante quién es la persona que me está apoyando?
- ¿Me apoyo siempre en las mismas personas en problemas similares?
- ¿Hay personas que me podrían ayudar, pero yo no les pido ayuda?

Actividad 3. Compromiso personal

La persona facilitadora pedirá a los/las participantes que elijan una situación y que reflexionen a lo largo de la semana cuál creen que sería para ellos/as el mejor apoyo posible ante esa situación determinada.

En la siguiente sesión, se retomará este aspecto y se comentarán en grupo las dificultades, las ideas y las observaciones que han surgido a lo largo de la semana.

Los y las participantes realizarán el registro en la hoja “Compromiso Personal” (anexo 2), escribiendo en la primera columna cada uno de los apoyos que suele solicitar, determinado ante

que situaciones y en la siguiente sesión determinar la frecuencia en la que la ha solicitado durante la semana.

Actividad 4. Recuerda

Para finalizar la sesión, la persona facilitadora propondrá a los/las participantes una actividad de síntesis de los aspectos más importantes trabajados durante la sesión, con la finalidad de ayudar a recordar y sintetizar las ideas claves (Anexo 3 “Recuerda”).

	VERDADERO	FALSO
Cualquier persona puede ayudarme ante cualquier problema.		✓
Hay que pensar detenidamente para qué problemas me sirve cada uno de los apoyos que tengo.	✓	
El colegio no es un apoyo útil en ningún caso.		✓
Ante un mismo problema, lo más útil es probar todos los apoyos, a ver cuál es el que funciona.		✓
Es importante quién me está apoyando, no sólo que me apoye.	✓	
Pedir apoyo es algo normal, no debería generar vergüenza.	✓	

Anexo 1. ¿Quién vale?

FUENTE DE APOYO	Historias <i>Marcar con una X lo que proceda</i>			
	1	2	3	4
Mi madre o mi padre				
Una hermana o hermano				
Otro familiar				
Un/a amigo/a				
Un vecino/a de casa				
El Centro Escolar				
El Centro de Salud				
Servicios Sociales				
La empresa dónde trabajo				
ONG (Cáritas, Cruz Roja, Plena Inclusión...)				
La parroquia u otro centro religioso				
La policía				
La residencia de Mayores o Centro de día				
Un/a especialista (psicólogo/a, educador/a social, trabajador/a Social, médico, etc.)				
Apoyo online, especificar:				
Otro:.....				

Anexo 2. Compromiso personal

Compromiso					
Apoyos	Nada	Poco	Algo	Bastante	Mucho

Anexo 3. Recuerda

	VERDADERO	FALSO
Cualquier persona puede ayudarme ante cualquier problema.		
Hay que pensar detenidamente para qué problemas me sirve cada uno de los apoyos que tengo.		
El colegio no es un apoyo útil en ningún caso.		
Ante un mismo problema, lo más útil es probar todos los apoyos, a ver cuál es el que funciona.		
Es importante quién me está apoyando, no sólo que me apoye.		
Pedir apoyo es algo normal, no debería generar vergüenza.		

SESIÓN 4. Tejiendo redes: cómo utilizar los apoyos sociales de mi entorno

Esta sesión tiene como objetivo principal fomentar la utilización de los recursos sociales, conociendo los recursos que se encuentran disponibles en este entorno concreto, destacando su importancia y utilidad.

Objetivos

- Explorar los recursos que tienen en su entorno.
- Conocer dónde se encuentran los diversos recursos disponibles.
- Conocer la utilidad de cada uno de los recursos disponibles.

Actividades

- Actividad 1. Localizando recursos (20 minutos)
- Actividad 2. ¡Estás ahí! (50 minutos)
- Actividad 3. Compromiso personal (10 minutos)
- Actividad 4. Recuerda (10 minutos)

Esta sesión se podría dividir en dos, dependiendo de la disponibilidad de recursos de cada barrio o ciudad.

Recursos

- Mapa del barrio o ciudad.
- Papel.
- Lápices.
- Marcadores fluorescentes.
- Anexo 1. Compromiso personal.
- Anexo 2. Recuerda.

Antes de comenzar esta sesión la persona facilitadora debe conseguir un plano claro y amplio del barrio o ciudad en el que se está desarrollando el programa y tener tantas copias como participantes haya.

Actividad 1. Localizando recursos

Los entornos juegan un papel importante a la hora de criar a nuestros/as hijos/as. En el proceso de crianza contamos con los recursos de los que disponemos en nuestra casa, pero sabemos que estos se extienden más allá según el contexto en el que vive la familia. Podemos contar con parques, estaciones de transporte, disponibilidad de centros de ocio, educativos, etc.

Con el fin de mejorar nuestra percepción sobre los recursos de los que disponemos, la persona facilitadora entregará un mapa del barrio, pueblo o ciudad para marcar en él los recursos de que dispone este lugar en concreto. Señalará, si los hubiese: parques, ludotecas, centros de salud, asociación de vecinos, centros de la tercera edad, centros deportivos, asistencia social, guarderías, colegios, etcétera.

Al comenzar la sesión, la persona facilitadora pedirá a cada participante que marquen con diferentes colores aquellos recursos que conocen de color verde, con naranja lo que conozcan, pero no usan, y los que no conocen de color rojo.

A continuación, se formará un grupo de 4 personas y compartirán información al respecto, destacando los recursos que conocen y los que no. la persona facilitadora.

Actividad 2. ¡Estás ahí!

Una vez que las personas participantes hayan compartido los recursos de los que disponen en el contexto, la persona facilitadora proyectará un mapa del entorno analizado. Por ejemplo, a través de la plataforma Google Maps o Google Earth. Es importante que la persona facilitadora se haya descargado esta herramienta antes de iniciar la dinámica para tener más funciones a utilizar. Una vez se han señalado todos los recursos que se encuentran en nuestro entorno, los padres y las madres llevan de ruta a la persona formadora para que conozca su barrio, pueblo o ciudad. Esta actividad facilita que todo el grupo pueda conocer los recursos y cuál es la utilidad que le están dando.

La ruta se realizará pasando por todos los lugares que se han señalado en el mapa, deteniéndose en cada uno de ellos, donde la persona facilitadora planteará las siguientes preguntas para que vayan contestando quienes lo conocen, explicando al resto del grupo su opinión:

- ¿Conocía yo antes este recurso?
- ¿Lo he utilizado alguna vez?
- Si la respuesta a la anterior pregunta es “no”, ¿por qué no he utilizado este recurso? ¿Qué barreras u obstáculos tengo para utilizarlo?
- Si la respuesta a la pregunta 2 es “sí”, ¿me ha sido útil este recurso?
- ¿En qué situaciones podría resultar útil este recurso a cualquier persona?

Una vez que hayan contestado a las preguntas se continúa el recorrido hacia el siguiente recurso.

Actividad 3. Compromiso personal

Una vez terminada la sesión, las personas que participan en la actividad reflexionarán sobre cuáles recursos han descubierto, así como aquellos que les haya sorprendido y de los que hayan adquirido nuevos conocimientos. Se les sugerirá que se comprometan a visitar algunos de estos recursos a lo largo de las siguientes semanas para informarse de las prestaciones que tienen de primera mano.

Las personas participantes realizarán el registro en la hoja “Compromiso Personal” (Anexo 1), escribiendo en la primera columna el compromiso que desean conseguir y en la siguiente sesión rellena la segunda columna con el grado de cumplimiento que han conseguido: total, medio o bajo grado de cumplimiento.

Actividad 4. Recuerda

Para finalizar la sesión, la persona facilitadora propondrá a los/las participantes una actividad de síntesis de los aspectos más importantes trabajados durante la sesión, con la finalidad de ayudar a recordar y sintetizar las ideas claves (anexo 2 “Recuerda”).

	VERDADERO	FALSO
En mi barrio no hay ningún recurso.		

	VERDADERO	FALSO
Cuando no utilizo algún recurso es porque no funciona bien.		
Me produce mucha satisfacción conocer a personas que puedan apoyarme cuando tengo un problema.		
En mi barrio/pueblo/ciudad hay recursos que no conozco y no uso		
En mi barrio/pueblo/ciudad hay recursos a los que me gustaría ir, pero no son accesibles		
En mi barrio/pueblo/ciudad hay recursos que están muy restringidos		

Anexo 1. Compromiso personal

Compromiso



Anexo 2. Recuerda

	VERDADERO	FALSO
En mi barrio no hay ningún recurso.		
Cuando no utilizo algún recurso es porque no funciona bien.		
Me produce mucha satisfacción conocer a personas que puedan apoyarme cuando tengo un problema.		
En mi barrio/pueblo/ciudad hay recursos que no conozco y no uso		
En mi barrio/pueblo/ciudad hay recursos a los que me gustaría ir, pero no son accesibles		
En mi barrio/pueblo/ciudad hay recursos que están muy restringidos		



Financiado por
la Unión Europea
NextGenerationEU



Fin del programa:

Como fin del programa se puede organizar una fiesta entre participantes y personas facilitadoras.

¡Felicidades a quienes nos han acompañado hasta el final!

