

CaixaProinfancia

Atención integral
a mujeres e hijos e hijas víctimas
de violencia de género

Adaptación del programa

«Aprender juntos, crecer en familia»



Obra Social "la Caixa"

Atención integral
a mujeres e hijos e hijas víctimas
de violencia de género

Adaptación del programa

«Aprender juntos, crecer en familia»

DIRECTOR:
Pere Amorós, Universidad de Barcelona

AUTORES:
Universidad de Barcelona
Pere Amorós
Núria Fuentes
Ainoa Mateos
Crescencia Pastor

Universidad de La Laguna
M.^a José Rodrigo
Sonia Byrne

Universidad de Lleida
M. Àngels Balsells

Universidad de Las Palmas de Gran Canaria
Juan Carlos Martín
Mónica Guerra

Medios audiovisuales:
DIRECTOR DEL PROYECTO:
Pere Amorós

GUIÓN Y COORDINACIÓN DE LOS VÍDEOS:
M. Àngels Balsells
Sonia Byrne
Núria Fuentes
Mónica Guerra
Ainoa Mateos
Juan Carlos Martín
Crescencia Pastor
M.^a José Rodrigo

REALIZACIÓN Y MONTAJE:
Olga Giralt

AYUDANTE DE REALIZACIÓN Y CÁMARA:
Isbac Caralt

SUBTITULACIÓN:
Moisés Ojeda

VOZ EN OFF:
Megui Cabrera

EDICIÓN:
Fundación Bancaria “la Caixa”

CORRECCIÓN:
Caplletra

DISEÑO GRÁFICO, MAQUETACIÓN:
Cèl·lula, Acció Creativa

ILUSTRACIÓN:
Imma Itxart

IMPRESIÓN:
Gràfiques Ortells, S.L.








© de los textos, autoras y autores
© de la edición, Fundación Bancaria “la Caixa”, 2018
Pl. Weyler, 3 – 07001 Palma
D. L.: B 24086-2018

Atención integral
a mujeres e hijos e hijas víctimas
de violencia de género
Adaptación del programa
«Aprender juntos, crecer en familia»



Obra Social "la Caixa"

Índice

1.	Fundamentación teórica de las sesiones seleccionadas del programa «Aprender juntos, crecer en familia»	9
2.	Indicaciones prácticas para la intervención conjunta con madres e hijos e hijas	19
3.	Evaluación	25
4.	Selección y adaptación de las actividades del programa «Aprender juntos, crecer en familia»	29
4.1.	Presentación de las sesiones	31
	Sesión 1: Aprendemos a comunicarnos en familia	39
	Para madres	41
	Actividad 1. Cultivamos la comunicación	44
	Ficha 1. El desarrollo de una planta 	47
	Ficha 2. La flor 	48
	Actividad 2. La travesía a la adolescencia	49
	Ficha 3. La casa encantada 	50
	Ficha 4. Llenamos los tanques del barco 	54
	Para hijos e hijas	56
	Actividad 1. El aprobado de Pedro	58
	Ficha 1. El aprobado de Pedro 	59
	Actividad 2. Te quiero decir...	62
	Ficha 2. Modelo de marioneta para dramatización 	64
	Ficha 3. Mano tendida y mano cerrada 	65
	Para familias	66
	Actividad 1. Los globos de la comunicación	69
	Actividad 2. Me pongo en tu piel	71

Ficha 1. Tareas domésticas ▢ _____	72
Ficha 2. Tarjetas de estrategias para los hijos e hijas ▢ _____	75
Ficha 3. Tarjetas de estrategias para las madres ▢ _____	77
Ficha 4. Compromisos para casa ▢ _____	81
Sesión 2: Mostramos afecto en familia _____	83
Para madres _____	85
Actividad 1. Un niño o niña por descubrir _____	87
Ficha 1. Puzle 1 ▢ _____	89
Ficha 2. Puzle 2 ▢ _____	90
Ficha 3. Puzle 3 ▢ _____	91
Ficha 4. Piezas extras del puzle 2 ▢ _____	94
Actividad 2. Los padres y las madres sí importan _____	96
Para hijos e hijas _____	99
Actividad 1. ¿Qué haces por mí? _____	102
Ficha 1a. Viñetas 1, 2, 3 y 4 ▢ _____	105
Ficha 1b. Viñetas 5, 6, 7 y 8 ▢ _____	106
Ficha 1c. Viñetas 9 y 10 ▢ _____	107
Actividad 2. ¿Cómo soy? _____	108
Ficha 2. La historia de Jaime ▢ _____	110
Para familias _____	111
Actividad 1. Yo te doy, tú me das _____	113
Ficha 1. Demostraciones de afecto para madres ▢ _____	116
Ficha 2. Demostraciones de afecto para hijos e hijas ▢ _____	117
Ficha 3a. Viñetas 1 y 2 ▢ _____	118
Ficha 3b. Viñetas 3 y 4 ▢ _____	119
Ficha 3c. Viñetas 5 y 6 ▢ _____	120
Ficha 3d. Viñetas 7 y 8 ▢ _____	121
Ficha 3e. Viñetas 9 y 10 ▢ _____	122
Actividad 2. Uno + uno = infinito _____	123
Ficha 4. Compromisos para casa ▢ _____	126

Sesión 3: Educamos a nuestros hijos e hijas	127
Para madres	129
Actividad 1. El semáforo de la educación	132
Ficha 1. El semáforo de la educación	135
Actividad 2. Todos juntos es más fácil	136
Para hijos e hijas	140
Actividad 1. Edu, el superhéroe	143
Ficha 1. La historia de Edu	144
Actividad 2. La fábula de los tres cerditos	149
Ficha 2. Los tres cerditos	151
Para familias	159
Actividad 1. El concurso de las normas	162
Ficha 1. Las mil y una normas	165
Actividad 2. ¿Qué hacemos este domingo?	166
Ficha 2. Los personajes de la familia	168
Ficha 3. Compromisos para casa	170
Sesión 4: Disfrutamos juntos en familia	171
Para madres	173
Actividad 1. ¿A qué juegan nuestros hijos e hijas?	176
Ficha 1. ¿A qué juegan nuestros hijos e hijas?	178
Ficha 2. Características de los niños y niñas y tipos de juegos	179
Actividad 2. ¿Cómo podemos jugar toda la familia junta?	180
Ficha 3. Fantasía guiada: Un sábado por la tarde	181
Ficha 4. Aspectos para planificar el juego en familia	184
Para hijos e hijas	187
Actividad 1. Un, dos, tres, responda otra vez	189
Ficha 1. Tipos de juegos	191
Actividad 2. La familia Chuches juega junta	192
Ficha 2. La familia Chuches juega junta	193
Para familias	198
Actividad 1. La fiesta de las familias de colores	200
Ficha 1. ¿Cómo nos organizamos?	201

Fundamentación teórica de las sesiones seleccionadas del programa «Aprender juntos, crecer en familia»¹

¹ El contenido teórico que se presenta en este apartado responde a una selección del contenido teórico del programa «Aprender juntos, crecer en familia», por lo que su autoría corresponde a los autores del citado programa (Amorós et al., 2011). Para ampliar la información teórica, puede consultarse el programa original (presentación y características), disponible en <https://obrasociallacaixa.org/ca/pobreza-accion-social/pobreza/pobreza-infantil/publicaciones>



«Aprender juntos, crecer en familia» es un programa de la Obra Social "la Caixa" que tiene como objetivo potenciar el desarrollo de las capacidades de madres y padres para el cuidado y la educación de sus hijos e hijas, acompañarles en esta tarea y ofrecerles colaboración y consejo. En definitiva, su finalidad es contribuir al bienestar familiar a través del afecto, la comprensión y la comunicación. El programa va dirigido también a los niños y niñas, invitándoles a reflexionar sobre sus necesidades y conductas, y contribuyendo a su desarrollo desde el punto de partida de la familia, el núcleo básico que les permitirá consolidar su propio proceso de crecimiento y acceder a nuevas formas de relación con los demás. «Aprender juntos, crecer en familia» se plantea como una experiencia didáctica innovadora, con tres fases diferenciadas: sesiones dedicadas a las madres (en la versión original del programa, el grupo está constituido por padres y madres), sesiones para los hijos e hijas, y sesiones conjuntas destinadas a compartir experiencias, a poner en común puntos de vista, a comunicarse y a trabajar juntos para mejorar el diálogo y la convivencia.

¿Qué se pretende con este programa? En primer lugar, promover vínculos afectivos, estables y seguros que permitan a los niños y niñas crecer y desarrollar su autonomía. En segundo lugar, potenciar el papel de la familia en la transmisión de normas y valores, así como promover la idea de la responsabilidad compartida y el compromiso negociado entre los miembros de la familia. Que unos y otros aprendan a escuchar, a debatir y a argumentar sus opiniones. Otro de los objetivos del programa es contribuir a mejorar la organización familiar, el reparto de las labores a realizar (respetando la igualdad entre géneros), y favorecer el compromiso y el apoyo de los progenitores en las tareas de los hijos e hijas y en su adaptación al entorno escolar. Y, por último, facilitar que los miembros de la familia puedan vivir juntos los momentos de ocio, de forma saludable, utilizando los recursos que proporciona el entorno comunitario. Todas estas actuaciones contribuyen a subrayar los valores de la vida de familia y la importancia de que exista una buena relación entre sus miembros con vistas a crear un ambiente favorable para el desarrollo personal de las niñas y niños.

Aprendemos a comunicarnos en familia

La comunicación es uno de los aspectos más importantes en el condicionamiento del contexto familiar, donde define el tipo de relación e interacción que se establece entre los miembros de la familia. En los primeros años de vida, debido a la gran dependencia que los menores tienen de sus progenitores, la interacción es muy intensa. Pero a medida que van creciendo, ya en la etapa que nos ocupa, los padres y madres empiezan, entre otras acciones educativas, a promover la autonomía de sus hijos e hijas.

Para algunos padres y madres, la etapa entre 6 y 12 años supone cierta relajación de las funciones parentales, pues los niños y niñas ya son más autónomos. Sin embargo, es necesario mantener un grado de comunicación elevado durante esta etapa, próxima a la adolescencia.

La familia es la principal fuente de apoyo para sus miembros, y en ella la comunicación juega un papel determinante en cuanto a recibir y dar ayuda. Por eso, la accesibilidad, la disponibilidad y la escucha activa son condiciones que favorecen el encuentro y la comunicación, al fomentar la cohesión y el buen ambiente familiar.

No debemos entender la comunicación familiar solo como un medio para conocer más lo que hacen, piensan o sienten nuestros hijos, ya que también puede, entre otras consecuencias, tener una influencia positiva en su autoconcepto, convirtiéndose así en un factor de protección (Estévez *et al.*, 2007). La comunicación familiar, y especialmente el tipo de relación que se establece entre los progenitores y sus hijos e hijas, influye en otros contextos, como el educativo y el social.

A comunicar se aprende comunicando. Esto significa que es importante tener en cuenta los estilos de socialización de los progenitores. Los padres y madres son un referente para sus hijos e hijas, y unos y otros imitan la forma que tienen de comunicarse.

En resumen, los adultos tienen, entre otras, una tarea parental muy importante, la de generar todo tipo de oportunidades para que sus hijos e hijas pongan en juego todas sus capacidades, y que, a la vez, faciliten la adquisición de aquellos recursos que contribuyan a su desarrollo y su educación con vistas a superar con garantías las distintas transiciones vitales que les quedan por afrontar (Rodrigo *et al.*, 2010a; Rodrigo *et al.*, 2008).

Mostramos afecto en familia

La necesidad de afecto es una de las características básicas del ser humano, junto con las necesidades físicas, cognitivas y sociales (López, 2008). En su primera y segunda infancia, el ser humano es especialmente vulnerable, ya que la satisfacción de sus necesidades básicas depende de la presencia de un cuidador adulto. Si analizamos detalladamente la satisfacción de las necesidades afectivas en los menores por parte de los adultos, comprobaremos que esta se ve facilitada por un proceso de vinculación, de profundas raíces biológicas, del niño con sus cuidadores. Nos referimos al proceso de apego (Bowlby, 1980, 1982). Tanto las conductas de apego de niños y niñas como las respuestas de las personas cuidadoras ante las mismas son determinantes en la generación de distintos patrones de vinculación afectiva.

En este sentido, Ainsworth *et al.* (1978) identificaron tres patrones básicos de apego en la infancia, seguro, evitativo y resistente, en función de la calidad de la interacción madre-hijo. Posteriormente, se identificó un cuarto patrón de apego, el desorganizado, que se relaciona principalmente con experiencias de inseguridad extrema y maltrato infantil (Main y Solomon, 1986).

En la segunda infancia, los niños y niñas presentan respuestas más elaboradas a las ausencias de sus cuidadores y pueden sentirse apegados a varias figuras (progenitores, abuelos, tíos, etc.). En suma, en todas las edades es fundamental el establecimiento de vínculos afectivos cálidos, protectores y estables en la familia, para que los menores se sientan aceptados y queridos.

Un apego seguro (relaciones basadas en la confianza y la seguridad con la persona cuidadora) facilita que los niños y niñas se sientan valiosos y queridos. Por el contrario, los apegos inseguros o ansiosos (relación de desconfianza acerca de la disponibilidad emocional de la persona cuidadora) se manifiestan en dudas y angustias de los niños y niñas ante la valía personal, al no sentirse queridos de forma incondicional.

Atendiendo a la importancia de estos primeros vínculos de apego y a su influencia en el desarrollo posterior, resulta necesaria una intervención para la promoción de vínculos seguros en el núcleo familiar que favorezcan el desarrollo integral de los menores y sienten las bases de relaciones futuras sanas y equilibradas. En este sentido, es vital crear en la familia un espacio de afecto, confianza y seguridad, y asegurar el fortalecimiento continuado de los vínculos familiares de apego a lo largo del desarrollo.

Educamos a nuestros hijos e hijas

Las prácticas educativas que se establecen en la dinámica familiar constituyen una parte fundamental de la resiliencia parental y de la capacidad para ejercer una parentalidad positiva (Amorós *et al.*, 2010). Desde ambos puntos de vista, las prácticas educativas tienen como objetivo establecer límites y normas a los hijos e hijas para orientar su comportamiento, así como para generar de forma paulatina la adquisición e interiorización de valores prosociales como la autonomía, el respeto y la tolerancia. Por lo tanto, cuando se habla de relaciones educativas es necesario abordar tanto el contenido de esas relaciones (qué normas y qué valores) como el modo de establecerlas (a través del pacto, de forma autoritaria, etc.).

Maccoby y Martin (1983) establecieron cuatro estilos educativos distintos basados en la combinación de dimensiones fundamentales, como el grado de control, el clima afectivo o la comunicación bidireccional o unidireccional entre padres y madres e hijos e hijas. Los estilos que definieron fueron los siguientes: *a*) estilo de autoridad recíproca; *b*) estilo autoritario-represivo; *c*) estilo permisivo-negligente; y *d*) estilo permisivo-indulgente.

Desde este enfoque, existe un discurso centrado en entender que los padres tienen una forma de educar concreta e independiente de los contextos sociales y de las características de sus hijos e hijas. Por el contrario, en la actualidad se interpreta que estas relaciones educativas no están determinadas única y exclusivamente por los progenitores, ya que estos y sus hijos e hijas son protagonistas activos e influyentes en la determinación de los valores y las normas que componen las dinámicas familiares.

Por lo tanto, esta nueva visión supone que, al hablar de relaciones educativas, se concibe a los hijos e hijas como sujetos activos que participan con sus opiniones y sus percepciones. Hart (1993) define esta participación como el proceso de compartir las decisiones que afectan a la propia vida y a la vida de la comunidad donde se vive. Y este proceso se produce en una constante interacción con los adultos como parte de un aprendizaje y una socialización mutuos. No obstante, no se debe confundir la participación infantil con una delegación de las funciones paternas. Fomentando una participación progresiva a través de un correcto establecimiento de las relaciones educativas, se camina hacia la autonomía de los menores, lo que favorecerá su capacitación, puesto que se potencia su percepción de que son agentes activos, competentes y capaces de cambiar las cosas e influir en los demás (Rodrigo *et al.*, 2010a, 2010b; Balsells, 2007).

Disfrutamos juntos en familia

En la sociedad actual, donde la conciliación familiar se erige en asunto de máximo interés, resulta imprescindible plantear estrategias para que las familias puedan compartir espacios de ocio de forma satisfactoria y saludable.

En este sentido, trabajar el ocio constructivo y compartido con las familias es fundamental, ya que se trata de un espacio importante para el desarrollo de hábitos saludables. El buen uso del ocio es un elemento que facilita el crecimiento personal, relacional, social y comunitario, así como una herramienta para lograr un mayor bienestar y una mejor calidad de vida.

Podemos distinguir dos tipos de ocio: ocio de diversión y ocio de satisfacción (Bofarull, 2005). El ocio de diversión sería un ocio pasivo, de resultados inmediatos, en el que el descanso y el entretenimiento juegan un importante papel (mirar la televisión, ir al cine, comer en familia, jugar en parques, etc.). El ocio de satisfacción se entiende como un ocio más activo. Pretende la realización personal y familiar de cada miembro de la familia. Este tipo de ocio, en ocasiones, requiere mayor esfuerzo que el de diversión, ya que precisa de continuidad y procesos de aprendizaje (actividades deportivas, culturales, asociativas, de voluntariado, etc.). Lo importante es combinar ocio de diversión y de satisfacción, ya que la familia se fortalece al compartir y aprender juntos.

Practicar el ocio familiar de forma constructiva aporta numerosos beneficios. Bofarull (2005) destaca, entre otros, los siguientes: *a*) personales: psicológicos (mejora y mantiene la salud mental, favorece el desarrollo y el crecimiento personal, y aporta satisfacción y apreciación personal) y psicofisiológicos (conlleva menos problemas físicos, menos consumo de alcohol y drogas, etc.); *b*) sociales y culturales (facilita la socialización y la vinculación familiar, ayuda a la prevención de problemas sociales en jóvenes en riesgo, aporta beneficios para el desarrollo personal y social de los menores y de la familia en general); *c*) económicos (desarrollar actividades en familia no tiene por qué ser costoso); y *d*) medioambientales (realizar actividades de ocio en la naturaleza o en la propia comunidad supone trabajar valores como el respeto por los recursos medioambientales, la protección del medio ambiente, etc.).

Son numerosos los recursos de ocio que pueden aprovechar las familias para disfrutar juntos. Además de conocer estos recursos, es necesario planificar el ocio para que resulte lo más satisfactorio posible.

En resumen, se trata de crear y fortalecer hábitos saludables y actividades de ocio constructivo con los iguales, empleando recursos en el entorno comunitario que permitan consolidar estilos de vida positivos. Para ello, es preciso conocer tipos de juegos y actividades de ocio apropiados a las distintas edades de los hijos

y los beneficios que aporta el juego, así como sensibilizarse y adquirir estrategias para compartir el juego y las actividades de ocio en familia de forma satisfactoria.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Ainsworth, M., Blehar, M. C., Waters, E. y Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.

Amorós, P., Fuentes-Peláez, N., Mateos, A., Pastor, C., Rodrigo, M. J., Byrne, S., Balsells, M. A., Martín, J. C. y Guerra, M. (2011). *Aprender juntos, crecer en familia*. Barcelona: Obra Social Fundación "la Caixa".

Amorós, P., Fuentes-Peláez, N., Molina, M. C. y Pastor, C. (2010). Le soutien aux familles et aux adolescents bénéficiant d'une action sur la promotion de la résilience. En *Bulletin de Psychologie*, 63(6), n.º 510, 429-434.

Balsells, M. A. (2007, abril). Orientaciones para promover acciones socioeducativas con familias en situación de riesgo social. En *Guía para la Gestión de Centros Educativos* (en línea), 4.ª actualización.

Bofarull, I. (2005). *Ocio y tiempo libre: Un reto para la familia*. Pamplona: Universidad de Navarra y Eunsa Ediciones.

Bowlby, J. (1980). *Attachment and Loss*. Nueva York: Basic Books.

Bowlby, J. (1982). *Attachment and Loss*. Vol. 1. Nueva York: Basic Books.

Estévez, E., Murgui, S., Moreno, D. y Musitu, G. (2007). Estilos de comunicación familiar, actitud hacia la autoridad institucional y conducta violenta del adolescente en la escuela. En *Psicothema*, 19, 108-113.

Hart, R. (1993). Action research: the critical role of children's environmental education in community-based sustainable development. En *Education for Development Bulletin*, 4, 2.

López, F. (2008). *Necesidades en la infancia y en la adolescencia: Respuesta familiar, escolar y social*. Madrid: Pirámide.

Maccoby, E. E. y Martin, J. A. (1983). Socialization in the context of the family: parent-child interactions. En E. M. Hetherington y P. H. Mussen (Ed.). *Socialization, personality and social development. Handbook of child psychology* (vol. IV, cap. 9, pp. 1-102). Nueva York: Wiley.

Main, M. y Solomon, J. (1986). Discovery of an insecure-disorganized/disoriented pattern. En T. B. Brazelton y M. Yogman (Ed.). *Affective development in Infancy* (pp. 95-124). Norwood, NJ: Ablex Publishing.

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

Rodrigo, M. J., Máiquez, M. L. y Martín, J. C. (2010a). *La educación parental como recurso psicoeducativo para promover la parentalidad positiva*. Madrid: Federación Española de Municipios y Provincias (FEMP) y Ministerio de Sanidad y Política Social. Recuperado de: <http://www.femp.es/files/566-964-archivo/Folleto%20parentalidad%202.pdf>

Rodrigo, M. J., Máiquez, M. L. y Martín, J. C. (2010b). *Parentalidad positiva y políticas locales de apoyo a las familias. Orientaciones para favorecer el ejercicio de las responsabilidades parentales desde las corporaciones locales*. Madrid: FEMP. Recuperado de: <http://www.femp.es/files/11-1608-fichero/folleto%20parentalidad%2021x24%20para%20web.pdf>

Indicaciones prácticas para la
intervención conjunta con madres
e hijos e hijas

2

Para promocionar el ejercicio de la parentalidad positiva de las mujeres y sus hijos e hijas de esta intervención integral, se han incorporado actividades de los siguientes módulos del programa «Aprender juntos, crecer en familia»: «Aprendemos a comunicarnos en familia» (comunicación familiar), «Mostramos afecto en familia» (afecto), «Educamos a nuestros hijos e hijas» (normas, límites y pautas educativas) y «Disfrutamos juntos en familia» (ocio compartido). Las actividades se han repartido en un total de cuatro sesiones de dos horas y 30 minutos cada una.

Las sesiones de parentalidad positiva de la intervención integral se han construido a partir de una selección de las actividades del programa «Aprender juntos, crecer en familia» (Amorós *et al.*, 2011).

“ Durante la primera hora de cada sesión se realizarán paralelamente la sesión para las madres y la sesión para los hijos e hijas. Es necesario contar con dos personas dinamizadoras para realizar las dos sesiones por separado.”

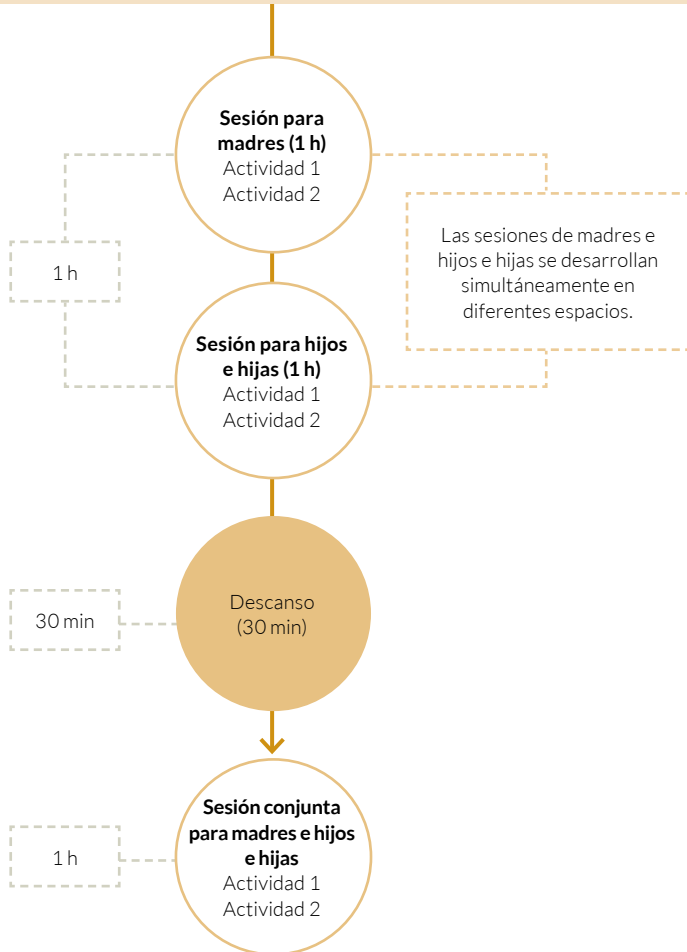
Después habrá un descanso de 30 minutos, durante el cual se ofrecerá, si es posible, un pequeño refrigerio.

“ En la segunda hora se llevará a cabo la sesión conjunta con ambos grupos (madres e hijos e hijas). Esta sesión de familia estará coordinada por las dos personas dinamizadoras de los respectivos grupos.”

Adaptación del programa «Aprender juntos, crecer en familia»

Duración de cada una de las sesiones: 2,5 horas

Sesión 1	Sesión 2	Sesión 3	Sesión 4
Aprendemos a comunicarnos en familia	Mostramos afecto en familia	Educamos a nuestros hijos e hijas	Disfrutamos juntos en familia



Buenas prácticas

Desde la evaluación del programa «Aprender juntos, crecer en familia» se han descubierto experiencias que pueden ser de utilidad como ejemplo de buenas prácticas.

- **Incluir actividades en familia fuera del espacio habitual de trabajo**

Uno de los equipos profesionales manifiesta lo positivo de agregar actividades de ocio al aire libre y la realización de excursiones conjuntas en las sesiones dedicadas a las familias, para interactuar en un espacio diferente al acostumbrado. Esta adaptación podría hacerse desde todos los equipos técnicos, adecuando los contenidos de las sesiones en cuestión al entorno donde se quisiese desarrollar la actividad.

- **Llevar a cabo una sesión 0 con toda la familia**

Alguna entidad trabaja una sesión 0 conjunta con la familia antes de empezar el programa, para aclarar las dudas previas que puedan tener las participantes con respecto a la intervención que se llevará a cabo, tanto con ellas como con sus hijos e hijas, disipando posibles incertidumbres anteriores al inicio del programa. Se intenta eliminar cualquier recelo que haya podido surgir en la explicación previa a la derivación por parte de otros recursos o servicios. También se las hace partícipes de los acuerdos en cuanto al funcionamiento de los grupos. Además, permite un primer acercamiento entre las personas participantes, y de estas con las técnicas encargadas del desarrollo del programa.

Algún ejemplo de desarrollo de esta sesión:

Se proporciona a las familias distintos tipos de materiales con los que plasmarán en papel el «cuadro de familia», a modo de presentación de sus miembros. Las técnicas presentarán el programa a través de esta técnica o de otra que se adapte al desarrollo de los contenidos a exponer.

Se explica el programa de forma sencilla y asequible. Con los menores se van a trabajar emociones, y con las madres se revisará el camino de la vida.

A continuación se exponen algunas citas extraídas de la evaluación:

«Les contamos... Con los niños vamos a trabajar emociones, reconocerlas, qué pasa cuando nos enfadamos, qué podemos hacer, maneras de sacar la rabia que son correctas. Y que tenemos que sacarla, pero hay otras formas que no son correctas, y también lo presentamos como algo agradable, lúdico. Vamos a jugar... Eso también hace mucho. Nuestra manera es de calidez y cercanía, hacer un ambiente cómodo y agradable para ellos.» (comentario de una profesional)

«A las mujeres les ponemos el símil del camino de la vida. Vamos a revisar nuestro camino de vida, dónde estuvimos, cómo somos y por qué somos ahora, y qué tiene que ver aquello que fuimos para ser lo que somos ahora y lo que queremos ser. Un poco como pasado, presente y futuro, y ver qué valores tenía yo cuando era pequeña, joven o hace tres años, y cuáles son los valores que quiero tener y transmitir a mis hijos, y que quiero trabajar en familia. Y toda la parte de gestión del conflicto, habilidades, empoderamiento, saber decir lo que quiero de una manera correcta y sana. En esta primera sesión de introducción no hablamos de su experiencia con su exmarido, nunca lo decimos.» (comentario de una profesional).

Evaluación

3

En la última sesión de la intervención integral, la 16, todos los participantes en el programa podrán compartir la experiencia vivida y expresar sus puntos de vista en una actividad grupal y lúdica.

Cuándo	Qué	Quién	Cómo
En la sesión 16	¿Qué conclusiones habéis extraído de las sesiones trabajadas conjuntamente con vuestros hijos e hijas?	Madres	En grupo
En la sesión 16	¿Qué es lo que más os ha gustado de las sesiones trabajadas conjuntamente con vuestras madres?	Hijos e hijas	En grupo

Selección y adaptación de las actividades del programa «Aprender juntos, crecer en familia»²

² Las actividades que se presentan en este apartado responden a una selección y/o adaptación de las actividades del programa «Aprender juntos, crecer en familia», por lo que su autoría corresponde a los autores del citado programa (Amorós *et al.*, 2011). Para disponer de las actividades originales y/o de la totalidad de actividades del programa «Aprender juntos, crecer en familia» pueden acceder a <https://obrasociallacaixa.org/ca/pobreza-accion-social/pobreza/pobreza-infantil/publicaciones>



4.1 Presentación de las sesiones

SESIÓN 1. Aprendemos a comunicarnos en familia

La **comunicación** es uno de los condicionantes más importantes del contexto familiar, ya que establece las interacciones entre los miembros de la familia. En la etapa evolutiva hacia la adolescencia, objeto de este programa, los progenitores suelen relajar la supervisión de sus hijos e hijas con respecto a la etapa anterior. Sin embargo, el hecho de que los niños y niñas tengan ahora algo más de autonomía no debe suponer perder de vista su evolución. Por ello, la presente sesión tiene especial sentido en este programa debido a la importancia de que las madres sigan manteniendo buenos niveles de comunicación con sus hijos e hijas, faciliten el conocimiento y el encuentro personal y lleven a cabo una correcta tarea de supervisión educativa.

La comunicación familiar no es únicamente un medio para conocer mejor lo que hacen, piensan o sienten nuestros hijos e hijas, sino que, entre otros efectos, puede tener una influencia positiva en el autoconcepto de aquellos, convirtiéndose en un factor de protección. Es más, algunos autores destacan incluso la comunicación familiar como una de las variables que con mayor frecuencia se relacionan con el equilibrio psicosocial de los menores.

Por ello, en esta sesión se presentan varias actividades que contribuyen a mejorar la supervisión y la comunicación con nuestros hijos e hijas.

Objetivo general

Desarrollar un clima de comunicación basado en la accesibilidad, la disponibilidad y la escucha activa de las madres, desde el punto de vista de los hijos e hijas, y el debate argumentado de las opiniones.

Competencias parentales

- Calidez y afecto en las relaciones y reconocimiento de los logros evolutivos alcanzados por los niños y niñas.
- Control y supervisión del comportamiento infantil gracias a la comunicación y el fomento de la confianza en sus buenas intenciones y capacidades.
- Adaptabilidad a las características del niño o niña.
- Autoeficacia parental. Percepción de las propias capacidades para llevar a cabo el rol parental.
- *Locus* de control interno. Percepción de las madres de que tienen control sobre sus propias vidas y capacidad para cambiar lo que deba ser cambiado de lo que ocurre a su alrededor.
- Acuerdo entre la pareja.
- Percepción adecuada del rol parental o marental.
- Implicación en la tarea educativa.
- Visión positiva de los hijos e hijas y de la familia.
- Asertividad.
- Habilidades sociales.
- Resolución de conflictos interpersonales (progenitores con hijos e hijas).

Competencias de los hijos e hijas

- Asumir normas sociales.
- Comprender los roles de los miembros de la familia, ayudar en casa, relacionarse bien con los hermanos y hermanas, reconocer las distintas formas de familia, desarrollar lazos apropiados de afecto.
- Controlar los impulsos, manejar las emociones negativas, ser perspectivista, tener expectativas positivas, evaluar con realismo las situaciones y afrontarlas positivamente.

Actividades

Madres:

- Cultivamos la comunicación
- La travesía a la adolescencia

Hijos e hijas:

- El aprobado de Pedro
- Te quiero decir...

Familias:

- Los globos de la comunicación
- Me pongo en tu piel

SESIÓN 2. **Mostramos afecto en familia**

Todas las personas, en especial los niños y niñas, tenemos necesidades de distintos tipos, que son satisfechas, en mayor o menor medida, por las personas que nos rodean. Entre estas necesidades, las afectivas se encuentran entre las más difíciles de identificar, ya que constituyen estados internos que pueden no ser evidentes para los demás.

Sin embargo, no por ser menos evidentes son menos importantes, pues la satisfacción de las necesidades afectivas juega un papel fundamental en las conductas y las relaciones que establece el niño, tanto en la infancia como en etapas futuras. Estas manifestaciones de afecto deben modificarse y adaptarse a la edad de los menores, proporcionándoles un puente que les permita desarrollarse plenamente desde la infancia hasta la vida adulta.

La calidad de estos vínculos afectivos influye decisivamente en la autoestima y el autoconcepto de los niños y niñas, de modo que afecta directamente a las relaciones que establecen con los miembros de la familia, con los hermanos y hermanas, con los amigos y amigas e, incluso, con sus futuras parejas. Por esa razón, se hace imprescindible proporcionar a los menores un entorno seguro y estable, en el que puedan desarrollarse plenamente, sintiéndose queridos y aceptados.

Objetivo general

Promover vínculos afectivos, estables y sanos entre madres e hijos, que permitan construir una plataforma segura para el desarrollo de la autonomía, según las características y las necesidades evolutivas de esta etapa de la vida.

Competencias parentales

- Calidez y afecto en las relaciones.
- Sensibilidad ante las necesidades de los menores.
- Responsabilidad ante el bienestar del niño o niña.
- Cogniciones centradas en el menor y sus necesidades.
- Relaciones con los iguales.

Competencias de los hijos e hijas

- Desarrollar lazos apropiados de afecto.
- Autocontrol.
- Habilidades de comprensión de uno mismo.
- Habilidades de relación interpersonal.
- Hacer amigos.
- Calidez y afecto en las relaciones.
- Sensibilidad ante las necesidades del otro.
- Valoración y compromiso familiar.

Actividades

Madres:

- Un niño o niña por descubrir
- Los padres y las madres sí importan

Hijos e hijas:

- ¿Qué haces por mí?
- ¿Cómo soy?

Familias:

- Yo te doy, tú me das
- Uno + uno = infinito

SESIÓN 3. Educamos a nuestros hijos e hijas

En esta sesión se abordan las prácticas educativas que se utilizan en el seno de la familia, basadas en los valores de corresponsabilidad, igualdad de género, respeto y reciprocidad, y que facilitan la creación de un entorno estructurado que favorezca la vida familiar. En la actualidad, se entiende que las prácticas educativas no están determinadas única y exclusivamente por los progenitores, sino que se establecen de forma interactiva, dinámica y dialéctica entre estos y sus hijos e hijas. Todos ellos son protagonistas activos e influyentes en la determinación de los valores y las normas que definen las dinámicas familiares. Esta nueva visión conlleva que, al hablar de prácticas educativas, abordemos como concepto clave la participación infantil: los niños y niñas como sujetos activos que participan, con sus opiniones y sus percepciones, en el establecimiento de las mismas.

Sin embargo, no se debe confundir la participación infantil con una delegación de las funciones paternas. Desde esta nueva óptica, la autoridad y el control parental siguen formando parte del rol de los padres. Estos deben ejercer una autoridad flexible y legitimada, en busca de acuerdos y de la comprensión y escucha de los puntos de vista de los hijos e hijas. Es una autoridad flexible a la participación infantil, basada en la comunicación, en el apoyo y en el afecto, pero también en la supervisión y el acompañamiento.

Objetivo general

Fomentar unas relaciones educativas en la familia que permitan adquirir normas y valores para guiar flexiblemente el comportamiento de los niños y niñas, negociar responsabilidades y establecer el seguimiento y la supervisión adecuados para su cumplimiento.

Competencias parentales

- Control y supervisión del comportamiento de los menores.
- Actitud ética ante la educación de los hijos e hijas.
- Educación en valores.
- Adaptabilidad a las características de los hijos e hijas.
- Fomento de la confianza.
- Acuerdo en la pareja.
- Percepción adecuada del rol parental o marental.
- Implicación en la tarea educativa.
- Responsabilidad ante el bienestar de los hijos e hijas.

Competencias de los hijos e hijas

- Habilidades para la participación y la toma de decisiones.
- Asertividad.
- Aceptación del rol parental.
- Implicación en la vida familiar.

Actividades

Madres:

- El semáforo de la educación
- Todos juntos es más fácil

Hijos e hijas:

- Edu, el superhéroe
- La fábula de los tres cerditos

Familias:

- El concurso de las normas
- ¿Qué hacemos este domingo?

SESIÓN 4. Disfrutamos juntos en familia

El **juego** está presente en todas las culturas y a todas las edades, pero principalmente en la infancia. El juego es una actividad libre, sin imposiciones, aceptada libremente. Es un elemento fundamental para el desarrollo social, afectivo, cognitivo y motriz de los niños y niñas, y presenta numerosos beneficios, como proporcionar placer y diversión, contribuir al desarrollo de la movilidad y la actividad física, constituir un instrumento para el aprendizaje, facilitar la relación con el entorno, y favorecer la transmisión de la cultura y la adaptación al mundo.

En cada edad, los niños y niñas tienen una manera particular de jugar, y utilizan un tipo de juego determinado. Existen numerosas clases de juegos: de ejercicio, de representaciones, de construcción, creativos, de reglas, etc.

A los niños y niñas les gusta jugar solos o con amigos, pero sobre todo les gusta jugar con su familia. A veces, las preocupaciones y las ocupaciones de los progenitores no facilitan compartir el juego con sus hijos e hijas, por lo que es necesario planificar los momentos lúdicos en familia para que los juegos resulten satisfactorios para todos. Pero, además del juego, otras actividades de ocio pueden realizarse de forma individual y en familia: las comprendidas en el ocio que podríamos denominar *de diversión*, como actividades de descanso y entretenimiento, o bien otras que podríamos denominar *de satisfacción*, que suponen mayor implicación, esfuerzo y aprendizaje.

Para poder realizar estas actividades, contamos con numerosos recursos en cualquier barrio o ciudad. Entre otros, encontramos parques, plazas, montaña o playa, o bien centros sociales o cívicos, centros abiertos, ludotecas, bibliotecas, pabellones de deportes, museos, etc. Todos estos espacios están a nuestra disposición; lo importante es conocerlos y saber cómo acceder a ellos.

Objetivo general

Crear y fortalecer hábitos saludables, actividades de ocio constructivo con los compañeros y el uso de recursos del entorno comunitario que permitan consolidar

estilos de vida positivos en los menores y en toda la familia, como factores de protección ante los posibles problemas de la adolescencia.

Competencias parentales

- Cogniciones centradas en el juego, en los niños y niñas, y en sus necesidades e intereses.
- Sensibilidad ante las necesidades de juego de los hijos e hijas.
- Percepción ajustada del rol parental o parental.
- Capacidad para elegir el tipo de juego adecuado a las características y edad de los hijos e hijas.
- Conocimiento de los distintos recursos de ocio de diversión y de satisfacción.
- Puesta en práctica de estrategias de ocio compartido.

Competencias de los hijos e hijas

- Capacidad para elegir el tipo de juego según sus características.
- Habilidades para el juego cooperativo.
- Conocimiento de los distintos recursos de ocio de diversión y de satisfacción.
- Puesta en práctica de estrategias de ocio compartido.

Actividades

Madres:

- ¿A qué juegan nuestros hijos e hijas?
- ¿Cómo podemos jugar toda la familia junta?

Hijos e hijas:

- Un, dos, tres, responda otra vez
- La familia Chuches juega junta

Familias:

- La fiesta de las familias de colores

Aprendemos
a comunicarnos
en familia

Sesión **1**

Sesión 1

Para madres

La **comunicación** es uno de los principales factores que condicionan las relaciones familiares. La convivencia diaria entre los miembros de la familia está llena de situaciones cotidianas que muestran qué tipo de comunicación se establece entre ellos. Un buen nivel de comunicación hace que se observe un clima de confianza y seguridad, relaciones basadas en el afecto en las que los miembros de la familia están disponibles y accesibles ante cualquier necesidad que se pueda presentar. Cuando nos comunicamos, expresamos nuestros puntos de vista, mostramos nuestros sentimientos buscando la complicidad de aquellos que nos quieren y están dispuestos a ofrecernos todo su apoyo. Por ello, en este programa es imprescindible trabajar la comunicación. Nuestro objetivo es que los progenitores sigan fomentando la comunicación con sus hijos e hijas tal y como lo han hecho hasta ahora, pero con una diferencia muy importante. Los niños y niñas están en otra etapa evolutiva, que les permite comprender mejor las situaciones que los rodean, en la que empiezan a tener cierta importancia los iguales y en la que otros contextos de desarrollo ajenos a la familia comienzan a tener más influencia. Por ese motivo, hacemos hincapié en la comunicación como vehículo para seguir supervisando a los menores en su proceso de desarrollo y educación.

Presentaremos actividades en las que tomaremos conciencia de la importancia de la comunicación en esta etapa del desarrollo, y conoceremos las condiciones necesarias para cuidar dicha comunicación.

Objetivos

- Adecuar el tipo y modo de comunicación a las características de la etapa evolutiva en la que se encuentran los niños y niñas de 6 a 12 años.
- Tomar conciencia de la importancia de seguir supervisando adecuadamente a los hijos e hijas en sus tareas evolutivas.

Contenidos

- Supervisión y control parental o marental.
- Características del desarrollo evolutivo de los niños y niñas de 6 a 12 años.

Actividades

- Actividad 1. Cultivamos la comunicación
- Actividad 2. La travesía a la adolescencia

Materiales y recursos

- USB con el vídeo *La comunicación en la infancia*
- Ficha 1. El desarrollo de una planta
- Ficha 2. La flor
- Ficha 3. La casa encantada
- Ficha 4. Llenamos los tanques del barco

Desarrollo de la sesión

Antes de empezar la sesión, debemos dedicar unos minutos a analizar cómo ha ido la semana en función de lo trabajado en la sesión anterior.

En esta sesión pretendemos que las madres tomen conciencia de la importancia de mantener el nivel de comunicación que hasta este momento han establecido con sus hijos e hijas. Para muchas madres, esta es la etapa de la «falsa tregua» en la educación de sus hijos. La denominamos *falsa tregua* porque se pasa de la gran dependencia que tienen los niños y niñas en la etapa anterior a un grado mayor de autonomía, aunque aún siguen necesitando a sus padres y madres. Da comienzo un nuevo periodo evolutivo, y las madres deben aprender a reconocer algunas características de esta etapa para poder cumplir con sus tareas parentales. Conocer los aspectos evolutivos de este periodo contribuirá no solo a que entendamos mejor a nuestros hijos e hijas, sino que nos ayudará a encontrar la forma de comunicarnos con ellos y de solucionar cualquier discrepancia o situación conflictiva. Para ello, plantearemos dos actividades: la primera facilitará a las madres que recapaciten acerca de la comunicación con sus hijos e hijas en las distintas etapas de su desarrollo, y en la segunda se facilitarán mecanismos para promocionar la participación, la corresponsabilidad y la supervisión educativa.

ACTIVIDAD 1. Cultivamos la comunicación

Trabajo en gran grupo, videoforo y discusión dirigida 30 minutos

Introducción

En esta actividad, partiremos de la toma de conciencia del cambio de implicación, dedicación, supervisión y comunicación entre la primera infancia y la actual. Además, reflexionaremos sobre cómo las madres supervisan a los hijos e hijas en las distintas actividades cotidianas.

Desarrollo

En primer lugar, presentaremos al gran grupo las imágenes de la ficha 1, «El desarrollo de una planta». En la primera imagen doble, una persona planta unas semillas, las riega y sale una planta. En la segunda imagen se observa una planta y una persona que la riega, pero vemos también un reloj «desesperado», indicando que ha pasado mucho tiempo sin regarla lo suficiente. La tercera imagen presenta una planta marchitándose y un hombre a su lado observándola extrañado, como preguntándose por qué la planta está en ese estado.

A partir de estas imágenes preguntaremos a las madres qué ven y qué relación puede tener con la comunicación entre las madres y los hijos e hijas. Pretendemos que manifiesten la necesidad de mantener la comunicación en todo el proceso de desarrollo y educación, de conservar la misma implicación e intensidad en esta segunda etapa del desarrollo para establecer un buen nivel de relación con los niños.

Después de presentar las imágenes, proyectaremos el vídeo *La comunicación en la infancia*, en el que se presentan tres secuencias:

-
- La primera secuencia representa la primera infancia. En ella se puede observar a unos padres que mantienen mucho contacto, comunicación y escucha activa con sus hijos e hijas.
 - En la segunda secuencia se ve a unos niños en la etapa que nos ocupa (de 6 a 12 años). En ella se observa un descenso considerable del nivel de comunicación y supervisión parental. La comunicación y la supervisión se utilizan solo para satisfacer las necesidades básicas.
 - En la tercera secuencia se presentan las características de la comunicación en la adolescencia. Los progenitores y los hijos e hijas ya no comen juntos, y cada uno va por su lado.


Una vez visionado el vídeo en gran grupo, la persona dinamizadora formula las siguientes preguntas:

- ¿Qué habéis visto en las distintas escenas del vídeo?
- ¿Qué diferencias observáis entre las tres secuencias mostradas en el vídeo?
- ¿A qué creéis que se deben esas diferencias?

A continuación, se explica a los miembros del grupo que se trabajará la ficha 2, «La flor», de forma individual. Con este ejercicio, las madres analizarán las actitudes comunicativas y de supervisión que tienen en esta etapa educativa. Si observan la flor, verán que los pétalos representan distintos aspectos que pueden indicar cómo establecen la comunicación con sus hijos e hijas. Por ejemplo: tareas escolares, relaciones con los hermanos, relaciones con los amigos, cuidados personales, uso de Internet y televisión, actividades lúdicas. También verán que cada pétalo está dividido en tres partes, para que los miembros del grupo gradúen el nivel de supervisión en los distintos ámbitos. Pueden usar colores para los distintos grados de supervisión. Por ejemplo, el verde puede servir para indicar que supervisan mucho; el azul, que supervisan algo, y el rojo, que lo hacen muy poco. Lo mismo sirve para indicar si las manifestaciones de afecto son pocas, algunas o muchas. Se puede finalizar la actividad enlazándola con la siguiente.

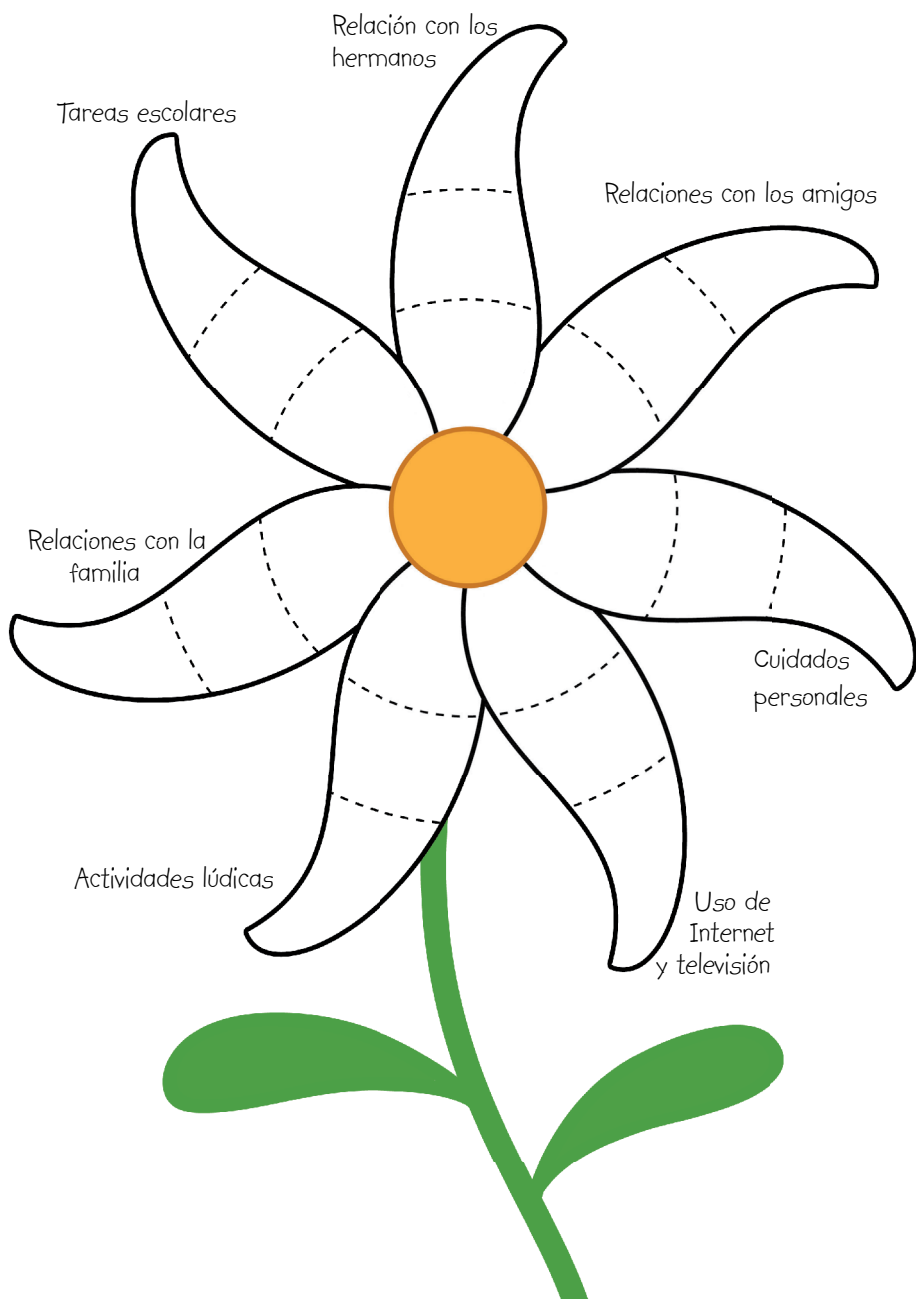
Conclusión

La conclusión más importante que podemos extraer de esta primera actividad es que debemos seguir fomentando en esta etapa la estrecha comunicación que hemos mantenido con nuestros hijos e hijas en la primera infancia, ya que los niños y niñas empiezan a recibir influencias de otros contextos importantes para su desarrollo. Otra conclusión sería que, como madres, debemos acompañarlos, apoyándolos y supervisándolos en su desarrollo y educación.

FICHA 1. El desarrollo de una planta 

FICHA 2. La flor 





ACTIVIDAD 2. La travesía a la adolescencia

Discusión dirigida y trabajo individual

30 minutos

Introducción

El objetivo de esta actividad es que las madres conozcan algunos cambios importantes en el desarrollo de sus hijos e hijas. Para ello, a través de la lectura de un pequeño cuento reflexionaremos acerca de lo que puede representar lograr una buena comunicación, y destacaremos que esta, en el caso de la relación padres-hijos, debe partir de los primeros. A continuación mostraremos por qué es necesaria la supervisión parental para evaluar las necesidades evolutivas de los hijos e hijas, y concluiremos con el análisis de su desarrollo evolutivo. Para este análisis, utilizaremos la metáfora de la travesía de un barco y de lo que se necesita para hacerla sin dificultad.

Desarrollo

En primer lugar, leeremos el cuento *La casa encantada*, de la ficha 3. Para esta primera parte de la actividad, se dispone de unos 15 minutos.

Con este cuento se pretende fomentar la reflexión sobre la importancia que tienen las madres en la comunicación con sus hijos e hijas. La mirada, el tono y la expresión en el momento de comunicar las cosas puede facilitar u obstaculizar la comunicación con ellos. Intentaremos que cada madre reconozca qué cara pone a la comunicación.

FICHA 3. *La casa encantada* 

La casa encantada

Hace mucho tiempo, en un pequeño y lejano pueblo, había una casa abandonada. Cierta día, un perrito que buscaba refugio del sol logró meterse por un agujero de una de las puertas de la casa. Subió lentamente las viejas escaleras de madera y, al llegar arriba, se topó con una puerta semiabierta. Cauteloso, se adentró en el cuarto. Para su sorpresa, vio que dentro de la habitación había mil perritos más observándolo tan fijamente como él los observaba a ellos.

El perrito comenzó a mover la cola y a levantar las orejas poco a poco. Los mil perritos hicieron lo mismo. Después sonrió y le ladró alegremente a uno de ellos. El perrito se quedó sorprendido al ver que los mil perritos también le sonreían y ladraban alegremente. Cuando salió del cuarto pensó:

—¡Qué lugar tan agradable! ¡Voy a venir más a menudo a visitarlo!

Tiempo después, otro perrito callejero entró en la misma casa y enseguida entró en la misma habitación. Pero, a diferencia del primero, este perrito, al ver a los otros mil del cuarto, se sintió amenazado, ya que lo estaban mirando de forma agresiva. Así que empezó a gruñir. Obviamente, los mil perritos le ladraron también a él. Cuando este perrito salió del cuarto, pensó:

—¡Qué lugar tan horrible! ¡Nunca más volveré a entrar aquí!

Frente a la casa había un viejo letrero que decía: «La casa de los mil espejos». No eres responsable de la cara que tienes, eres responsable de la cara que pones. Todos los rostros del mundo son espejos. Decide qué rostro llevarás por dentro, y ese será el que mostrarás.

Después de leer el cuento, se pide a las madres participantes que intenten responder a las siguientes preguntas:

- Si entráramos en esa casa encantada, ¿cómo creéis que reaccionarían los mil perritos? ¿Ladrarían de alegría por nuestro gesto amable, confiado y de respeto? ¿O, por el contrario, ladrarían porque nuestro gesto indicaría cierta desconfianza y hostilidad?
- ¿Es posible cambiar el sentido del ladrido de los mil perritos? ¿De qué depende?

Después de esta reflexión conjunta, presentamos el siguiente ejercicio. Dispondremos de unos 15 minutos, aproximadamente, para esta segunda parte de la actividad.

Utilizaremos la metáfora de la travesía de un barco para representar nuestro paso por la vida. En esta larga travesía, pasaremos por momentos de calma y por otros de verdadera dificultad, con fuertes tempestades, inevitables en cualquier viaje largo. Así será nuestra vida y la de nuestros hijos e hijas. Ellos han realizado la primera travesía, que corresponde a la primera infancia, y han llegado a buen puerto. La han llevado a cabo con mucho apoyo, como marineros inexpertos, escoltados por otros grandes buques con mucha más experiencia, los de los progenitores y otros adultos importantes. Ahora se preparan para lanzarse al mar, enfrentarse a una nueva travesía y llegar a un nuevo puerto: la adolescencia. A pesar de que ya son marineros más experimentados, no tienen la suficiente experiencia como para ir solos. Deben estar acompañados, aunque con una intervención menor, por flotas adultas que los guíen y que acudan enseguida ante cualquier contratiempo. Si conocemos bien las capacidades de nuestros marineros y sabemos lo que necesitan, podremos ayudarles mejor y contribuir a que lleguen a su próximo puerto. Cada marinero o marinera se hará cargo de su propio barco, que debe contar con el combustible necesario para realizar la travesía. El combustible se almacena en distintos tanques. Se reparte a las madres la ficha 4, en la que aparecen diferentes tanques de combustible que representan distintos aspectos del desarrollo evolutivo: cognitivos y del lenguaje, físicos, sociales y afectivos. En cada tanque se

incluye una lista de algunos aspectos a tener en cuenta en el desarrollo evolutivo de los niños y niñas de 6 a 12 años. Se pide a las madres que en casa, tranquilamente, lean la ficha y reflexionen sobre qué aspectos de los diferentes tanques muestran sus hijo e hijas, y sobre qué hacen o pueden hacer ellas para facilitar que los tanques estén llenos y les resulte más sencilla la travesía hasta el puerto.

FICHA 4. Llenamos los tanques del barco

a. Tanque verde (aspectos cognitivos y del lenguaje):

- Ante un problema, es capaz de razonarlo y buscar una solución lógica.
- Conoce cuáles son sus capacidades y también conoce cuáles son sus limitaciones.
- Es capaz de expresarse y comunicarse utilizando diferentes tipos de lenguaje, tanto el verbal como el corporal, de forma correcta.
- Gracias a la buena comunicación verbal y no verbal que utiliza, tiene facilidad para relacionarse con los demás.
- Facilita la comunicación y la interacción social.

b. Tanque azul (aspectos sociales):

- Es capaz de aceptar las normas.
- Es capaz de cooperar con los demás.
- Es capaz de realizar actividades de participación, se muestra tolerante y respeta a los demás.
- Da mucha importancia al contexto familiar y escolar, a sus amistades, etc.
- Muestra capacidad para integrarse socialmente.
- Se muestra autónomo o autónoma en distintas situaciones que lo requieren.
- Empieza a relacionarse de forma distinta según esté con niños o con niñas.
- Hacia el final de la adolescencia ha reducido su grupo de amigos.
- Al final de la adolescencia muestra actitudes de oposición al mundo social (normas sociales establecidas).
- Tiene secretos que no comparte con su madre.

c. Tanque amarillo (aspectos afectivos):

- Mantiene buenas relaciones con los adultos y con los profesores.
- Parece que vive en una montaña rusa: a veces se encuentra muy bien emocionalmente (está alegre, derrocha simpatía) y, en ocasiones, se hunde por todo lo que le pasa (está triste, siente pena).
- Es una persona sociable capaz de comunicar sus sentimientos.
- Le gusta que los demás respeten su intimidad.
- Se reconoce y se identifica sexualmente.

d. Tanque rojo (aspectos físicos):

- Tiene desarrollados todos aquellos aspectos relacionados con el movimiento del cuerpo.
- Conoce y se ha formado ya su propia imagen, y además se muestra activo y en movimiento.
- Ya está experimentando cambios sexuales propios de su edad, como por ejemplo el crecimiento del vello, el cambio de voz, etc.

Tanque verde (aspectos cognitivos y del lenguaje):

- Ante un problema, es capaz de razonarlo y buscar una solución lógica.
- Conoce cuáles son sus capacidades y también conoce cuáles son sus limitaciones.
- Es capaz de expresarse y comunicarse utilizando diferentes tipos de lenguaje, tanto el verbal como el corporal, de forma correcta.
- Gracias a la buena comunicación verbal y no verbal que utiliza, tiene facilidad para relacionarse con los demás.
- Facilita la comunicación y la interacción social.

Tanque azul (aspectos sociales):

- Es capaz de aceptar las normas.
- Es capaz de cooperar con los demás.
- Es capaz de realizar actividades de participación, se muestra tolerante y respeta a los demás.
- Da mucha importancia al contexto familiar y escolar; a sus amistades, etc.
- Muestra capacidad para integrarse socialmente.
- Se muestra autónomo o autónoma en distintas situaciones que lo requieren.
- Empieza a relacionarse de forma distinta según esté con niños o con niñas.
- Hacia el final de la adolescencia ha reducido su grupo de amigos.
- Al final de la adolescencia muestra actitudes de oposición al mundo social (normas sociales establecidas).
- Tiene secretos que no comparte con su madre.

Tanque amarillo (aspectos afectivos):

- Mantiene buenas relaciones con los adultos y con los profesores.
- Parece que vive en una montaña rusa: a veces se encuentra muy bien emocionalmente (está alegre, derrocha simpatía) y, en ocasiones, se hunde por todo lo que le pasa (está triste, siente pena).
- Es una persona sociable capaz de comunicar sus sentimientos.
- Le gusta que los demás respeten su intimidad.
- Se reconoce y se identifica sexualmente.

Tanque rojo (aspectos físicos):

- Tiene desarrollados todos aquellos aspectos relacionados con el movimiento del cuerpo.
- Conoce y se ha formado ya su propia imagen, y además se muestra activo y en movimiento.
- Ya está experimentando cambios sexuales propios de su edad, como por ejemplo el crecimiento del vello, el cambio de voz, etc.

Conclusión

La finalidad de esta actividad es que las madres se den cuenta de que sus hijos e hijas siguen desarrollándose y de que su acompañamiento les servirá para que se equipen de forma adecuada y puedan afrontar una de las etapas más importantes del desarrollo, la adolescencia.

Recuerda

En esta sesión hemos podido reflexionar sobre la importancia de mantener la comunicación y la supervisión en esta etapa del desarrollo, pero también hemos visto que, para fomentar la comunicación con nuestros hijos e hijas, son necesarias ciertas condiciones, tales como disponibilidad, accesibilidad, reconocimiento, confianza y afecto.

- En esta etapa del desarrollo es importante seguir manteniendo un buen nivel de comunicación y supervisión de los niños y niñas.
- Es necesario fomentar en ellos la adquisición de un mayor nivel de autonomía personal, pero siempre con la supervisión y el control de los adultos.
- Las madres deben crear las condiciones necesarias para favorecer la comunicación con sus hijos e hijas.
- Es importante conocer estrategias que ayuden a crear las condiciones que favorezcan la comunicación, como pueden ser un clima de confianza mutua, respeto, reconocimientos mutuos, afecto, etc.

Además, hemos reflexionado sobre algunos aspectos que cambian en el desarrollo de los menores de 6 a 12 años, para determinar en cuáles de ellos los niños y niñas tienen algunas carencias y en cuáles no.

En esta etapa que nos ocupa, los hijos e hijas siguen cambiando, por lo que las madres deben adecuar la comunicación a las características de esta etapa evolutiva: cognitivas, sociales, afectivas y físicas.

Sesión 1

Para hijos e hijas

Vivimos en un mundo en el que la comunicación es fundamental para el desarrollo de las personas. ¿Qué ocurriría si no nos pudiésemos comunicar? La respuesta es bien sencilla: estaríamos solos, aislados. Precisamente hoy en día se hace difícil imaginar el aislamiento o la soledad, al vivir en la era de la comunicación, donde acercamos lo lejano sin dificultad alguna gracias a las nuevas tecnologías. Por lo tanto, sería chocante que, con aquellos con quienes convivimos diariamente y compartimos muchas cosas, nuestra familia, no hiciéramos todo lo posible por mantener un buen nivel de comunicación. Aunque con un simple clic del ratón podamos tener enfrente a cualquier amigo o amiga, aunque nuestra red de amistades sea muy amplia, nuestra familia estará siempre a nuestro lado ante cualquier dificultad, y debemos contar permanentemente con ella. Para ello, debemos confiar en que siempre nos va a apoyar. En estas sesiones reflexionaremos sobre las personas que nos apoyan y sobre el papel que juegan nuestras madres en la ayuda que necesitamos. Debemos recapacitar acerca de qué aspectos nos acercan y nos alejan de estas personas para intentar eliminar las barreras que nos pueden llegar a distanciar de nuestros padres y madres.

Objetivos

- Aprender a compartir las preocupaciones o conflictos de los progenitores.
- Adquirir estrategias para comunicarse adecuadamente con los progenitores.

Contenidos

Condiciones de una buena comunicación.

Actividades

- Actividad 1. El aprobado de Pedro
- Actividad 2. Te quiero decir...

Materiales y recursos

- Ficha 1. El aprobado de Pedro
- Ficha 2. Modelo de marioneta para dramatización
- Ficha 3. Mano tendida y mano cerrada

Desarrollo de la sesión

Antes de iniciar la sesión, debemos dedicar unos minutos a analizar cómo ha ido la semana en función de lo trabajado en la sesión anterior.

En esta sesión con los hijos e hijas, pretendemos que compartan sus preocupaciones y conflictos, y que adquieran las estrategias adecuadas que faciliten la comunicación con sus madres y padres. Para ello, se trabajarán dos actividades. En la primera, a partir de un caso, buscamos que los niños y niñas aprendan a reconocer y a analizar una situación conflictiva, para que en la segunda actividad trabajen distintas estrategias de afrontamiento.

ACTIVIDAD 1. El aprobado de Pedro

Estudio de caso y discusión dirigida

30 minutos

Introducción

Es importante que los niños y niñas aprendan a expresar todo aquello que consideran que les afecta, pero de forma efectiva. No obstante, antes es necesario que sepan reconocer y analizar esas situaciones. Por ello, vamos a partir de la reflexión y del estudio de un caso.

Desarrollo

Empezamos la actividad leyendo un caso, en concreto el caso del aprobado de Pedro (ficha 1). Queremos que aprendan a reconocer una situación conflictiva y a analizarla desde la perspectiva de una comunicación no violenta. Esto es, pretendemos que sepan describir objetivamente qué ha ocurrido, que manifiesten lo que sienten, que expresen lo que necesitan, que hagan una petición y que se pongan en el lugar del otro. Estos son los pasos previos para servirse de estrategias que favorezcan la comunicación.

FICHA 1. El aprobado de Pedro

El aprobado de Pedro

El pasado jueves le entregaron a Pedro la nota del último trabajo de una asignatura importante. Era un trabajo muy difícil, y Pedro dedicó varios días a hacerlo. Estaba un poco asustado porque creía que no le había salido del todo bien. Cuando el profesor dijo su nombre, un escalofrío le recorrió todo el cuerpo, y entonces le oyó decir: «Pedro, lo has hecho muy bien; ¡estás aprobado!». Pedro empezó a dar saltos de alegría. Corría de un lado para otro, abrazándose con sus compañeros. ¡Estaba loco de contento!

Al salir de clase, solo pensaba en llegar a casa para contárselo a su madre. Cuando llegó a su casa, tocó el timbre y su madre abrió la puerta, y sin darle tiempo a decir nada le ordenó secamente: «¡Merienda! Luego te pones a hacer los deberes. ¡Y no dejes nada tirado por ahí!». Pedro, cabizbajo, le obedeció. Todas las ganas que tenía de contarle lo ocurrido se desvanecieron. Fue a la cocina, merendó, subió a su habitación y se puso, distraídamente, a hacer los deberes.

Después de leer el caso, se pregunta al gran grupo:

- ¿Qué le ha pasado a Pedro?
- ¿Cómo se siente?
- En este caso, ¿qué necesita Pedro?
- ¿Merece la pena decírselo a su madre?

Con las tres primeras preguntas estamos trabajando tres aspectos fundamentales que contribuyen al desarrollo de una comunicación efectiva y no violenta. Con la primera, hacemos ver a los niños y niñas que es necesario describir bien lo que ocurre sin realizar evaluaciones o juicios de valor. Por ejemplo, no es lo mismo decir «Cuando llegué a casa con ganas de contarle a mi madre la nota que había sacado, esta ni siquiera me dio la posibilidad de hacerlo» (esta sería una observación objetiva de lo que ha ocurrido), que decir que la madre no se preocupa por él (esto es una valoración, un juicio subjetivo). Es necesario que las personas dinamizadoras dejen clara esta diferencia a partir de las respuestas de los niños y niñas a esta primera pregunta. Es más, pueden dibujar en la pizarra una papelera grande para escribir dentro todo lo que son valoraciones y juicios, y fuera las observaciones objetivas. El mensaje que hay que dar a los niños y niñas es que, cuando nos comunicamos y queremos contar algo a otra persona, si hacemos estas valoraciones, damos pie a que se ponga a la defensiva y a discutir, sin que se hable de lo realmente importante, de lo que ocurrió objetivamente.

Con la segunda pregunta lograremos que salgan a relucir los sentimientos que pueda tener Pedro. Todas las emociones son válidas, incluso aquellas que nos puedan parecer sorprendentes. Imaginemos que algún niño o niña dice que Pedro se siente bien porque, por lo menos, la madre no le ha echado una bronca como casi todos los días. Se deben recoger todas las emociones que surjan y confeccionar una lista con ellas, para contribuir a mejorar el lenguaje emocional de los menores.

La tercera pregunta ayudará a reconocer las necesidades de Pedro. ¿Qué necesita Pedro? Debemos dialogar sobre estas necesidades y comentar a los niños y niñas que los conflictos surgen cuando una persona siente que sus necesidades no son

atendidas. En este caso, Pedro puede estar necesitando valoración, el reconocimiento de su madre por el esfuerzo realizado y por haber superado un examen.

Antes de finalizar esta actividad, proponemos a los niños y niñas que unan las respuestas a estas tres primeras preguntas. Por ejemplo: «Ayer, cuando llegué a casa, no tuve la oportunidad de decirte que había aprobado el trabajo de Conocimiento del Medio», «eso me hizo sentir triste, desanimado y desilusionado», «porque necesito que me valoren y reconozcan mis esfuerzos».

Esta forma de expresar lo que ha ocurrido es la antesala para afrontar eficazmente una situación conflictiva.

Solo faltan dos pasos importantísimos, qué solicitamos o pedimos y cómo se sentirá la otra persona al hacerle una petición concreta, que trabajaremos en la segunda actividad.

Conclusión

Con esta actividad hemos tomado conciencia de que necesitamos reconocer lo que sentimos en la relación con nuestras madres. Reconocer esos sentimientos nos ayudará a saber qué tenemos que comunicarles. Otra cosa es saber cómo debemos hacerlo para que surta los efectos deseados, que será un objetivo de la siguiente actividad.

ACTIVIDAD 2. Te quiero decir...

Lluvia de ideas, trabajo en gran grupo

30 minutos

Introducción

Como hemos comentado, con esta actividad avanzaremos hacia el desarrollo de la comunicación, facilitando que los niños y niñas aprendan cómo comunicar todo aquello que representa un conflicto para ellos y sepan ponerse en el lugar del otro.

Desarrollo

Empezamos la actividad retomando el caso del aprobado de Pedro. Y explicaremos cómo desarrollamos la respuesta a la última pregunta, sobre si merece la pena decírselo a la madre. Lo haremos a través de una lluvia de ideas. Cada niño o niña dirá qué le pediría a la madre de Pedro. Se trata de que aporten varias posibilidades para analizar cuál es la mejor antes de continuar con la actividad. Por ejemplo: «Mamá, me gustaría que, cada vez que llegue del colegio, me preguntes cómo me ha ido el día».

Una vez elegida la petición por consenso, les invitaremos a que cuenten la historia y la dramaticen, pero con la forma más efectiva de dirigirse a la madre, uniendo las respuestas a las tres preguntas de la primera actividad: qué observamos, cómo se sentía Pedro y qué necesitaba.

En la ficha 2 se presenta un modelo para confeccionar unas marionetas que faciliten la dramatización. Primero, se asignarán los personajes: Pedro, la madre, el profesor, algún compañero o compañera y el narrador. Cada niño o niña pintará y personalizará su personaje. Posteriormente se representará la historia, especialmente la respuesta de Pedro a la madre.

Observemos, por último, la ficha 3, en la que aparecen dos dibujos: una mano tendida y otra cerrada. La finalidad es indicar a los menores que, cuando nos comunicamos, podemos tender la mano al otro y seguir manteniendo la relación, o bien cerrar las posibilidades de comunicación.

Intentaremos reflexionar en común acerca de qué formas de comunicarnos podría representar una mano tendida, y qué otras formas una mano cerrada. Por ejemplo, una mano tendida podría significar escuchar, respetar lo que nos dicen, expresar cómo nos sentimos y lo que necesitamos, estar dispuestos a negociar, llegar a un acuerdo, no insultar ni gritar a la otra persona, pedir disculpas si hace falta, etc. Ejemplos de mano cerrada serían no escuchar, insultar, evitar hablar de lo que nos pasa, pretender que se haga siempre lo que nosotros queremos, ocultar lo que sentimos, etc. Este ejemplo de la mano abierta y cerrada se utiliza también en la sesión conjunta entre madres e hijos.

Conclusión

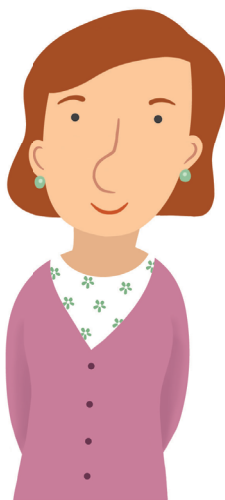
Con esta actividad hemos podido comprobar cómo comunicar lo que nos preocupa tiende siempre una mano para encontrar la solución a los conflictos, derribando las posibles barreras que nos puedan separar de nuestras madres y padres.

Recuerda

- Con esta sesión hemos aprendido a saber reconocer una situación conflictiva, a analizarla para poder encontrar la mejor forma de comunicar lo que nos está ocurriendo. Además, hemos tomado conciencia de que «una mano tendida a la comunicación» nos va a permitir continuar relacionándonos con todas aquellas personas a las que queremos.
- En el día a día, siempre tenemos oportunidades para compartir con nuestras madres y padres todas aquellas cosas que nos preocupan. Para ello, debemos saber de qué forma poder comunicárselas.
- Aprender formas de comunicarnos mejor con nuestras madres y padres.

FICHA 2. Modelo de marioneta para dramatización 

FICHA 3. Mano tendida y mano cerrada 





Sesión 1

Para familias

Es importante fomentar las condiciones necesarias para que madres e hijos e hijas encuentren un espacio donde mejorar su comunicación. Muchas veces es necesario que, tras la reflexión personal que hayan realizado por separado en los programas elaborados a tal fin, puedan compartir momentos no tan solo para poner en común lo aprendido, sino también para poner en práctica nuevas actitudes que mejoren la comunicación entre ambos. La finalidad de esta sesión es fomentar el encuentro familiar en torno al tema de la comunicación.

Aprovecharemos la ocasión para compartir, de forma lúdica, el encuentro entre los miembros de la familia, pero también presentaremos situaciones que ayuden a poner en práctica lo aprendido.

Consideramos que es una buena oportunidad para generalizar estos encuentros en el contexto familiar, para tratar los temas que preocupan a madres e hijos.

Objetivos

- Propiciar que tanto madres como hijos e hijas verbalicen los temas que consideren difíciles de comunicar entre ellos.
- Poner en práctica estrategias que favorezcan el encuentro y la comunicación entre madres e hijos e hijas.

Contenidos

- El acto de la comunicación.
- Emisor-receptor.
- Mensaje.
- Actitudes hacia la comunicación.
- Contexto de la comunicación.
- Clima y contexto familiar.
- La empatía.
- La escucha activa.
- La escucha pasiva.
- Estrategias de comunicación.

Actividades

- Actividad 1. Los globos de la comunicación
- Actividad 2. Me pongo en tu piel

Materiales y recursos

- Ficha 1. Tareas domésticas
- Ficha 2. Tarjetas de estrategias para los hijos e hijas
- Ficha 3. Tarjetas de estrategias para las madres
- Ficha 4. Compromisos para casa

Desarrollo de la sesión

Antes de empezar la sesión, debemos dedicar unos minutos a analizar cómo ha ido la semana en función de lo trabajado en la sesión anterior.

Con el desarrollo de esta sesión se pretende que las familias (madres e hijos e hijas) sean capaces de comunicar aquellos temas de los que les cuesta hablar, ya sea por falta de confianza por parte de los niños y niñas o porque las madres creen que sus hijos e hijas aún no están preparados. También es importante reflexionar sobre los espacios, los momentos y las condiciones más propicias para facilitar la comunicación.

ACTIVIDAD 1. Los globos de la comunicación

Trabajo en gran grupo

20 minutos

Introducción

Con esta actividad se busca conocer los temas sobre los que a las madres y los hijos e hijas les cuesta más hablar. Al final de la actividad, propiciaremos que las madres verbalicen los asuntos que consideren difíciles de comunicar a sus pequeños, bien por falta de confianza o porque creen que estos no están capacitados todavía para tratarlos. Ese es el motivo por el que, según los temas y contextos, los hijos e hijas no siempre cuenten con las figuras de sus cuidadores para ayudarlos en sus respuestas.

Desarrollo

Para relajar el ambiente entre las familias, llevaremos a cabo una actividad de introducción: la dinámica del teléfono. Pediremos, tanto a las madres como a los hijos e hijas, que formen un círculo. Seguidamente, la persona dinamizadora dirá una frase a un miembro del grupo que forma el círculo, por ejemplo, el nombre de la actividad que estamos desarrollando, «Los globos de la comunicación». Le pediremos que diga esa frase rápidamente al oído de la persona que está a su derecha, y así sucesivamente hasta llegar al último miembro del grupo, que deberá expresar en voz alta la frase que le ha llegado. La persona dinamizadora insistirá en que el mensaje debe transmitirse con rapidez, y el resto del grupo no puede escucharlo.

Al terminar la actividad, se comentará al grupo la importancia de llevar a cabo una buena comunicación, recalando la idea de que, para que un mensaje llegue de forma correcta y sin distorsiones, es importante hablar claro y buscar el momento oportuno, el lugar adecuado y la claridad de la exposición.

A continuación, pediremos a los participantes, niños, niñas y madres, que formen dos grupos de entre 10 y 15 miembros. Previamente, la persona dinamizadora habrá inflado unos globos, en los que habrá escrito los siguientes temas para el diálogo, que van a servir de base para la dinámica (la persona dinamizadora, en función de las características del grupo, elegirá los temas):

- Sexualidad
- Colegio
- Amigos y amigas
- Economía doméstica
- Actitudes de las madres hacia los hijos e hijas
- Ocio compartido
- Compartir preocupaciones
- Hablar de los problemas
- Pedir ayuda

La dinámica consiste en que la persona dinamizadora coja un globo y haga una pregunta relacionada con el tema de diálogo que le corresponde. Por ejemplo, se dirige primero a los niños y niñas: «Quien tenga alguna dificultad para hablar con su madre sobre lo que le pasa en el colegio, que toque el globo». En ese momento, la persona dinamizadora lanza el globo al aire. De todos los niños y niñas que toquen el globo, pide a uno o dos que indiquen por qué tienen esa dificultad. También se puede preguntar a quienes no han tocado el globo por qué no tienen esa dificultad.

Este mismo procedimiento se sigue con cada uno de los temas, alternando las preguntas entre madres e hijos e hijas. Al final de la dinámica les pediremos que se agrupen por familias (la madre con sus hijos e hijas).

Conclusión

En esta primera actividad hemos presentado una dinámica que facilita que todos descubramos los temas que a los hijos e hijas les cuesta tratar con sus madres, y viceversa, aquellos temas que a las madres les resulta difícil tratar con sus hijos e hijas. Esto puede ayudarnos a facilitar la comunicación para que en casa dialoguemos sobre esas cuestiones.

ACTIVIDAD 2. Me pongo en tu piel


Juego de rol, estudio de caso y discusión dirigida
40 minutos

Introducción

Con esta actividad, las madres y los hijos e hijas podrán ensayar distintas estrategias de comunicación e identificar y corregir los posibles obstáculos o dificultades, así como aumentar el conocimiento entre unos y otros. Además, se busca alcanzar el compromiso por ambas partes de mejorar la comunicación, es decir, las relaciones familiares.

Desarrollo

Para realizar esta actividad partiremos de un caso práctico basado en las tareas domésticas cotidianas de una familia, ejemplificado en la ficha 1.

FICHA 1. Tareas domésticas 

Tareas domésticas

A las seis en punto de la mañana, María se levanta para ducharse, vestirse y preparar el desayuno de sus dos hijos, Miguel, de 12 años, y Sara, de 7, antes de irse a trabajar. Manuel, el padre, es el encargado de levantar a los niños para que desayunen, mientras él aprovecha para pasear al perro, que, aunque es de los niños, ninguno de ellos se responsabiliza de sacarlo. La siguiente media hora se la pasa detrás de ellos insistiéndoles para que se preparen y dejen de mirar la tele, se laven los dientes, recojan su pijama y hagan la cama antes de irse al colegio. Rara vez lo consiguen. Los niños siempre dicen que se les hace tarde o que no les da tiempo, así que lo hacen cuando vuelven del colegio.

A la hora de comer, los platos del desayuno aún están en el fregadero. Es la madre la encargada de preparar la comida, poner la mesa, tender la ropa de la lavadora, etc. Lo mismo pasa cuando han terminado el almuerzo. Cuando toca recoger la mesa, como siempre tienen prisa por hacer algo y es la madre quien la recoge y, además, lava todos los platos. El padre trabaja todo el día y hasta las ocho de la tarde no regresa a casa.

Después de la comida, la madre pide a Miguel que baje la basura, pero este siempre busca una excusa para no hacerlo: «Tengo mucho que estudiar, ya lo haré más tarde». Hasta que su madre no se enfada, no lo hace, y siempre con malos modos. A veces la madre, por no oírlo, espera a que llegue el padre para pedírselo, y es él quien tira la basura después de la cena.

Cuando han terminado de sus tareas escolares, ninguno de los hermanos ha recogido su cuarto. La ropa sucia está tirada por el suelo, la mesa de estudio, llena de papeles, y la cama sigue sin hacer.

Son los padres los que bajan al perro, ponen la lavadora, doblan la ropa, etc., porque los hijos, si no es bajo amenaza, enfados y castigos, no entienden que las tareas del hogar son cosa de toda la familia, y no únicamente del padre y de la madre.

Los padres, cansados de esta situación, deciden sentarse con sus hijos y hablar sobre lo que está pasando.

Después de leer el caso, la persona dinamizadora pedirá voluntarios para realizar un juego de rol. Deberá haber el mismo número de madres que de niños y niñas. En total serán 14 participantes, igual que el número de tarjetas que repartiremos. En el caso de que el grupo no tenga tantos miembros, cada uno puede trabajar con más de una tarjeta. El resto del grupo, si es más numeroso, observará atentamente las situaciones provocadas por el juego de rol.

A continuación se repartirán las tarjetas, siete de ellas con estrategias para las madres (ficha 2) y siete con estrategias para los hijos e hijas (ficha 3), con la particularidad de que, como indica el nombre de la actividad, «Me pongo en tu piel», en este juego de rol las madres hacen de hijos, y estos, de progenitores.

FICHA 2. Tarjetas de estrategias para los hijos e hijas

- ¡Vamos, sé que puedes ordenarte el cuarto!
- Bueno, no ha bajado la basura porque está liado con un trabajo de clase. Ya la bajo yo, pero cuando termine le diré que debe programarse para cumplir con las tareas asignadas.
- Para evitar discusiones, termino antes haciéndolo yo.
- Vale, como a mí me toca fregar, a ti te toca pasear al perro.
- Como no recojas tu cuarto, esta tarde no saldrás con tus amigos.
- Mejor le explico por qué estoy molesto, para que entienda que cada uno debe encargarse de sus tareas en la casa.
- Me tengo que enfadar aunque no quiera, porque es la única forma de que luego ayuden en casa.

Tarjetas de estrategias para los hijos e hijas

<p>¡Vamos, sé que puedes ordenarte el cuarto!</p>	<p>Bueno, no ha bajado la basura porque está liado con un trabajo de clase. La bajo yo, pero cuando termine le diré que debe programarse para cumplir con las tareas asignadas.</p>
<p>Para evitar discusiones, termino antes haciéndolo yo.</p>	<p>Vale, como a mí me toca fregar, a ti te toca pasear al perro.</p>
<p>Como no recojas tu cuarto, esta tarde no saldrás con tus amigos.</p>	<p>Mejor le explico por qué estoy molesto, para que entienda que cada uno debe encargarse de sus tareas en la casa.</p>
<p>Me tengo que enfadar aunque no quiera, porque es la única forma de que luego ayuden en casa.</p>	

FICHA 3. Tarjetas de estrategias para las madres

- Mamá, papá, si termino de recoger mi cuarto, ¿luego podré salir con mis amigos?
- Por favor, por favor, por favor..., recojo más tarde, que ahora quiero mirar la tele.
- De acuerdo, recojo mi cuarto, que parece una leonera.
- No me importa lo que me digan, yo sé lo que tengo que hacer.
- Paso, hago la cama y me voy.
- Bueno, lavo los platos, pero mañana tengo un examen y necesito estudiar.
- Vale, papis, ya me hago la cama.

Tarjetas de estrategias para las madres

<p>Mamá, papá, si termino de recoger mi cuarto, ¿luego podré salir con mis amigos?</p>	<p>Por favor, por favor, por favor..., recojo más tarde, que ahora quiero mirar la tele.</p>
<p>De acuerdo, recojo mi cuarto, que parece una leonera.</p>	<p>No me importa lo que me digan, yo sé lo que tengo que hacer.</p>
<p>Paso, hago la cama y me voy.</p>	<p>Bueno, lavo los platos, pero mañana tengo un examen y necesito estudiar.</p>
<p>Vale, papis, ya me hago la cama.</p>	

La persona dinamizadora planteará, como resumen de la situación leída, que deben imaginarse que ha llegado el momento en el que la gota ha colmado el vaso. Los padres están hartos de que todos los días ocurra lo mismo, y se proponen poner fin a la situación. Los hijos e hijas, aunque son conscientes de que podrían comportarse de otra forma y responsabilizarse más de algunas tareas, intentan eludir la situación como pueden.

Para este juego de rol, los hijos e hijas harán de progenitores, y las madres, de hijos e hijas. A cada uno le ha tocado una tarjeta que representa una estrategia ante un conflicto. Algunas de estas estrategias ayudarán a mejorar la situación y otras la empeorarán. Entre todos tenemos que detectar cuáles ayudan y cuáles no. Es importante que, antes de empezar, cada persona entienda la estrategia que le ha tocado en la tarjeta. Debemos imaginar que somos una gran familia en la que hay muchos hijos, algo posible, pero que, excepcionalmente, también hay muchos padres y madres. Supongamos que nos sentamos todos en el salón a tratar sobre la situación que nos ocupa. Romperá el hielo el hijo o hija que tenga la siguiente tarjeta relacionada con una estrategia de los padres y madres: «Me tengo que enfadar aunque no quiera, porque es la única forma de que luego ayuden en casa». A partir de aquí ya puede intervenir quien quiera, haciendo alusión al contenido de su tarjeta. No es necesario leerla exactamente, sino decir algo relacionado con su contenido. Cuando todas las personas hayan participado, la persona dinamizadora preguntará al grupo qué estrategias de las expresadas favorecen la resolución de los conflictos y cuáles la obstaculizan.

Ejemplos de estrategias de los padres y madres que favorecen la resolución de conflictos:

- ¡Vamos, sé que puedes ordenarte el cuarto!
- Bueno, no ha bajado la basura porque está liado con un trabajo de clase. La bajo yo, pero cuando termine le diré que debe programarse para cumplir con las tareas asignadas.
- Vale, como a mí me toca fregar, a ti te toca pasear al perro.
- Mejor le explico por qué estoy molesto, para que entienda que cada uno debe encargarse de sus tareas en la casa.

Ejemplos de estrategias de los padres y las madres que obstaculizan la resolución de conflictos:

- Para evitar discusiones, termino antes haciéndolo yo.
- Como no recojas tu cuarto, esta tarde no saldrás con tus amigos.
- Me tengo que enfadar aunque no quiera, porque es la única forma de que luego ayuden en casa.

Ejemplos de estrategias de los hijos e hijas que facilitan la resolución de conflictos:

- Mamá, papá, si termino de recoger mi cuarto, ¿luego podré salir con mis amigos?
- De acuerdo, recojo mi cuarto, que parece una leonera.
- Bueno, lavo los platos, pero mañana tengo un examen y necesito estudiar.

Conclusión

Con esta actividad nos hemos puesto en el lugar del otro para comprobar que existen estrategias que nos acercan y otras que nos alejan. Es importante poner en práctica las estrategias positivas en cualquier situación conflictiva que se presente en la relación entre padres, madres, hijos e hijas.

Recuerda

Por muy difícil que nos parezca hablar de algunos temas, siempre es necesario hacerlo, ya que entre todos es más fácil buscar soluciones.

Es importante que busquemos los momentos y las condiciones oportunas para compartir en familia aquellos temas que nos preocupan.

Tenemos que comprender que, cuando hay confianza entre madres e hijos e hijas, resulta más fácil comunicar todo aquello que nos preocupa.




Las relaciones entre todos los miembros de la familia mejoran cuando tenemos la oportunidad de conocernos mejor. Por ello, debemos usar estrategias que nos ayuden a lograrlo.

Compromisos para casa

Se propone a los participantes que, a partir de ahora, intenten resolver cualquier situación conflictiva haciendo uso ambas partes de la negociación como estrategia reina que facilita la resolución de conflictos. Se les entrega la ficha 4 para que puedan anotar su compromiso.

FICHA 4. Compromisos para casa

Compromisos para casa

	No conseguido	Algo conseguido	Conseguido
Nos comprometemos a...			
No lo pudimos hacer porque...			

Mostramos afecto
en familia

Sesión **2**

Sesión 2

Para madres

Niños, niñas y adultos, todos tenemos necesidades que debemos satisfacer para poder vivir satisfactoriamente, pero en el caso de los menores, somos las madres y los padres quienes debemos asegurarnos de que estas necesidades están satisfechas para favorecer su desarrollo. Entre dichas necesidades se encuentran las afectivas, que en muchas ocasiones pasan desapercibidas porque no se muestran abiertamente, por lo que debemos estar muy atentos a las reacciones y demandas de los hijos e hijas para poder identificarlas.

Los vínculos que los niños y niñas establecen con sus cuidadores dependerán de la satisfacción de este tipo de necesidades, que también influirán en las relaciones futuras que establezcan en sus vidas con hermanos, amigos, parejas, etc.

Esta es la principal razón por la que las madres y los padres debemos desempeñar un papel muy importante en el desarrollo de nuestros hijos e hijas, un papel al que no podemos renunciar, ya que de él depende su crecimiento armónico.

Objetivos

- Ser empáticos con las necesidades afectivas de los niños y niñas a estas edades, y que ellos, a su vez, reconozcan las muestras de afecto hacia ellos.
- Valorar la influencia del afecto familiar en el desarrollo del autoconcepto y la autoestima en los niños y niñas.

Contenidos

- Identificación de las necesidades afectivas.
- Desarrollo del autoconcepto.
- Desarrollo de la autoestima.

Actividades

- Actividad 1. Un niño o niña por descubrir
- Actividad 2. Los padres y las madres sí importan

Materiales y recursos

- Ficha 1. Puzzle 1
- Ficha 2. Puzzle 2
- Ficha 3. Puzzle 3
- Ficha 4. Piezas extras del puzzle 2

Desarrollo de la sesión

Las necesidades, tanto de tipo afectivo como de cualquier otra clase, pueden manifestarse de distintas formas, muchas veces asociadas a la etapa de desarrollo en la que nos encontremos. Por ello, debemos ser capaces de reconocer las necesidades de afecto de nuestros hijos e hijas en cada momento de su desarrollo, con el fin de poder responder adecuadamente a ellas para favorecer su crecimiento y maduración afectiva.

ACTIVIDAD 1. Un niño o niña por descubrir

Trabajo en pequeño grupo

30 minutos

Introducción

Las necesidades afectivas van modificándose a lo largo de la vida de nuestros hijos e hijas, de modo que cambia tanto lo que necesitan como la forma en que demuestran sus necesidades. El modo de responder a ellas adecuadamente es aprendiendo a identificarlas.

Desarrollo

En esta actividad se presenta al grupo la tarea de construir tres puzles entre todos los participantes. Cada uno de los puzles tiene un tamaño DIN A4 y se pueden recortar las piezas. Las piezas correspondientes a estos tres puzles, que representan a menores de distintas edades, se entregarán mezcladas a los participantes.

Puzle 1. Imagen de un niño menor de 6 años. Consta de seis piezas con las siguientes frases (ficha 1):

- Pieza 1. Siente miedo por cosas que antes no se lo producían.
- Pieza 2. Busca la mirada de su padre o su madre antes de atreverse a alejarse.
- Pieza 3. Necesita saber que sus padres están cerca por si le pasa algo.
- Pieza 4. Muestra curiosidad por el mundo que le rodea.
- Pieza 5. Busca la aprobación de sus padres cuando ha hecho algo bien.
- Pieza 6. Empieza a acercarse a otros niños para jugar con ellos.

Puzle 2. Imagen de una niña de entre 6 y 12 años. Consta de seis piezas con las siguientes frases (ficha 2):

- Pieza 1. Necesita autonomía, pero con límites.

- Pieza 2. Empieza a tener discusiones y conflictos con sus padres.
- Pieza 3. Los amigos son muy importantes en su vida.
- Pieza 4. Empieza a identificar y a expresar sus emociones claramente.
- Pieza 5. Aumentan los conflictos entre los hermanos.
- Pieza 6. Pide tener voz y voto en las decisiones familiares.

Puzle 3. Imagen de un niño mayor de 12 años (podría ser de hasta 15). Consta de seis piezas con las siguientes frases (ficha 3):

- Pieza 1. Se aparta cuando su madre quiere darle un beso.
- Pieza 2. Pasa mucho tiempo al día sin ver a sus padres y familiares más próximos.
- Pieza 3. Hay muchas más personas importantes en su vida.
- Pieza 4. Es más crítico con los comportamientos y actitudes de su familia, que ve de un modo más realista.
- Pieza 5. Cambia de humor a lo largo del día.
- Pieza 6. Se muestra inseguro y busca su propia identidad.

En las piezas de los puzles hay escritas frases que representan distintas formas de expresar las necesidades afectivas de los niños y niñas en tres edades concretas. Proporcionamos al grupo de madres todas las piezas de los puzles mezcladas, y les pedimos que relacionen las frases con tres niños de 4, 9 y 15 años. Deben ser capaces de identificar a esos tres menores a partir de la forma en que expresan sus necesidades.

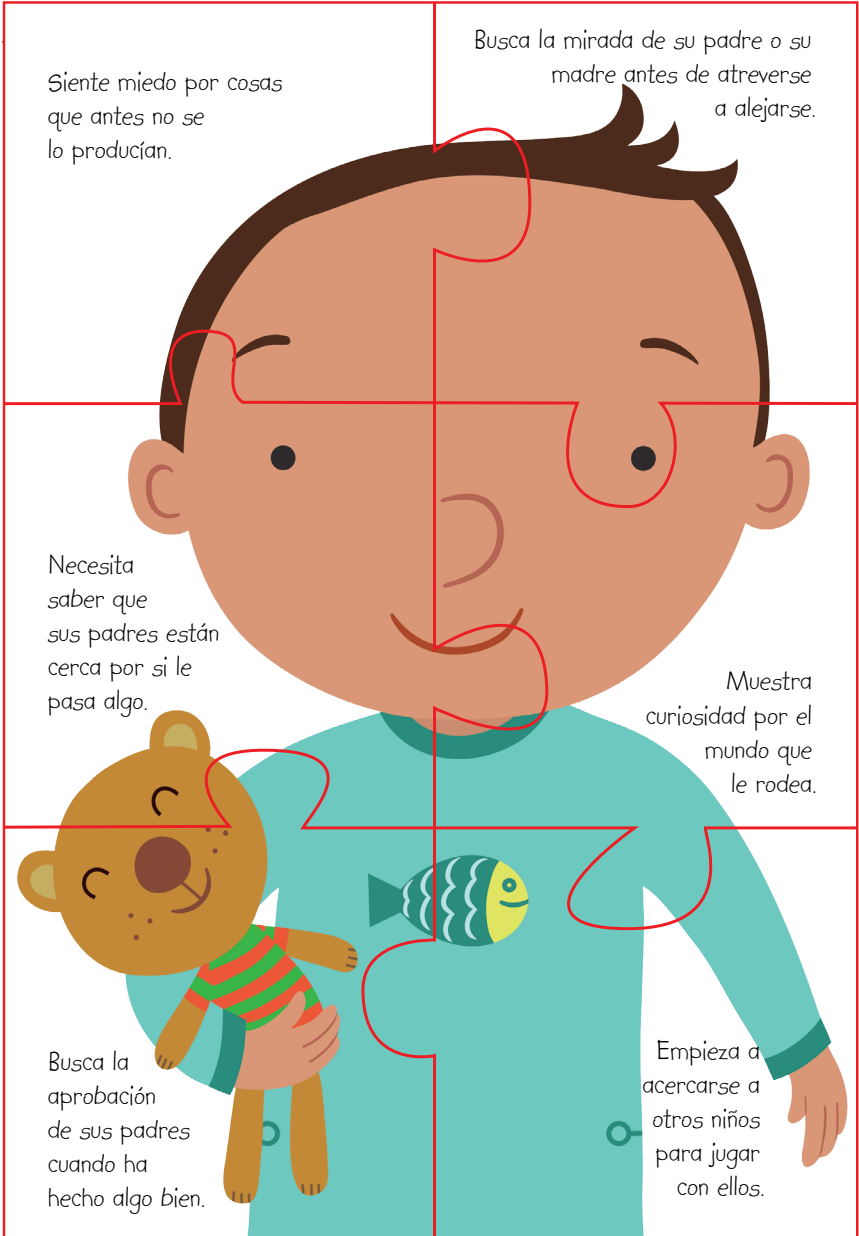
Cada madre cogerá una o dos piezas, hasta que se acaben las 18. Después, de una en una leerán el texto de la pieza y la colocarán para formar la imagen de un niño o niña de 4, 9 o 15 años. Una vez formados los tres puzles, planteamos al grupo las siguientes cuestiones:

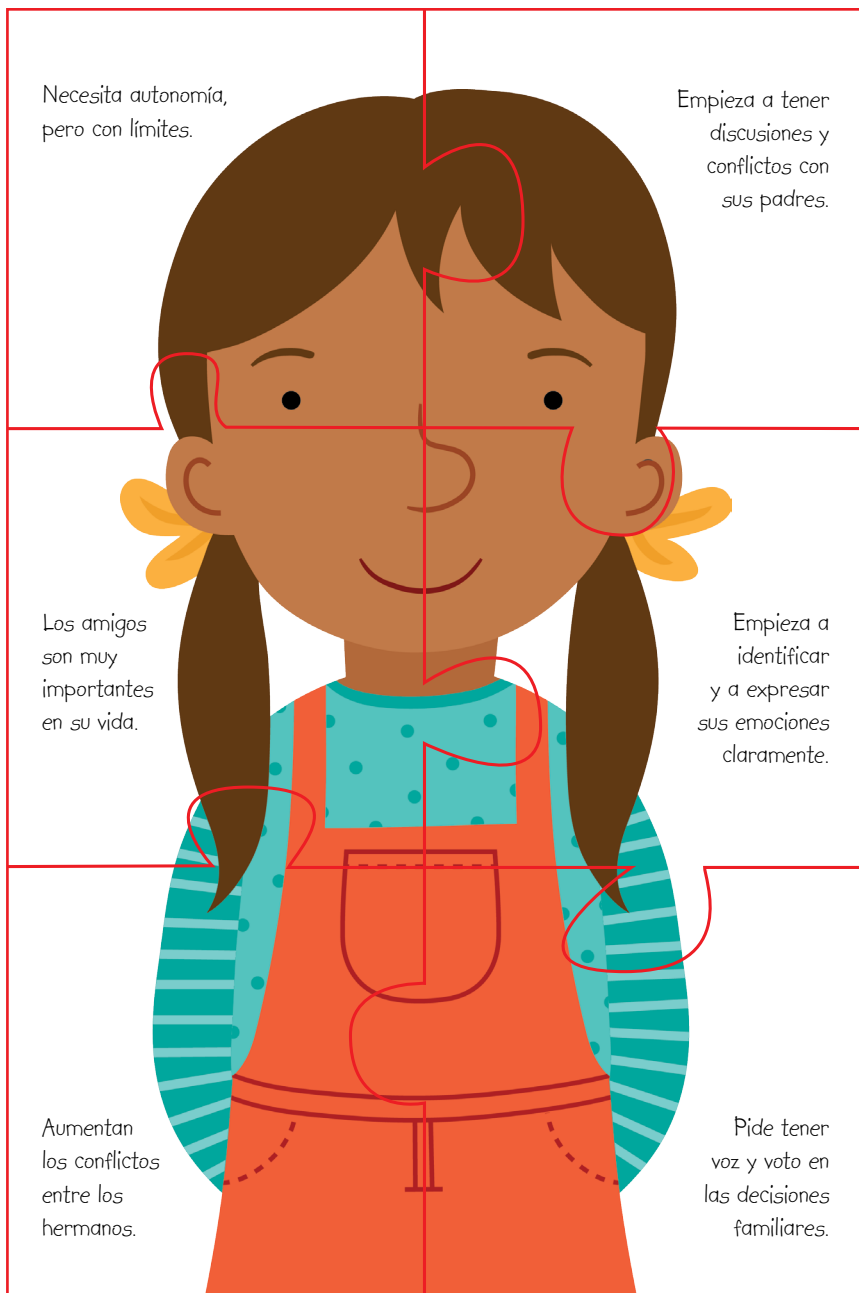
- ¿Os ha sorprendido alguna de las formas de expresar las necesidades afectivas que han aparecido en los puzles?
- ¿Creéis que sois capaces de identificarlas correctamente en vuestros hijos?

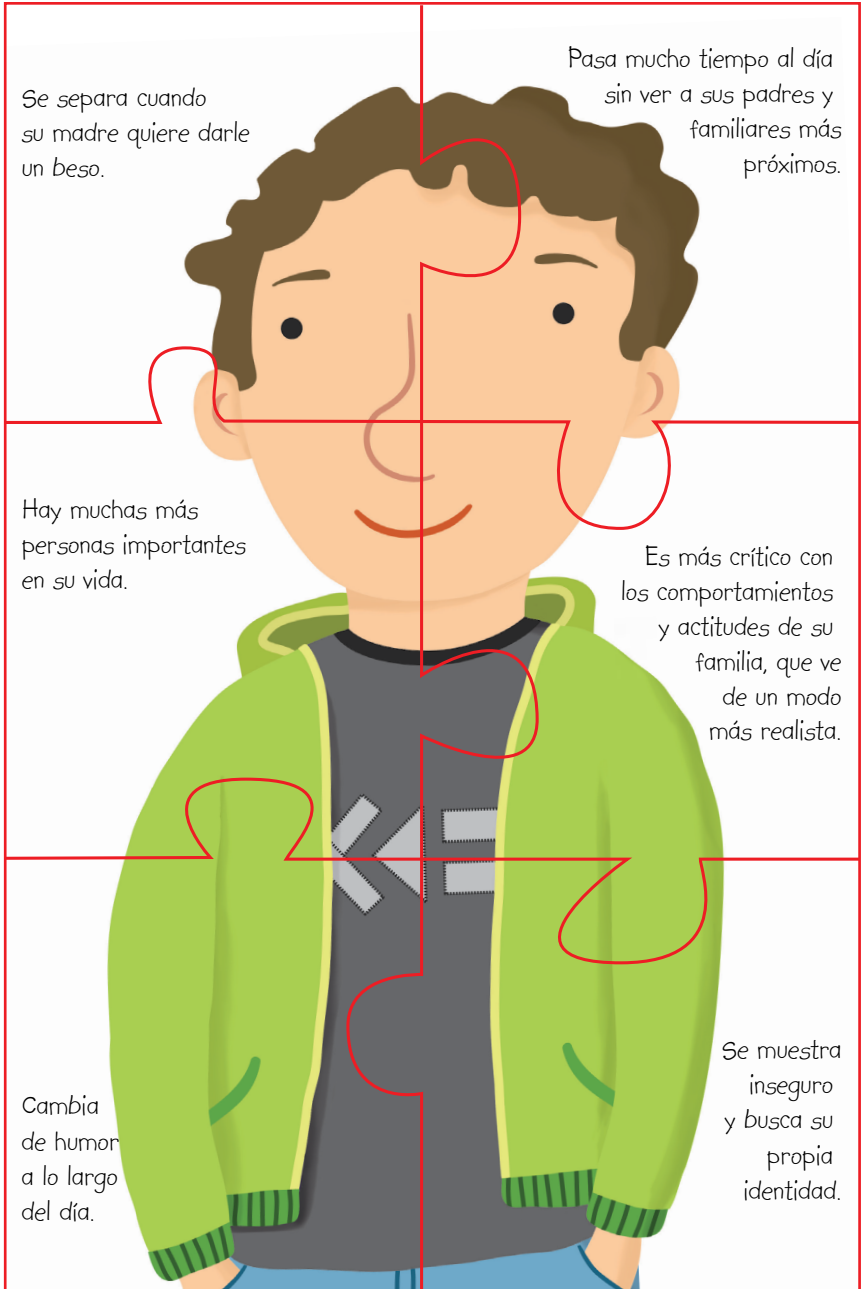
FICHA 1. Puzle 1 

FICHA 2. Puzle 2 

FICHA 3. Puzle 3 







Después de la reflexión, nos quedamos con el puzle de la niña de 9 años y proporcionamos al grupo nuevas piezas que representan formas de satisfacer sus necesidades afectivas, y que pueden ser positivas o negativas (ficha 4).

En primer lugar, pedimos a las participantes que analicen detenidamente las piezas y separen las que consideren formas positivas de satisfacer las necesidades afectivas de sus hijos e hijas de las que les parecen negativas.

Las piezas que representan actitudes positivas son las siguientes:

- Pieza 1. Tener en cuenta su opinión como la de uno más de la familia.
- Pieza 2. Darle paulatinamente más responsabilidades, y enseñarle a tomar sus propias decisiones.
- Pieza 3. Respetar sus sentimientos y ayudarle a interpretarlos.
- Pieza 4. Entender que se aleje un poco de nosotros y, en cambio, se acerque más a sus amigos, ya que tiene que descubrir quién es por sí misma.
- Pieza 5. Asumir que los conflictos son parte del crecimiento y que, a través de ellos, podemos llegar a un mayor entendimiento.

Las piezas que representan actitudes negativas son las siguientes:

- Pieza 6. Dejarle que tome las decisiones por sí misma, sin limitación, para que sea más autónoma.
- Pieza 7. Enfadarnos cuando se enfrenta a nosotros por tener una opinión diferente.
- Pieza 8. Permitirle que pase la mayor parte del día con sus amigos sin supervisión.
- Pieza 9. Decirle que se calle y que no nos dé la lata con sus lloriqueos.
- Pieza 10. Darle grandes responsabilidades de forma no progresiva en el hogar.

Una vez las madres hayan separado las piezas, se les pide que encajen las que han considerado formas positivas de satisfacer las necesidades afectivas en las casillas del puzle de la niña de 9 años. Las piezas que, efectivamente, constituyan actitudes positivas encajarán sin dificultad. En cambio, las que representen actitudes negativas no lo harán. A partir de aquí se puede debatir por qué no son una forma adecuada de satisfacer las necesidades de sus hijos.

Conclusión

Si no somos capaces de advertir cuándo están manifestando nuestros hijos e hijas una necesidad, no podremos responder adecuadamente a ella, por lo que el primer paso es prestar atención a esa forma de expresión.

FICHA 4. Piezas extras del puzle 2

Tener en cuenta su opinión como la de uno más de la familia.

Darle paulatinamente más responsabilidades, y enseñarle a tomar sus propias decisiones.

Respetar sus sentimientos y ayudarle a interpretarlos.

Entender que se aleje un poco de nosotros y, en cambio, se acerque más a sus amigos, ya que tiene que descubrir quién es por sí misma.

Asumir que los conflictos son parte del crecimiento y que, a través de ellos, podemos llegar a un mayor entendimiento.

Dejarle que tome las decisiones por sí misma, sin limitación, para que sea más autónoma.

Enfadarnos cuando se enfrenta a nosotros por tener una opinión diferente.

Permitirle que pase la mayor parte del día con sus amigos sin supervisión.

Decirle que se calle y que no nos dé la lata con sus lloriqueos.

Darle grandes responsabilidades de forma no progresiva en el hogar.

ACTIVIDAD 2. Los padres y las madres sí importan

Juego de rol

30 minutos

Introducción

La imagen que tenemos de nosotros mismos no ha sido creada de la nada, sino que se ha construido a partir de lo que hemos vivido a lo largo de nuestras vidas. Lo mismo les sucede a los niños y niñas: crearán su propia imagen a partir de los mensajes que hayan recibido de su entorno. En el caso de nuestros hijos, el entorno más cercano somos nosotras, sus madres, por lo que debemos estar seguras de que les estamos enviando el mensaje correcto.

Desarrollo

En esta actividad se propone al grupo un juego de rol, en el que cuatro madres tendrán un papel en la representación y el resto la analizará como observadoras. Los papeles que deben distribuirse entre los participantes son los siguientes:

- Madre o padre
- Hijo o hija 1: 8 años
- Hijo o hija 2: 9 años
- Hijo o hija 3: 6 años

La persona dinamizadora describe la situación: se trata de una familia que está en su casa, y los hijos están jugando en el salón con varios objetos.

El lugar donde se celebre la sesión deberá contar con distintos objetos que puedan encontrarse en el salón de una casa: mesa, sillas, papel, jarrón, bolígrafo, tijeras, el mando del televisor, etc.

A las participantes que interpreten el papel de hijos se les dará las siguientes consignas:

- Hijo o hija 1: está jugando e intenta enseñar lo que ha hecho a su padre o madre, y le pide que mire lo que hace.
- Hijo o hija 2: corre detrás del balón, se sube a una silla... Es muy activo o activa.
- Hijo o hija 3: está intentando hacer un dibujo que le resulta difícil y pide ayuda a su padre o madre.

La instrucción que se da a las participantes es que deben comportarse tal y como lo haría su personaje en el salón de su casa un día cualquiera. Se representa la escena durante unos minutos. Una vez finalizada la representación, se pregunta en primer lugar a las participantes que tenían el rol de observadoras:

- ¿Creéis que todos los hijos e hijas se sienten igual?
- ¿Por qué creéis que se sienten diferentes?

Cuando las observadoras hayan dado su opinión, se pedirá a las participantes que hayan representado el papel de hijos que contesten a las siguientes preguntas:

- ¿Cómo se han sentido los personajes en la representación?
- ¿Han sentido que eran importantes?
- ¿Se han sentido capaces de hacer las cosas?

Por último, se pregunta a todo el grupo de participantes:

- ¿Por qué creéis que tienen distintos sentimientos si en todos los casos han tenido la misma madre o el mismo padre?

Conclusión

La forma en que las madres y los padres responden a las necesidades afectivas de sus hijos e hijas repercute directamente en cómo se sienten estos. Si les proporcionamos poco afecto podemos generarles una baja autoestima, pero si, por el contrario, los sobreprotegemos, podemos hacerles sentir incapaces de hacer las cosas por sí mismos.

Recuerda

Cada persona tiene una forma distinta de expresar sus necesidades afectivas. Los padres y las madres deben hacer un gran esfuerzo por identificar las necesidades que puedan estar manifestando sus hijos e hijas en cada momento.

Es necesario que los adultos adaptemos nuestras respuestas o formas de satisfacer las necesidades a las características y edades de nuestros hijos.

Debemos adaptarnos a los cambios que experimentan los niños y niñas durante su desarrollo para poder responder adecuadamente a sus necesidades.

A medida que nuestros hijos e hijas crecen, es preciso que atendamos sus necesidades de forma que se fomente su autonomía. El primer paso para ello es permitirles que vayan tomando decisiones por sí mismos en función de sus capacidades.

La forma en que las madres y los padres respondamos a las necesidades afectivas de nuestros hijos repercute directamente en su autoestima. La relación que establecemos con ellos tiene una gran importancia en lo que ellos sienten y piensan de sí mismos. Tanto la falta de afecto como la sobreprotección pueden influir negativamente en su desarrollo.

Sesión 2

Para hijos e hijas

Todas las personas tenemos la necesidad de querer y ser queridos, aunque en ocasiones no seamos capaces de expresarlo de la forma que nos gustaría. Cuando tenemos la sensación de que nadie nos quiere, sentimos que no importamos, que nadie se interesa por nosotros, y dudamos de nosotros mismos. En cambio, cuando sentimos que otras personas nos quieren, creemos que somos las personas más importantes del mundo y, probablemente, para ellas lo seamos.

Pero el hecho de que en algún momento no nos sintamos queridos no significa que realmente sea así. Siempre hay alguien que se preocupa por nosotros, aunque tenga dificultades para expresarlo o nosotros las tengamos para entender lo que nos quiere decir con sus acciones. En todos los tipos de relaciones —con las madres, con los padres, con los hermanos y hermanas, con los amigos y amigas, etc.—, es importante demostrar a las otras personas que las queremos y las apreciamos mediante distintas formas de afecto. Lo importante es encontrar el modo de transmitir a esas personas lo que sentimos por ellas y comportarnos de manera que todos podamos llegar a ser felices.

Objetivos

- Darse cuenta de los cuidados que reciben los hijos e hijas de sus madres y de cómo estas les ayudan a crecer.
- Analizar cómo son los hijos e hijas y cómo los ven su familia, sus amigos y en el colegio.

Contenidos

- Expresiones de afecto de las madres.
- Autoconcepto.

Actividades

- Actividad 1. ¿Qué haces por mí?
- Actividad 2. ¿Cómo soy?

Materiales y recursos

- Fichas 1a, 1b y 1c
- Ficha 2. La historia de Jaime

Desarrollo de la sesión

El amor o afecto es, a veces, algo complicado de expresar y de percibir, porque no sabemos cuál será la mejor forma de manifestarlo ni cómo reaccionará la otra persona. En ocasiones podemos expresarlo de una manera tan discreta que la otra persona no lo perciba. Por ello, es muy importante que prestemos atención a las diferentes formas de demostrar el afecto, y utilicemos, en cada caso, la que nos haga sentir más cómodos y satisfechos.

Ser amigo o amiga de alguien no es una tarea fácil, ya que, para poder pensar en las otras personas, primero tenemos que ser capaces de saber cómo somos nosotros mismos. Y para ello, debemos hacer un esfuerzo y mirar cómo somos «por

dentro». Una vez que sepamos cómo somos, será más fácil saber qué podemos hacer para ser buenos amigos o amigas de los demás, analizando las características que nos gustaría que tuviera un amigo o amiga.

ACTIVIDAD 1. ¿Qué haces por mí?

Trabajo en pequeños grupos

30 minutos

Introducción

En ocasiones, el amor o afecto que los demás sienten por nosotros no se ve, y si no nos fijamos bien, nos pasa totalmente desapercibido. Pero eso no significa que no exista, sino que tenemos que fijarnos mejor y prestar más atención para percibirlo.

Desarrollo

Para realizar esta actividad, la persona dinamizadora habrá hecho previamente ocho copias de cada una de las diez viñetas de las fichas 1a, 1b y 1c, y las habrá plastificado. Se recomienda que los niños y niñas, junto con la persona dinamizadora, se sienten en el suelo formando un círculo. En primer lugar, se comentará que en las viñetas se observan distintas formas que tienen las madres de demostrar afecto o cariño hacia sus hijos e hijas.

Después, se presentarán las viñetas, de una en una, a los niños y niñas, y se les pedirá que digan qué observan en ellas. Los comentarios de los niños y niñas serán aproximadamente los siguientes:

- Viñeta 1: Una madre dando un beso a su hijo de 8 años.
- Viñeta 2: Una madre comprobando si su hija de 10 años, acostada en la cama, tiene fiebre.
- Viñeta 3: Una madre sentada con su hija de 9 años ayudándola a hacer los deberes del colegio.
- Viñeta 4: Una madre arropando a su hijo de 7 años en la cama.
- Viñeta 5: Una madre, tiritando de frío, en las gradas de un campo de fútbol viendo cómo entrena su hijo de 11 años.

-
- Viñeta 6: Una madre poniendo el plato preferido de comida a su hijo de 12 años.
 - Viñeta 7: Una familia jugando a un juego de mesa y pasándose bien en casa.
 - Viñeta 8: Una madre haciendo cosquillas a su hija de 10 años, riéndose las dos.
 - Viñeta 9: Un niño de 9 años llorando en su habitación y su madre al lado consolándolo.
 - Viñeta 10: Una madre diciéndole a su hijo que le quiere.

A continuación, se pregunta a los participantes:

- ¿Cuáles de estas cosas hacen vuestras madres por vosotros o con vosotros?

Se distribuye a los niños y niñas por parejas y se proporciona un folio a cada miembro de la pareja, en el que cada uno deberá colocar las cuatro viñetas que considere más importantes. Después, se seleccionan aquellas en las que ambos miembros de la pareja hayan coincidido (en el caso de haber más de cuatro coincidencias, deben seleccionar las que son más habituales en sus familias). Una vez elegidas, las colocarán en un mismo panel. Cuando todas las parejas hayan confeccionado su panel, lo mostrarán a sus compañeros explicando las viñetas que representan lo que sus madres hacen por ellos.

Después de que todos los participantes hayan explicado su panel, se plantea una última pregunta a todo el grupo:

- ¿Creéis que eso que hacen vuestras madres por vosotros os ayuda a sentirnos bien? ¿Por qué?

Conclusión

Nuestras madres hacen muchas cosas por nosotros, aunque no siempre nos damos cuenta de ellas, y así nos demuestran que nos quieren y que somos importantes para ellas.

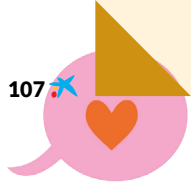
FICHA 1a. Viñetas 1, 2, 3 y 4 

FICHA 1b. Viñetas 5, 6, 7 y 8 

FICHA 1c. Viñetas 9 y 10 







ACTIVIDAD 2. ¿Cómo soy?

Trabajo en grupo

30 minutos

Introducción

Muchas veces nos comportamos de forma distinta según con quién estemos o dónde estemos. Esto no significa que no sepamos quiénes somos en realidad, sino que hemos aprendido a comportarnos de modos diferentes en cada situación.

Desarrollo

Para realizar esta actividad, se presenta a todo el grupo una viñeta que muestra el comportamiento de Jaime en distintos contextos (ficha 2):

- Con la familia. Se muestra a un niño de unos 10 años que tiene su habitación totalmente desordenada, que desobedece a su madre y que no respeta las normas.
- En el colegio. Se ve al mismo niño atendiendo en clase y haciendo los ejercicios que le indica la profesora.
- Con los amigos. Se muestra al mismo niño organizando a su grupo de amigos, sin dejar opinar a los demás.

Después de que todos los participantes hayan visto las viñetas, se les hacen las siguientes preguntas para que reflexionen:

- ¿Creéis que Jaime se comporta igual en todos los lugares donde se encuentra?
- ¿Por qué creéis que se comporta de forma distinta?

Conclusión

Aunque nos comportemos de maneras distintas en diferentes lugares, somos la misma persona. Lo que ocurre es que aprendemos cómo comportarnos en función de quién sea la persona que nos lo está enseñando y cómo lo haga.

Recuerda

Nuestras madres nos demuestran cada día que nos quieren con pequeñas cosas.

Es importante demostrar afecto a las personas que queremos.

Cada persona expresa sus sentimientos de una forma distinta, y debe encontrar la forma de hacerlo que más le guste.

Si somos capaces de demostrar afecto a las personas de nuestra familia y de darnos cuenta de que ellas también nos lo demuestran, seremos una familia más feliz.

Y recordad: todos tenemos cosas buenas y cosas malas. Es importante pensar tanto en nosotros mismos como en los demás, para evitar que otras personas se sientan mal por nuestra culpa.

FICHA 2. La historia de Jaime



Sesión 2

Para familias

La satisfacción de todas las necesidades que tienen los seres humanos se inicia en la familia, donde la seguridad afectiva es la base a partir de la cual los niños y niñas conocen y exploran el mundo que les rodea. Las madres somos extremadamente sensibles a todas las señales que nos mandan nuestros hijos e hijas, como si tuviéramos un radar en permanente funcionamiento. Pero, a medida que nuestros hijos e hijas crecen, ese radar empieza a desestabilizarse, ya que la forma en la que muestran el afecto va cambiando en función de su desarrollo.

Este es el nuevo reto que se plantea a las madres: ajustar continuamente su radar para ser sensibles a la gran variedad de formas de manifestar el afecto que se adquieren con el tiempo. Esta diversidad de manifestaciones del afecto no tan solo se observa en los niños y niñas, sino que las madres también despliegan una gran variedad de formas de demostrar su afecto a sus hijos e hijas. Por ello, es tarea de ambos ser capaces de detectarlo correctamente y expresarlo, para que el afecto en familia actúe como un bálsamo que suaviza todas las asperezas, roces y pequeños conflictos de la vida cotidiana, lo que servirá para mejorar la calidad de las relaciones familiares.

Objetivos

- Darse cuenta de la diversidad de manifestaciones de afecto que se dan en el día a día.
- Sentir que el afecto que los niños y niñas muestran por los demás reduce los problemas y les da seguridad y confianza para hacer muchas cosas.

Contenidos

- Confianza.
- Seguridad.
- Apoyo mutuo.

Actividades

- Actividad 1. Yo te doy, tú me das
- Actividad 2. Uno + uno = infinito

Materiales y recursos

- Ficha 1. Demostraciones de afecto para madres
- Ficha 2. Demostraciones de afecto para hijos e hijas
- Fichas 3a, 3b, 3c, 3d y 3e. Viñetas
- Ficha 4. Compromisos para casa

Desarrollo de la sesión

El afecto puede manifestarse de muchas formas que, en ocasiones, no somos capaces de percibir. Por ello, es necesario poner especial atención en el modo en que tanto los padres como los hijos demuestran su amor y su afecto. Una de las formas de manifestación del afecto suele ser la confianza, con la que se puede construir una base de seguridad a partir de la cual trabajar conjuntamente dentro de la familia.

ACTIVIDAD 1. Yo te doy, tú me das

Trabajo en pequeños grupos

30 minutos

Introducción

En ocasiones, confundimos las acciones que son una muestra de afecto con las que no lo son, ya que existen muchas formas de manifestar el cariño. Por ello, conviene ser conscientes de esa diversidad y estar atento a todas ellas cuando nos relacionamos con otras personas.

Desarrollo

Para realizar esta actividad, se presenta a los participantes un juego cuyo objetivo es encontrar el mayor número de manifestaciones de afecto posibles, diferenciando conductas que demuestran cariño de las que no lo hacen.

Antes de empezar la actividad, se divide a los participantes en dos grupos: las madres y los hijos e hijas. Se reparte a cada equipo las fichas 1 y 2, divididas en dos columnas: «Hay demostración de afecto» y «No hay demostración de afecto». La tarea consiste en encontrar todas las viñetas que previamente la persona dinamizadora habrá escondido por la sala, trasladarlas a la ficha y colocarlas en la columna correspondiente, en función de lo que el equipo considere que represente la viñeta. Disponen de 5 minutos para reunir las viñetas y colocarlas.

Una vez finalizado el tiempo, cada equipo explicará las viñetas que ha colocado en la columna «Hay demostración de afecto». Para ello, las escenificará con una madre o un hijo o hija del equipo contrario. Si realmente se trata de una demostración de afecto, el equipo se anota un punto en su marcador; si, por el contrario, han colocado la viñeta en la columna equivocada, porque no es una demostración

de afecto, no se anotan ningún punto. Ganará el equipo que, al finalizar la actividad, haya obtenido mayor puntuación.

Las viñetas que representan situaciones en las que existe una demostración de afecto son las siguientes (fichas 3a, 3b, 3c, 3d, 3e):

- Viñeta 1: Madre e hija abrazándose.
- Viñeta 2: Un niño ayudando a su madre en la cocina, mientras esta prepara la comida.
- Viñeta 3: Un padre diciéndole a su hija: «¡Qué ganas tenía de verte!».
- Viñeta 4: Una madre ayudando a su hijo a hacer las tareas del colegio.
- Viñeta 5: Una madre diciéndole a su hija de 6 años: «Todavía no puedes ir sola al cine con tus amigas. Os puede pasar algo...».

Las viñetas que representan situaciones en las que no se demuestra afecto son las siguientes:

- Viñeta 6: Un padre leyendo el periódico sin escuchar lo que le está diciendo su hija.
- Viñeta 7: Un niño con una rabieta, llorando en el suelo, y una madre dándole un regalo para que se calme.
- Viñeta 8: Una madre gritando con ira a su hijo.
- Viñeta 9: Un hijo contestando a su madre gritando.
- Viñeta 10: Un hijo dándole un regalo a su madre por su cumpleaños, pero portándose mal en la fiesta.

Conclusión

Existen muchas formas de demostrar afecto, y ninguna es mejor que las demás, pero todas tienen en común que se está pensando en el otro, en lo que le gusta, en lo que se sabe que le haría feliz o, incluso, en su bien. Lo importante es que la otra persona se dé cuenta de que se le está demostrando afecto y que pueda responder ante esa muestra de cariño y amor.

FICHA 1. Demostraciones de afecto para madres 

FICHA 2. Demostraciones de afecto para hijos e hijas 

FICHA 3a. Viñetas 1 y 2 

FICHA 3b. Viñetas 3 y 4 

FICHA 3c. Viñetas 5 y 6 

FICHA 3d. Viñetas 7 y 8 

FICHA 3e. Viñetas 9 y 10 

Madres

Hay demostración de afecto	No hay demostración de afecto

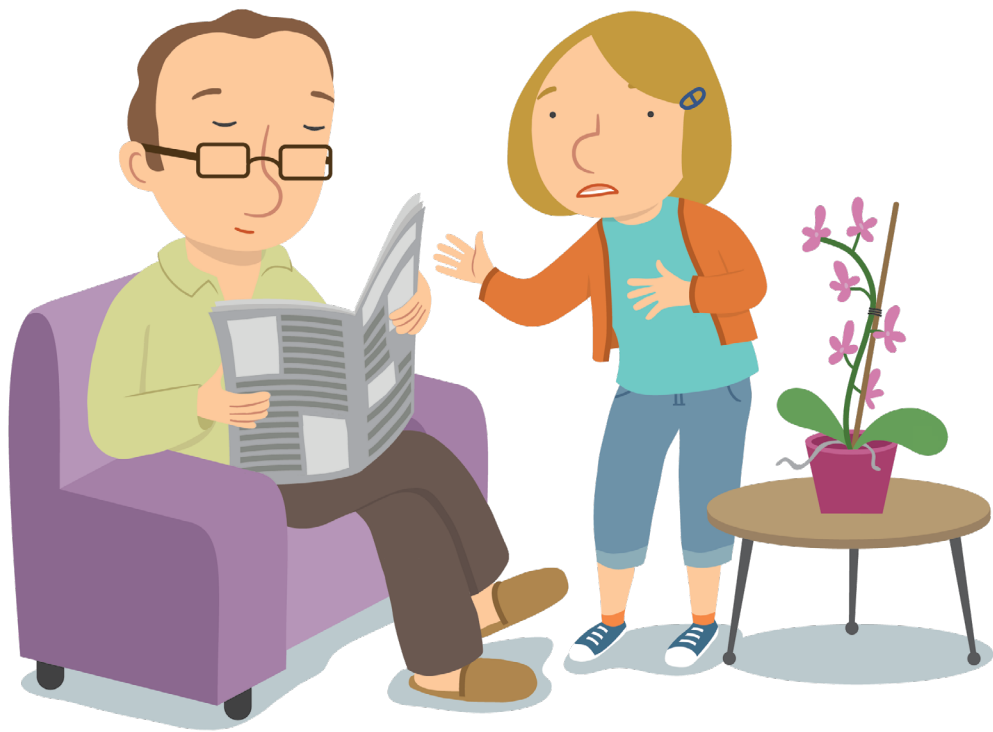
Hijos e hijas

Hay demostración de afecto	No hay demostración de afecto



¡Qué ganas tenía
de verte!









ACTIVIDAD 2. **Uno + uno = infinito**

Trabajo en pequeños grupos

Juego de reglas

30 minutos

Introducción

En el día a día solemos hacer las cosas solos, y a veces olvidamos que nuestra familia está formada por varios miembros, y que nos podemos ayudar mutuamente. Debemos ser conscientes de que cuando contamos los unos con los otros, mostrándonos confianza, podemos lograr muchas más cosas.

Desarrollo

En esta actividad se propone al grupo una carrera de relevos con obstáculos, en la que los participantes competirán por parejas, cada madre con su hijo o hija. La carrera tendrá distintos tramos. La pareja que primero llegue a la meta será la ganadora. Al ser una carrera de relevos, los participantes no podrán salir de un tramo hasta que no los toque su compañero o compañera. La carrera de obstáculos estará condicionada por el espacio, el número de participantes y el material disponible. En esta actividad se presenta una opción como ejemplo. Se pueden hacer dos o tres circuitos iguales, para que puedan correr dos o tres parejas a la vez. Se cronometra el tiempo que tarda cada una y, después, participan las demás parejas. Si solo hay espacio para un circuito, se cronometra igualmente el tiempo de cada pareja y se simplifica el recorrido para que la actividad no sea demasiado larga.

Se establecerá previamente quiénes realizan cada tramo, si los hijos e hijas o las madres, en función del grado de dificultad. Una posible distribución de los obstáculos puede ser la descrita a continuación, pero será el espacio disponible el que la determinará:

- Primer tramo. Los hijos e hijas pasan por debajo de unas mesas, arrastrándose por el suelo. Después, cogen una pelota pequeña (del tamaño de una pelota de golf), la ponen en una cuchara y, sosteniéndola con la boca, corren hacia su pareja. Si se les cae la pelota deberán volver atrás y empezar de nuevo colocándola en la cuchara.
- Segundo tramo. Al llegar el hijo o hija con la pelotita, la madre le estará esperando con otra cuchara en la boca para traspasarla. Si se les cae la pelota, el hijo o hija deberá volver atrás y empezar de nuevo colocándola en la cuchara. Una vez que la madre tenga la pelota en su cuchara, correrá con ella en la boca saltando o esquivando varias cajas que encontrará en su camino. Al llegar al final de este tramo, dejará la pelota sobre la mesa y seguirá con el siguiente.
- Tercer tramo. Este tramo lo realizan solo las madres. Se meterán en un saco y llegarán dando saltos hasta el final de un circuito lleno de sillas u otros obstáculos. Al finalizarlo, se encontrarán con su hijo o hija para recorrer el último tramo juntos.
- Cuarto tramo. Este tramo lo realizan los hijos e hijas y las madres. Se trata de encontrar y recoger unos coches de juguete desplazándose por parejas haciendo la carretilla. Cada pareja decidirá quién hace de carretilla y quién la empuja. Entre numerosos objetos revueltos por el suelo, se esconderán unos pequeños coches de juguete. La persona que empuja la carretilla se colgará un saco o una bolsa del brazo, donde irá metiendo los coches que le pase su compañero o compañera que hace de carretilla. No podrá coger coches del suelo directamente, sino solo los que le pase su pareja. Cada equipo debe encontrar tres coches. Cuando lo hayan logrado, irán hasta la meta en carretilla y, una vez allí, enseñarán los tres coches. En ese momento habrá terminado el circuito (los coches pueden ser sustituidos por cualquier otro objeto, en función de la disponibilidad de cada grupo).

Conclusión

El apoyo y el afecto entre madres e hijos e hijas les da confianza para alcanzar objetivos que solos no podrían lograr. Cuando las familias trabajan unidas, son mucho más fuertes que cuando lo hacen por separado.

Compromisos para casa

Al finalizar la sesión se pide al grupo, tanto a las madres como a los hijos e hijas, que se comprometan a realizar, de forma conjunta a lo largo de la semana, una actividad que esté relacionada con el tema trabajado. Se les pueden dar varios ejemplos que les sirvan de guía:




- Todas las noches, antes de irme a dormir, le daré un beso a mi madre.
- Cada noche, dedicaré 10 minutos a estar con mi hijo o hija, los dos solos, y descubrir lo que necesita.
- Cada día hablaremos 15 minutos acerca de cómo nos sentimos.

Cada grupo familiar deberá ponerse de acuerdo en la actividad que desean realizar de forma conjunta. A continuación, se les proporcionará una hoja de compromisos (ficha 4) para casa, en la que escribirán su compromiso y que se revisará en el apartado de familias de la siguiente sesión. La revisión consistirá en evaluar si se ha cumplido satisfactoriamente el compromiso o los deberes fijados en la sesión anterior mediante unas caras que indican el grado de consecución del objetivo planteado. Por último, deberán terminar una frase que explica los motivos por los que no se ha podido alcanzar el compromiso propuesto.

Se cierra la sesión de familias anunciando que, en la próxima sesión, se representará una obra de teatro, y se anima a los participantes a aportar algunos elementos para la caracterización.

FICHA 4. **Compromisos para casa**

Compromisos para casa

	No conseguido	Algo conseguido	Conseguido
Nos comprometemos a...			
No lo pudimos hacer porque...			

Educamos a nuestros
hijos e hijas

Sesión

3

Sesión 3

Para madres

Empezamos el análisis de las prácticas educativas existentes en el seno de la familia haciendo especial hincapié en el rol y la autoridad materna. El ejercicio de las tareas educativas que conlleva ser madre requiere la adopción de una actitud responsable y flexible, basada en la comunicación y el afecto, así como la participación de los hijos e hijas. La tarea educativa de las madres está encaminada a crear un entorno estructurado, en el que la transmisión de unos hábitos y unas rutinas den seguridad a los niños y niñas y, a su vez, les permitan la adquisición de una autonomía progresiva. Educar es también ayudar a que los hijos vayan creando sus gustos, preferencias e intereses. Para ello, las madres tienen que animar a sus hijos e hijas a que se expresen, a que tomen sus propias decisiones y a que se sientan cómodos y seguros cuando las explican. Por último, educar significa dar ejemplo, para que los niños y niñas aprendan valores prosociales de igualdad de género, de respeto a la diferencia y de respeto al medio ambiente.

Esta sección se centra, por lo tanto, en que las madres (o progenitores) reflexionen sobre los aspectos más relevantes del rol paterno y materno: la educación.

Objetivos

- Valorar el seguimiento y la supervisión como elementos necesarios para crear un entorno estructurado y estable de vida cotidiana.
- Utilizar mecanismos que faciliten la participación, la corresponsabilidad y la supervisión.

Contenidos

- Seguimiento y supervisión constantes del cumplimiento de las normas y los límites.
- Modalidades de supervisión.
- La corresponsabilidad y la participación.
- Valores prosociales: igualdad de género, solidaridad y respeto.
- Supervisión parental o marental, y seguimiento.

Actividades

- Actividad 1. El semáforo de la educación
- Actividad 2. Todos juntos es más fácil

Materiales y recursos

- Ficha 1. El semáforo de la educación
- USB con el vídeo *Todos juntos es más fácil*

Desarrollo de la sesión

La sesión pretende reflexionar sobre algunos de los elementos más significativos de las prácticas educativas parentales, como son los límites y las normas, así como sobre el seguimiento y la supervisión de los mismos. Establecer límites y normas debe servir para orientar el comportamiento de nuestros hijos e hijas, y también para generar de forma paulatina la adquisición e interiorización de valores prosociales como la autonomía, el respeto y la tolerancia.

Se puede presentar la sesión de una forma similar a esta: «Durante la sesión de hoy, hablaremos sobre las prácticas educativas. Suele ser un tema que preocupa a todas las madres. Seguro que más de una vez nos hemos preguntado: “¿Estoy educando bien a mis hijos?”, “¿Qué podría hacer para que cumplan las normas que tenemos en casa?”, “¿Tal vez tengo demasiadas manías y es mejor dejar que hagan lo que quieran?”, “¿Qué debo hacer cuando no me hacen caso?”, “¿Los castigo o lo dejo correr?”. De todo ello trataremos en esta sesión, e iremos viendo lo que debe formar parte de la educación que damos a nuestros hijos e hijas».

Además, en esta sesión también trabajaremos los valores prosociales (igualdad de género, solidaridad y respeto). El entorno estructurado para la transmisión positiva de valores se puede crear a partir de las habilidades de corresponsabilidad y participación. Es una cuestión actitudinal y procedimental aceptar la tolerancia y mostrar escucha, empatía y cooperación como formas de comunicación entre los miembros del grupo familiar, especialmente con los hijos e hijas. Las madres tenemos que aprender a compartir y aceptar las decisiones de nuestros hijos e hijas a partir de la dosis de responsabilidad que les debemos suponer.

ACTIVIDAD 1. El semáforo de la educación

Discusión dirigida

25 minutos

Introducción

Un entorno estructurado y estable se puede lograr estableciendo unas normas claras y concisas. Pero también es importante que las madres acompañemos a nuestros hijos e hijas en el cumplimiento de las mismas. La necesidad de ser consecuente en el cumplimiento y el seguimiento es especialmente relevante para establecer una relación educativa. En esta actividad veremos distintas formas en que las madres (o cuidadores) pueden llevar a cabo el seguimiento y la supervisión, y analizaremos conjuntamente cuáles son las más adecuadas.

Desarrollo

La persona dinamizadora habrá dibujado en la pizarra un semáforo en el que los colores significan lo siguiente:

- **Rojo:** formas de control que nunca deberían producirse.
- **Naranja:** formas de control que se pueden dar en ocasiones, pero que no se consideran las más adecuadas.
- **Verde:** formas de control adecuadas y pertinentes en cualquier contexto.

La persona dinamizadora repartirá de forma aleatoria las ocho tarjetas de la ficha 1 a distintas personas del grupo. Estas tarjetas muestran dibujos que representan distintas formas de actuar de las madres. A continuación, estas personas explicarán en voz alta el dibujo de la tarjeta que les ha tocado y la colocarán en el color del semáforo que crean que le corresponde, a la vista de las participantes.

Cada dibujo responde a una de las siguientes formas de supervisión, guía o control:

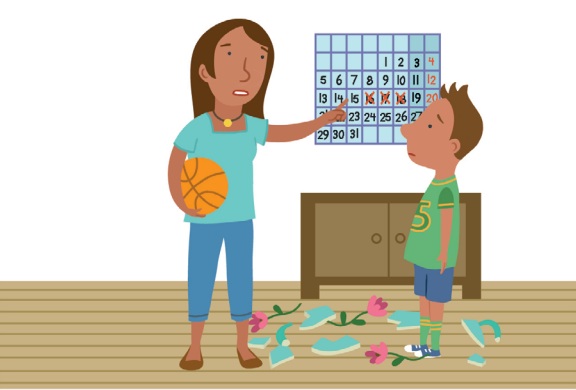
- La comunicación, el apoyo y el afecto. La madre explica una norma basada en el razonamiento, señalando sus consecuencias positivas.
- El modelo. El ejemplo de las madres es especialmente relevante en la transmisión de normas vinculadas a valores.
- La pérdida de privilegios. Se castiga negando a los hijos el permiso para hacer algo que les gusta o que es de su agrado.
- Ignorar o dejar pasar. Ante una situación en que los hijos e hijas incumplen alguna norma, los adultos «hacen ver» que no se dan cuenta para evitar el enfrentamiento.
- Chantaje emocional. Consiste en querer controlar emocionalmente a los hijos e hijas señalando las consecuencias negativas para los adultos (madres y padres) de que ellos no cumplan, en lugar de argumentar los beneficios de la norma para los propios niños o niñas y la dinámica familiar.
- Arbitrariedad. No se controla y fomenta el cumplimiento de las normas, y cuando se hace es de forma irregular y por causas ajenas a los comportamientos de los niños y niñas.
- Utilización de la violencia verbal, gritos y amenazas para imponer la norma, sin explicarla y atemorizando al niño o niña.
- El castigo físico para imponer la autoridad.

Cuando todas las personas hayan acabado de explicar los dibujos, se desarrollará un debate para averiguar cómo los han valorado, qué técnicas de control son las más adecuadas, cuáles no lo son nunca y qué otras se consideran adecuadas en algunas ocasiones. La reflexión en gran grupo debe dirigirse a reforzar la autoridad y el control parental como un elemento esencial del rol de las madres, así como para reafirmar la necesidad de ejercer una autoridad basada en razonamientos, en la que se tenga en cuenta el punto de vista de los hijos e hijas.

Conclusión

Se puede concluir remarcando que tan necesario es establecer normas como facilitar su desarrollo por medio del acompañamiento y la supervisión. Para que las normas se consoliden debe recurrirse a una autoridad basada en razones y explicaciones, prestando atención y escuchando lo que dicen los niños y niñas. Se trata, en definitiva de ejercer una autoridad razonada y con la participación de todos.

FICHA 1. El semáforo de la educación



ACTIVIDAD 2. Todos juntos es más fácil

Videoforo

35 minutos

Introducción

El objetivo de esta actividad es que el grupo de madres identifique los mecanismos para aplicar la corresponsabilidad y la participación de todos los miembros de la familia en las tomas de decisiones por medio de la supervisión.

Desarrollo

Veremos un vídeo con testimonios de familias que explican sus experiencias relacionadas con la educación de sus hijo e hijas y sobre cómo han logrado establecer mecanismos para crear un buen clima, con unas normas aceptadas y seguidas por todos los miembros de la familia. Se trata de testimonios que muestran distintas formas de establecer normas y de realizar su seguimiento. Son normas y límites relacionados con la organización de la vida doméstica, con las actividades escolares y extraescolares, así como con el dominio personal y los hábitos de autonomía.

Antes del visionado del vídeo se plantean las preguntas que se comentarán después con todo el grupo. Se señala a las madres que lo importante del vídeo de testimonios no es entrar en el análisis del tipo de familia, sino en el establecimiento de las normas y en cómo se supervisan:

- Las normas incluidas en los testimonios, ¿sobre qué cuestiones se han decidido? ¿Son necesarias?
- ¿Han participado los hijos o hijas en el establecimiento de las normas? ¿Cómo lo han hecho?
- ¿Qué método se sigue para comprobar que las normas se respetan?

-
- ¿Y qué ocurre cuando la norma no se cumple? ¿Saben los niños o niñas qué pasará si no se respeta?

Ejemplos de algunas respuestas de las familias

- a.** Las normas incluidas en los testimonios, ¿sobre qué cuestiones se han decidido? ¿Son necesarias?
- Para organizar la vida doméstica.
 - Para establecer rutinas en la familia.
 - Para poner un límite en beneficio del niño o niña.
 - Para decidir algo conjuntamente.
 - Para resolver algún conflicto.
- b.** ¿Han participado los hijos e hijas en el establecimiento de las normas? ¿Cómo lo han hecho?
- Han sido informados sobre la norma.
 - Se escucha la opinión de los hijos e hijas.
 - Sus progenitores les piden su opinión.
 - Los hijos e hijas y las madres o padres hablan sobre la norma.
 - Se busca un consenso entre la opinión de los padres y la de los hijos.
 - Madres, padres, hijos e hijas admiten el establecimiento de la norma.
- c.** ¿Qué método se sigue para comprobar que las normas se respetan?
- Todos los miembros de la familia entienden la necesidad de la norma.
 - Todos los miembros de la familia se comprometen a cumplirla.
 - Todos los miembros de la familia comparten el seguimiento y la supervisión.
- d.** ¿Y qué ocurre cuando la norma no se cumple? ¿Saben los niños o niñas qué pasará si no se respeta?
- El límite o la norma se explica.
 - La razón de la norma está clara para todos los miembros.
 - Las consecuencias de no respetarla están claras para todos y todas.

- Es ajustada a la edad de los hijos e hijas.
- Se admite flexibilidad en casos particulares.
- Existe constancia en el seguimiento de la norma.

Conclusión

La forma de establecer las prácticas educativas está relacionada con una doble competencia parental. Por un lado, los progenitores pueden adoptar la corresponsabilidad y la participación como parte de las habilidades necesarias para establecer unas normas claras, explícitas y consistentes. Por otro lado, deben asumir el rol de la supervisión para determinar y pactar acuerdos proporcionados, coherentes y razonables. Se establece así una autoridad basada en la comunicación, el apoyo y el afecto, pero también en la supervisión y el acompañamiento. La autoridad, el control y la supervisión de nuestros hijos son el camino para la transmisión de unos valores, para alcanzar una autonomía progresiva y para crear un entorno estructurado que proporcione modelo, guía y supervisión. Todo ello supone el establecimiento de rutinas y hábitos en la organización de las actividades cotidianas de la familia que quiera llevar a cabo estos aprendizajes.

Recuerda

La educación de los hijos e hijas requiere establecer unas normas para que estos crezcan adecuadamente.

Educar también significa dar ejemplo para que los niños y niñas aprendan los valores de respeto e igualdad.

Las normas de organización de las rutinas diarias benefician a todos, porque ayudan a crear un ambiente familiar positivo y agradable.

Es necesario no olvidar nunca que las normas deben ser pocas, claras y estar bien explicadas, para que los menores entiendan en qué consisten y por qué son necesarias.

Algunas normas se pueden decidir entre todos, escuchando la opinión y las razones de los hijos e hijas, pero no se trata de que «manden» ellos.

Los cuidadores mantienen su autoridad escuchando, hablando, interesándose por los niños y niñas, apoyándoles y mostrándoles afecto.

Una reunión familiar es una forma de que los miembros de la familia puedan mantener una agradable conversación y compartir un tiempo para decidir cosas conjuntamente.

Compartir las decisiones en familia es muy importante para que los hijos e hijas sean cada vez más responsables y participativos.

Sesión 3

Para hijos e hijas

En esta sesión se desarrollan las prácticas educativas dirigidas a fomentar la participación responsable de los niños y niñas en las mismas. Algunas de las normas y límites de las dinámicas familiares se pueden establecer haciendo participar, con sus opiniones y sus percepciones, a nuestros hijos e hijas. Pero este planteamiento debe estar en función de su edad, sus capacidades y la actitud responsable hacia las propias decisiones.

Por lo tanto, la habilidad de expresar opiniones razonadas y de aceptar las opiniones de los demás, así como la actitud de responsabilidad que conlleva el derecho de la participación, serán los contenidos angulares de esta sesión. Con ello se pretende educar hacia el establecimiento de una relación familiar que fomente la adquisición de la autonomía personal y la asunción de responsabilidades.

Objetivos

- Desarrollar la capacidad de aceptar las opiniones razonadas de las madres que afectan de forma directa a la convivencia y las dinámicas familiares.
- Tomar conciencia de que la participación implica el compromiso en la toma de decisiones.

Contenidos

- Aceptación de opiniones y puntos de vista distintos.
- Compromiso.
- Responsabilidad.

Actividades

- Actividad 1. Edu, el superhéroe
- Actividad 2. La fábula de los tres cerditos

Materiales y recursos

- Ficha 1. La historia de Edu
- Ficha 2. Los tres cerditos

Desarrollo de la sesión

El objetivo de esta sesión es fomentar la participación de nuestros hijos e hijas en las dinámicas familiares y educativas desde el ejercicio de la parentalidad positiva. La participación infantil constituye una de las grandes aportaciones teóricas en educación, ya que se concibe a los niños y niñas como sujetos activos que participan con sus opiniones y sus percepciones en el establecimiento de las normas, lo que supone que la participación es un fin en sí mismo que debe formar parte de la dinámica familiar. Sin embargo, como se ha visto en la sesión de madres, no debe confundirse la participación infantil con una delegación de las funciones maternas. Al contrario, esta participación de los hijos e hijas en las decisiones que les afectan y en la gestión de la vida familiar tiene que ir acompañada del establecimiento de unas normas y unos límites claros, coherentes, pactados y consistentes.

En esta sesión se pretende que los hijos e hijas adopten habilidades para expresar sus opiniones basadas en razonamientos y en motivos justificados, y que aprendan a aceptar las opiniones razonadas de sus madres. Además, se abordará también que el derecho a la participación supone la responsabilidad de cumplir con lo pactado. Se trata de una relación progresiva de adquisición de autonomía personal y de responsabilidades. Se puede adaptar la siguiente sugerencia para introducir la sesión: «Hoy empezamos una nueva sesión. Seguro que ahora que ya no sois tan pequeños, y que tenéis vuestras propias opiniones, os gusta decir lo que pensáis y que os escuchen. Seguramente, alguna vez os habéis enfadado cuando no habéis estado de acuerdo con mamá. Pues bien, hoy vamos a ver qué podemos

hacer para aprender a explicar bien nuestras opiniones para que se tengan en cuenta. También veremos que, a veces, tenemos que entender las decisiones de mamá, así como ser responsables con las decisiones que tomemos en familia».

Siempre en función de la edad, se trata de desarrollar la capacidad de decidir y la responsabilidad que esta supone, así como aceptar las opiniones de los demás. A medida que los hijos e hijas toman parte en las decisiones, se implican más en las normas establecidas y toman conciencia de los riesgos de no ser consecuentes con lo decidido.

ACTIVIDAD 1. Edu, el superhéroe

Fantasia guiada

35 minutos

Introducción

Tan importante es dar nuestra opinión como escuchar y aceptar las opiniones de otras personas. Ahora vamos a conocer la historia de un niño que nos ayudará a aprender a escuchar y aceptar opiniones distintas de las nuestras. Es especialmente necesario que sepamos escuchar las razones que nos dan nuestras madres cuando establecen una norma o un límite. Es posible que, en ocasiones, no estemos de acuerdo con ellas o que prefiramos hacer otra cosa, pero las normas razonadas son necesarias, por ejemplo para que durmamos las horas suficientes, para que nos alimentemos y crezcamos fuertes y sanos, o para que aprendamos a ser cada día un poco más responsables.

Desarrollo

Esta actividad consiste en escuchar la historia de Edu, un aprendiz de superhéroe. En la historia aparecen también sus hermanos y sus padres.

La persona dinamizadora pedirá silencio y creará un ambiente de misterio, para que todos se relajen y escuchen la historia. Pueden cerrar los ojos o tumbarse en el suelo, cualquier cosa que favorezca el clima de sosiego y tranquilidad. Se indica al grupo que deberán identificarse con Edu, el superhéroe. En este relato, ellos son los aprendices de superhéroe.

La persona dinamizadora leerá el siguiente relato (ficha 1):

FICHA 1. La historia de Edu 

La historia de Edu

Viendo a Edu, no te puedes imaginar qué tipo de persona es. Es un niño como tú, y a veces está triste. La gente no sabe por qué. Y es que Edu vive en un barrio poco común, donde todas las casas son muy grandes y misteriosas, y parecen muy sólidas. Nadie que viva en el centro de la ciudad se atreve a ir hasta allí, porque todo parece muy extraño en ese lugar.

La casa de Edu es muy grande y con las paredes muy gruesas, las ventanas siempre están cerradas y la puerta es blindada. En aquella casa tan especial, Edu vive con sus padres y su hermana mayor. La familia esconde un secreto: son superhéroes. [Pausa de tres segundos.] Los padres de Edu se conocieron en la escuela de superhéroes, donde ingresaban todos los niños que tenían poderes. Todos los menores que son hijos de superhéroes saben hacer algo extraordinario y, después de practicar en casa durante dos años, ingresan en la Superescuela.

Todos los superhéroes pueden volar, pero la madre de Edu lo hace a una velocidad más rápida que la de la luz. [Pausa de tres segundos.] Su padre es capaz de parar el tiempo. [Pausa de tres segundos.] La hermana de Edu, Noemí, se hace invisible. [Pausa de tres segundos.]

Es una familia alucinante, excepto por una cosa: Edu aún no tiene poderes. [Pausa de tres segundos.]

- **¿Cómo te sientes? Todos tienen superpoderes menos tú. Piensa en una palabra que explique tus sentimientos.**

Un día, Edu se despierta sintiendo una especie de calor que, desde el corazón, se expande hacia el resto del cuerpo, una sensación muy agradable. Cuando se mira en el espejo, ve que le brillan los ojos más de lo habitual y que tiene las mejillas ligeramente sonrosadas. Ladea un poco la cabeza y adelanta una mano para tocar el reflejo de su

cara en el espejo, pero, en el mismo instante en que la yema de su dedo índice toca ligeramente el espejo, este explota en mil pedazos, aunque los trozos de espejo que impactan en Edu rebotan contra su cuerpo. Edu está boquiabierto: ¡por fin han llegado sus poderes! Se siente extraordinariamente feliz. [Pausa.] Da un pequeño salto, toca con la cabeza en el techo y lo atraviesa. ¡Patapum! Está en el piso de arriba, un montón de ruinas. Su madre lo mira con los ojos como platos, pero se limita a comentar: «Tenemos que decírselo a tu padre». Y se le escapa una sonrisa traviesa. [Pausa.]

En los días siguientes, Edu no deja de practicar sus poderes. Es lo mejor que le ha pasado nunca, y no quiere desaprovechar la oportunidad. Todos sus amigos han tenido un año más que él para practicar, pero Edu no cuenta con mucho tiempo, y los resultados de sus ensayos son desastrosos. Lo que más le fastidia es que con su superfuerza lo rompe todo, y como la casa no es muy grande, no puede volar. Pide a sus padres que le dejen ir al parque a jugar con sus amigos superhéroes para enseñarles sus poderes y poder volar con libertad, pero ellos le explican por qué no puede ser. Y le dan tres razones que lo justifican:

- La primera es que los jefes de los superhéroes no dejan a los niños usar sus poderes fuera de casa, y si se enteraran seguramente te impondrían un castigo muy severo.
- La segunda es que te puede ver algún niño o niña que no sea superhéroe, y ya sabes que eso sería muy malo, porque no deben saber que somos especiales, ya que los científicos querrían hacer pruebas con nosotros.
- Y la tercera y última es que tú aún no controlas muy bien tus poderes y podrías hacer daño a alguien o a ti mismo, y alguno de tus amigos podría salir herido. Cuando empieces a ir a la Superescuela, podrás jugar tanto como quieras con los otros niños superhéroes, pero hasta entonces solo puedes practicar con tus superpoderes en casa. [Pausa.]
- **¿Cómo te sientes?**

Edu es un chico muy inteligente y entiende lo que le dicen sus padres, pero le sienta muy mal porque él quiere jugar con sus amigos que ya van a la Superescuela.

Solo faltan dos meses para empezar el curso y Edu nota que su control sobre sus poderes ha mejorado mucho.

Una noche muy calurosa, cuando Edu está a punto de meterse en la cama, ve en la ventana a todos sus amigos que le dicen: «Ven con nosotros a volar un rato. No será peligroso. Lo haremos sin que nos vea nadie». Edu no sabe qué hacer. Si va con ellos, se lo pasará muy bien, aunque se puede meter en un lío; pero si se queda en casa durmiendo todos los niños se lo pasarán bien menos él.

- **¿Qué piensas? ¿Qué harías tú? ¿Te vas con tus amigos o te quedas?**

Edu decide irse con ellos, pero cuando se dirigen al parque un niño no superhéroe los ve. Edu se pone nervioso y choca contra una farola, haciéndola añicos. El golpe es tan grande que se cae de bruces y se hace daño. Entonces llega la policía de los superhéroes y le prohíben usar sus poderes. Cuando sus padres van a buscarlo, Edu está avergonzado: ya no se fiarán nunca más de él. Están muy enfadados.

- **Y ahora, ¿cómo te sientes? ¿Lo podrías haber evitado?**

Una vez acabado el relato, se dejan pasar unos segundos y después se pide a los participantes que vayan abriendo los ojos. A continuación, mediante una lluvia de ideas se les pide que expresen con una o dos palabras cómo se han sentido al oír el relato. Se apuntarán en la pizarra todas las palabras que surjan, y después los niños y niñas explicarán el porqué de esos sentimientos.

El objetivo es reflexionar sobre los sentimientos de Edu y sobre las consecuencias de no aceptar las normas de los padres (o madres, cuidadores, etc.). La persona dinamizadora preguntará qué consecuencias tiene para Edu haberse saltado las normas.

En una situación como la descrita, se entiende que Edu esté frustrado y con muchas ganas de practicar. Pero tomar una decisión incorrecta y no seguir las normas que sus padres le han impuesto le conlleva consecuencias negativas: la policía le ha prohibido usar sus superpoderes, ha roto una farola, se ha hecho daño, un niño

les ha visto y puede que todos acaben encerrados si los delata. Por si fuera poco, además se siente muy mal por haber engañado a sus padres. Después de hacer esta reflexión en voz alta, se puede leer el final alternativo:

Final alternativo

A Edu le cuesta mucho decidirse, pero finalmente resiste y se queda en la cama, aunque muy disgustado. A la mañana siguiente se lo cuenta a sus padres y ellos deciden que, como ha hecho lo correcto, lo llevarán al campo y lo dejarán volar bajo su vigilancia.

- **¿Cómo te sientes ahora?**

Conclusión

Aunque los hijos e hijas expresen su opinión de forma razonada, en ocasiones las madres (o cuidadores) lo ven de otra forma. Ellas también tienen sus motivos, y aunque en ocasiones no les guste a los hijos e hijas, deben aceptar que sus opiniones, basadas en razonamientos que buscan su bienestar, serán las definitivas en caso de que no se llegue a un acuerdo.

ACTIVIDAD 2. La fábula de los tres cerditos

Discusión dirigida

25 minutos

Introducción

La otra cara de la moneda de la participación es la responsabilidad. Cuando se enseña a los niños y niñas a que participen paulatinamente en la toma de decisiones sobre cuestiones que les afectan, también aprenden a comprometerse con aquello que se ha decidido, de tal forma que van asumiendo determinadas responsabilidades y adquieren una autonomía progresiva.


Se puede introducir esta actividad planteando que, para que las madres vayan dando más libertad a los hijos e hijas para hacer cosas e ir tomando decisiones, ellos deben demostrar que son capaces de responsabilizarse: cuanto más mayores son, más se escucha su voz, pero también tienen mayor responsabilidad en ser los primeros en cumplir los acuerdos.

Desarrollo

En esta actividad se realizará una representación teatral en la que intervienen cuatro personajes y un narrador. Previamente, se habrán preparado las máscaras de los personajes de los tres cerditos y el lobo (ficha 2).

La persona dinamizadora pedirá que salgan cinco voluntarios a interpretar la historia. Los actores escenificarán mediante mímica y gestos lo que el narrador vaya describiendo. Les dará un tiempo para que preparen la representación con la ayuda de las máscaras y del texto (ficha 2) de la fábula de los tres cerditos. Mientras tanto, el resto del grupo y la persona dinamizadora prepararán la sala, donde simularán las tres casas sirviéndose del mobiliario y el material disponible.

La fábula está adaptada para esta actividad, en la que se refuerza el hecho de que los tres cerditos deciden juntos cómo van a construir las casas. A partir de las opiniones de los tres, llegan a un consenso acerca de la mejor forma de construir las casas, aunque después haya quien no lo respete.

FICHA 2. Los tres cerditos 

Los tres cerditos

Había una vez tres cerditos que crecieron alegres junto a sus padres, en una cabaña del bosque. Y como ya eran mayores, sus papás decidieron que era el momento de que empezaran a decidir por ellos mismos, y la primera decisión que tomaron hacía referencia a cómo construir su propia casa. Los tres cerditos se despidieron de sus papás y se fueron a conocer mundo.

—¿Qué haremos ahora? —se preguntaron.

—Construiremos cada uno nuestra propia casa —dijo uno de ellos.

—De acuerdo —contestaron los otros dos.

—Pero primero deberíamos decidir juntos cómo van a ser—dijo uno de los cerditos.

—Serán casas sólidas para que nos protejan del lobo. ¿Qué os parece?

—Sí, sí, ¡estamos de acuerdo!

Pero el primer cerdito, el perezoso de la familia, decidió construir una casa de paja. En un minuto tuvo la choza terminada, y luego se echó a dormir.

El segundo cerdito, un glotón, prefirió construir la cabaña de madera. No tardó mucho en terminarla, y después se fue a comer manzanas.

El tercer cerdito, muy trabajador, optó por construir una casa de ladrillos y cemento. Tardaría más en construirla, pero estaría más protegido. Después de un día de mucho trabajo, la casa quedó preciosa.

Cuando acabó de construirla, ya se empezaban a oír los aullidos del lobo en el bosque, y no pasó mucho tiempo antes de que se acercara a las casas de los cerditos. Hambriento, se dirigió a la primera casa y gritó:

—¡Ábreme la puerta! ¡Ábreme la puerta o soplaré, y tu casa tiraré!

Como el cerdito no le abrió, el lobo sopló con fuerza y derrumbó la casa de paja. El cerdito, temblando de miedo, salió corriendo y se metió en la casa de madera de su hermano. Pero el lobo lo siguió hasta la segunda casa, llamó a la puerta y gritó: —¡Ábreme la puerta! ¡Ábreme la puerta o soplaré, y tu casa tiraré!

Y el segundo cerdito no le abrió, y el lobo sopló y sopló, y la cabaña se fue volando por los aires. Asustados, los dos cerditos corrieron y se metieron en la casa de ladrillos de su otro hermano. Pero el lobo estaba decidido a comérselos, así que llamó a la puerta y gritó:

—¡Ábreme la puerta! ¡Ábreme la puerta o soplaré, y tu casa tiraré!

El cerdito trabajador le contestó:

—¡Sopla lo que quieras, pero no abriré!

Entonces el lobo sopló y sopló. Sopló con todas sus fuerzas, pero la casa ni se movió. Era muy fuerte y resistente. El lobo se quedó casi sin aire, pero, aunque estaba muy cansado, no desistía. Cogió una escalera, se subió al tejado de la casa y se deslizó por la chimenea. Estaba empeñado en entrar en la casa y comerse a los tres cerditos como fuera.

Lo que no sabía es que los cerditos habían puesto al final de la chimenea un caldero con agua hirviendo. El lobo, al bajar por la chimenea, acabó quemándose con el agua caliente. Dio un enorme grito y salió corriendo, y nunca más volvió, de modo que los cerditos pudieron vivir tranquilos. Y tanto el perezoso como el glotón aprendieron que se habían equivocado al romper su pacto, y que solo con el trabajo se consiguen las cosas.

Después de haber representado el cuento, se preguntará:

- ¿Qué cerdito ha conseguido lo que quería?
- ¿Con qué cerdito os gustaría vivir? ¿De cuál os fiaríais más?
- ¿Qué hubieras hecho tú?

La responsabilidad de los protagonistas de la historia es la consecuencia de que su padres les hayan dado libertad para tomar decisiones. Al principio deciden entre los tres, de forma autónoma, cómo van a construir sus casas. Llegan al acuerdo de que serán casas sólidas, pero dos de los hermanos no cumplen lo pactado. Los tres cerditos han participado en la decisión, pero solo uno de ellos será consecuente con la misma.

Conclusión

Esta actividad ha servido para que los niños y niñas comprendan que, cuando se les trata como a los mayores y se escuchan sus opiniones para tomar decisiones entre todos, están más obligados a cumplir porque ha habido un acuerdo. Cuando se participa, se dan opiniones y se toman decisiones a través del consenso, es necesario ser más responsable y consecuente.

Recuerda

La opinión de los niños y niñas es muy valiosa, pero para conseguir que se les escuche deben explicar siempre el porqué.

A veces, los niños no están de acuerdo con sus madres, pero deben aceptar sus decisiones porque las toman pensando en lo que es mejor para ellos.

Para poder participar en la toma de decisiones, no es suficiente con dar la opinión, sino que también es necesario dejar que todo el mundo se exprese y respetar las ideas de los demás, aunque sean muy distintas de las nuestras.

Es fundamental saber respetar opiniones diferentes de las nuestras.

Cuando hablamos con otras personas:

- Solo habla una cada vez.
- Todo el mundo debe tener la oportunidad de hablar.
- Todo el mundo escucha las ideas de los demás.
- Si queremos que nos escuchen, tenemos que saber escuchar a los demás.

Nuestra responsabilidad va creciendo con nosotros: cuando participamos, damos nuestra opinión y decidimos cosas, también somos más responsables y estamos más obligados a cumplir con lo que hemos dicho.









Sesión 3

Para familias

Esta sesión se centrará en trabajar simultáneamente con todos los miembros de la familia algunos de los aspectos más relevantes sobre las prácticas educativas.

En primer lugar, un objetivo importante de las prácticas educativas es alcanzar un grado de convivencia y una dinámica familiar que permitan crear un entorno estructurado y facilitador de la educación de los hijos e hijas. Así, el contexto educativo se concibe como un objetivo y un medio para fomentar los valores de corresponsabilidad y reciprocidad familiar. Para las madres, crear unas rutinas y dinámicas constantes ayuda a construir un ambiente sostenible y facilitador de las relaciones en el seno familiar; para los hijos e hijas, este ambiente estructurado es el marco adecuado para ir adquiriendo de forma progresiva hábitos y valores hacia la autonomía.

El segundo aspecto relevante está relacionado con la forma de configurar ese entorno. Desde el punto de vista del respeto, la tolerancia y la reciprocidad, se puede optar por una construcción conjunta y participativa, en la que todos los miembros de la familia puedan contribuir con sus opiniones y con sus responsabilidades. Con ello se consigue una mayor capacitación de los niños y niñas, debido a que se potencia su percepción de que son sujetos activos. En esta sesión insistiremos en la toma de decisiones de forma conjunta sobre aspectos familiares, así como en la organización de la vida familiar basada en la corresponsabilidad y la participación.

Objetivos

- Identificar los beneficios de la existencia y el cumplimiento de las normas y límites que se establecen para mantener una buena convivencia y potenciar la dinámica familiar.
- Estimular y apoyar las experiencias de organización de la vida familiar basadas en la corresponsabilidad y la participación.

Contenidos

- Beneficios de las normas y límites en la convivencia familiar.
- Actitud positiva hacia las normas y límites.
- Reunión familiar.
- Corresponsabilidad.
- Participación.

Actividades

- Actividad 1. El concurso de las normas
- Actividad 2. ¿Qué hacemos este domingo?

Materiales y recursos

- Ficha 1. Las mil y una normas
- Ficha 2. Los personajes de la familia
- Ficha 3. Compromisos para casa

Desarrollo de la sesión

Esta sesión pretende que las familias compartan la experiencia positiva de contar con unas rutinas familiares basadas en normas, límites y valores que generen una buena convivencia familiar. Para ello, las familias deben ser conscientes de las ventajas de crear un entorno con determinadas rutinas y estructuras organizadas, así como de que todos los miembros se impliquen en su diseño, a través de una opinión basada en razonamientos. A su vez, el aprendizaje y la aceptación del papel de la autoridad materna o paterna son necesarios para comprender y adoptar el rol de hijo o hija. Ante la falta de acuerdo entre los miembros de la familia cuando se ha llevado a cabo un proceso inductivo, el punto de vista de las madres prevalece porque está basado en las necesidades de los hijos e hijas.

ACTIVIDAD 1. El concurso de las normas

Trabajo en grupos

25 minutos

Introducción

Esta actividad de familia nos permitirá seguir trabajando los contenidos de las sesiones anteriores. La actividad consiste en un juego de mímica cuya finalidad es conocer normas y límites, para identificar aquellos que ayudan a mantener una buena convivencia y potencian la dinámica familiar.

Desarrollo

Se formarán grupos de cuatro, cinco o seis personas, en los que estarán mezclados madres y niños y niñas. Se recomienda que estos grupos se formen aleatoriamente, utilizando algún tipo de juego para ello. Una opción es poner música y moverse por la sala y, cuando pare la música, que los participantes se junten con una o dos personas de las que tengan más cerca. Permanecen cogidos de la mano hasta que vuelva a sonar la música. Entonces, las parejas o tríos se mueven juntos y, cuando de nuevo pare la música, se juntan con otra pareja o trío, formando un círculo cuyos componentes se cogen de la mano. Y ya están formados los grupos. Solo hay que recordar que en cada uno deberán mezclarse madres y niños y niñas.

Mientras tanto, la persona dinamizadora habrá dispuesto, encima de una mesa en un extremo de la sala, varias tarjetas boca abajo. Cada tarjeta tendrá escrita una norma de la vida doméstica, de las dinámicas familiares o que favorezca el desarrollo de los niños y niñas. Se pueden escribir normas absurdas, divertidas, realistas, etc. Algunos ejemplos:

- En los días de fiesta, la hora de irse a dormir será las diez.
- En los días de colegio, la hora de irse a dormir será las nueve.

-
- La paga semanal será de un euro.
 - La habitación se recogerá antes de ir al colegio.
 - La cama se hará por la mañana.
 - El encargado de poner la mesa también se encargará de quitarla.
 - Cada día sacaré la basura un miembro de la familia.
 - Las uñas se cortarán el domingo a las diez y media de la mañana.
 - Los miembros de la familia se ducharán una vez al mes.
 - Los días laborables se cenará a las seis de la tarde.
 - La televisión se podrá ver siempre y a cualquier hora.
 - Las tareas de la casa solo las harán las mamás y las hijas.
 - Las tareas se repartirán entre todos los miembros de la familia.
 - Cada día al levantarse habrá que decir «Buenos días».
 - Cada día al acostarse habrá que decir «Buenas noches».
 - No estará permitido jugar en casa.
 - Todos los lunes, a las ocho de la tarde, se jugará a las cartas.

El juego consiste en que cada grupo deberá adivinar el máximo número de normas utilizando únicamente la mímica. Por turnos, un miembro de cada grupo cogerá una tarjeta lo más rápido posible, volverá a su grupo e interpretará con gestos la norma escrita hasta que los demás la adivinen. Después se repite la operación con otro miembro del grupo, hasta que todos hayan participado. Las tarjetas se guardan a medida que se van adivinando.

Pasado el tiempo estipulado, alrededor de 20 minutos, el juego se parará y cada grupo dirá cuántas normas ha adivinado. A continuación, se pedirá que cada grupo lea en voz alta las normas que ha adivinado, y dirán si las consideran necesarias y beneficiosas para la convivencia, o si son innecesarias. La persona dinamizadora concederá los turnos de palabra y dirigirá la justificación. Otra persona apuntará en la pizarra las normas en dos columnas: «Necesarias» e «Innecesarias».

Conclusión

La conclusión que se puede extraer de la actividad es que las normas adecuadas aportan numerosos beneficios, como fomentar la creación de un entorno estructurado y un ambiente familiar adecuado, pero el uso excesivo de normas puede ser contraproducente. Se recordará a las madres las tres reglas clave de las normas trabajadas en la sesión anterior: pocas normas pero claras, razonadas y explicadas.

FICHA 1. Las mil y una normas

<p>En los días de fiesta, la hora de irse a dormir será las diez.</p>	<p>En los días de colegio, la hora de irse a dormir será las nueve.</p>	<p>La paga semanal será de un euro.</p>
<p>La habitación se recogerá antes de ir al colegio.</p>	<p>La cama se hará por la mañana.</p>	<p>El encargado de poner la mesa también se encargará de quitarla.</p>
<p>Los miembros de la familia se ducharán una vez al mes.</p>	<p>Las uñas se cortarán el domingo a las diez y media de la mañana.</p>	<p>Las tareas de la casa solo las harán las mamás y las hijas.</p>
<p>Cada día sacará la basura un miembro de la familia.</p>	<p>Los días laborables se cenará a las seis de la tarde.</p>	<p>La televisión se podrá ver siempre y a cualquier hora.</p>
<p>Las tareas se repartirán entre todos los miembros de la familia.</p>	<p>Cada día al levantarse habrá que decir «Buenos días».</p>	<p>Cada día al acostarse habrá que decir «Buenas noches».</p>
<p>No estará permitido jugar en casa.</p>	<p>Todos los lunes, a las ocho de la tarde, se jugará a las cartas.</p>	

ACTIVIDAD 2. ¿Qué hacemos este domingo?

Juego de rol

35 minutos

Introducción

La actividad consiste en un juego de rol con el que se pretenden estimular experiencias de organización de la vida familiar basadas en la corresponsabilidad y la participación. Se recordará que la anterior sesión de familias finalizó con el anuncio de que se representaría una obra de teatro y animando a que los grupos aportaran elementos para la caracterización.

Desarrollo

Para la realización de esta actividad se precisa la participación activa de los miembros del grupo. Se pedirá la colaboración de seis voluntarios. Fuera de la sala, una de las personas dinamizadoras explicará a los voluntarios en qué consiste la dramatización que representarán y la actitud que deberá mostrar cada personaje. Se pueden dar las instrucciones por escrito, para que cada participante estudie su personaje durante unos minutos (ficha 2). La otra persona dinamizadora explicará la situación al resto del grupo y pedirá que se guarde silencio en el transcurso de la representación.

Nota: Si se prefiere, se puede obviar la figura del padre y sustituirla por la de otro familiar.

La escena representa a una familia numerosa que intenta ponerse de acuerdo para decidir juntos qué harán este domingo. Cada miembro de la familia tiene una idea distinta: el padre (u otro familiar) quiere pasar el domingo en casa, a la madre le gustaría ir al cine, el hijo quiere ir a jugar al fútbol, las dos hijas prefieren ir a la piscina municipal, y el abuelo desea dar un paseo por la nueva rambla de la ciudad.

Como hablan todos a la vez, cada uno expone su idea sin atender al resto y no se entienden, así que deciden improvisar una reunión familiar para elegir el plan.

Se trata de una escena divertida que transmite alegría y bienestar familiar.

Contenidos: El contenido sirve para analizar la participación infantil en la toma de decisiones, la corresponsabilidad de todos los miembros, el hábito de escuchar opiniones distintas, la capacidad de llegar a acuerdos y la responsabilidad.

Personajes: Abuelo, madre, padre (u otro familiar), hijo y dos hijas.

La representación dará comienzo cuando los actores estén preparados. Una vez finalizada, se preguntará a cada actor o actriz cómo se ha sentido representando el papel que le ha tocado. Asimismo, se pedirá al resto de los asistentes que describan la situación representada y que analicen si la reunión familiar se ha llevado a cabo teniendo en cuenta la corresponsabilidad y la participación de todos los miembros de la familia, y, si no es así, cómo debería hacerse para lograrlo.

Conclusión

Se sintetizarán los aspectos principales de la actividad desarrollada, se valorará la participación de las personas asistentes y se resaltarán, como cuestión relacionada con el contenido de la actividad, la importancia de la participación y la corresponsabilidad para celebrar una reunión familiar que ayude a compartir las decisiones en familia.

Los personajes de la familia

Abuelo	Es muy cariñoso con los nietos, pero está muy chapado a la antigua. Piensa que cuando él habla, los nietos no deben interrumpir, y cuando lo hacen, les dice que los niños deben mantenerse en silencio cuando los adultos están hablando.
Madre	Es una mujer alegre. Siempre intenta que no haya discusiones en casa. Esta vez quiere poner paz entre todas las opciones y renuncia enseguida a su idea de ir al cine. No quiere discutir y, sobre todo, ¡no quiere de ninguna manera que se enfade su hija pequeña!
Padre (u otro familiar)	Es un hombre tranquilo, que suele llegar del trabajo muy cansado. Su postura ante las discusiones y los debates familiares es siempre la misma: «Lo que digamos mamá y yo».
Hijo	Es un niño deportista y le encanta el fútbol. Está siempre jugando con su pelota y quiere convencer a todos los miembros de la familia de que lo más divertido que pueden hacer es ir a jugar a fútbol. No puede entender que los demás no compartan su pasión.
Hija 1	Es una niña acostumbrada a salirse con la suya. Siempre que habla su hermana mayor, ella la interrumpe para dar su parecer. Se muestra caprichosa y enfurruñada cuando no se le da la razón.
Hija 2	Es una niña que no se atreve a opinar. Es tímida, y su hermana siempre habla por ella. Se mantiene en un segundo plano y prefiere pasar desapercibida. Parece que siempre esté pensando: «¡Que nadie note que estoy aquí!».




Compromisos para casa

Hacer una lista con tres normas claras y explicadas que ayuden a la organización de la vida diaria y al reparto de las tareas domésticas. Por ejemplo, turnos para poner la mesa o sacar la basura, o pactar responsabilidades, como hacerse la cama.

Colgar la lista en algún lugar visible (por ejemplo, en la nevera) y revisar cada día si las normas se han cumplido.

FICHA 3. Compromisos para casa

Compromisos para casa

	No conseguido	Algo conseguido	Conseguido
Nos comprometemos a...			
No lo pudimos hacer porque...			

Disfrutamos juntos
en familia

Sesión **4**

Sesión 4

Para madres

El juego es una actividad que está presente en la vida de todos los niños y niñas. Es una actividad libre, sin imposiciones, aceptada libremente. A partir del juego, los pequeños pueden dar rienda suelta a su imaginación y dejar aflorar la fantasía y la magia. El juego proporciona placer y diversión, contribuyendo al desarrollo de la movilidad y a la actividad física. Es un instrumento para el aprendizaje y facilita, por su dependencia de los objetos, personas y espacios, la relación con el entorno. El juego es un elemento esencial para la transmisión de la cultura y para la adaptación al mundo de los niños y niñas. Los juegos y sus características varían en función de la edad y del momento histórico. Aunque en la actualidad todavía se juega a muchos juegos tradicionales, como los puzzles, el ajedrez, las cartas, etc., otros muchos han evolucionado con las nuevas tecnologías. Hoy en día existen gran variedad de juegos interactivos en Internet y videoconsolas que permiten adaptar y actualizar juegos tradicionales. Los videojuegos, así como los juegos tradicionales, pueden ser muy positivos, siempre que se utilicen adecuadamente, en función de la edad de los chicos y chicas.

El juego compartido en familia aporta muchos beneficios para todos los miembros de la misma. Sin embargo, es muy importante la actitud que adopten las madres (o padres, cuidadores, etc.) con respecto a los juegos. Muchos progenitores temen que el uso de los videojuegos pueda perjudicar a sus hijos e hijas. Por ello, lo importante es que las familias compartan esos juegos con los niños y niñas, para realizar un buen uso de los mismos, ya que, si se utilizan de forma adecuada, pueden ser muy positivos: permiten jugar individualmente o en grupo, facilitan la realización de actividades de forma activa y reúnen en un único juego distintos juegos tradicionales.

Además del juego, existen otras actividades de ocio que son importantes para el desarrollo de hábitos saludables en los niños y niñas, y todas ellas se pueden

realizar de forma individual o en familia. Existen actividades de ocio de diversión, que son aquellas que implican poco esfuerzo, y actividades de ocio de satisfacción, que exigen mayor esfuerzo y aprendizaje.

Son muchos los recursos que pueden encontrar las familias en su entorno más próximo para disfrutar juntas. Conocer esos recursos y tener claro cómo acceder a ellos y qué ofrecen a nuestros hijos e hijas nos ayudará a disfrutar de los mismos.

Objetivos

- Conocer las características y los tipos de juegos apropiados a las distintas edades de los hijos e hijas y los beneficios que aportan.
- Sensibilizarse y adquirir estrategias para compartir el juego en familia de forma satisfactoria.

Contenidos

- Características y tipos de juegos para niños y niñas de 6 a 12 años.
- Beneficios del juego.
- Estrategias para practicar el juego compartido en familia.

Actividades

- Actividad 1. ¿A qué juegan nuestros hijos e hijas?
- Actividad 2. ¿Cómo podemos jugar toda la familia junta?

Materiales y recursos

- Ficha 1. ¿A qué juegan nuestros hijos e hijas?
- Ficha 2. Características de los niños y niñas y tipos de juegos
- Ficha 3. Fantasía guiada: Un sábado por la tarde
- Ficha 4. Aspectos para planificar el juego en familia

Desarrollo de la sesión

Los niños y niñas juegan, y son numerosas las aportaciones del juego para ellos. A partir del juego, pueden dar rienda suelta a su imaginación y dejar aflorar la fantasía y la magia. El juego proporciona placer y diversión, contribuyendo al desarrollo de la movilidad y a la actividad física. Es un instrumento para el aprendizaje y facilita, por su vínculo con los objetos, personas y espacios, la relación con el entorno. El juego es un elemento esencial para la transmisión de la cultura y para la adaptación al mundo infantil.

ACTIVIDAD 1. ¿A qué juegan nuestros hijos e hijas?

Trabajo en grupos pequeños

25 minutos

Introducción

Los niños y niñas juegan de forma individual o en grupos. El juego es fundamental en la infancia, puesto que proporciona placer, diversión, movilidad y actividad, y facilita el aprendizaje y la adaptación al mundo. Ahora bien, no todos los niños juegan a las mismas cosas. El juego tiene unas características concretas en cada edad, por lo que existen distintos tipos de juegos adecuados a las diferentes edades.

Como orientación para la introducción, la persona dinamizadora cuenta con la ficha 2, que especifica las características y tipos de juegos más habituales para niños y niñas de dos franjas de edad: de 6 a 9 años y de 10 a 12 años.

Desarrollo

La persona dinamizadora explicará que los niños y niñas juegan a distintos tipos de juegos según su edad. Una vez introducida la temática, sugerirá que se formen tres grupos (de 5 miembros máximo). Se entregará a cada grupo una copia de la ficha 1, «¿A qué juegan nuestros hijos e hijas?», y cada grupo deberá anotar tres juegos de cada categoría a los que juegan sus hijos o hijas de distintas edades o de los que recuerden de cuando las madres eran pequeñas. Tendrán 5 minutos para contestar.


Una vez todos los grupos hayan cumplimentado la ficha, una portavoz de cada uno de ellos presentará los juegos anotados a todas las participantes. La persona dinamizadora irá apuntando en la pizarra los distintos juegos, agrupándolos por categorías: de actividad física, de representación, de ensamblaje y construcción, y de reglas.


Conclusión

Para finalizar la actividad, se comentará que el juego es un elemento fundamental para el desarrollo social, afectivo, cognitivo y motriz de los niños y niñas. Los juegos y sus características varían en función de la edad y del momento histórico. Los juegos tradicionales (puzles, ajedrez, cartas, etc.) han evolucionado con las nuevas tecnologías. En la actualidad, se cuenta con una amplia variedad de juegos interactivos (en Internet y videoconsolas), que permiten adaptar y actualizar los juegos tradicionales. Los niños y niñas piden a sus progenitores nuevos juegos que, en ocasiones, generan desconcierto entre las madres sobre su pertinencia. Cada juego, independientemente de su soporte (de mesa, audiovisual, etc.), debe tener unas características adecuadas a la edad de los niños y niñas. En la presentación de la conclusión se facilitará la ficha 2, «Características de los niños y niñas y tipos de juegos», que recoge algunas orientaciones sobre tipologías de juegos en función de la edad.

Por último, si el tiempo lo permite, se puede ampliar la actividad fomentando un debate sobre la idoneidad de los videojuegos: ventajas e inconvenientes de su uso, negociación del tiempo de juego individual, pros y contras de la incorporación de las nuevas tecnologías en los juegos, etc.

Los videojuegos, así como otros juegos tradicionales, son positivos siempre que se utilicen adecuadamente y se adecuen a la edad. Las madres pueden valorar esta adecuación consultando las indicaciones y recomendaciones pedagógicas que deben constar en el embalaje del juego.

FICHA 1. ¿A qué juegan nuestros hijos e hijas? 

FICHA 2. Características de los niños y niñas y tipos de juegos 

¿A qué juegan nuestros hijos e hijas?

Tipos de juegos	De 6 a 9 años	De 10 a 12 años
De actividad física	<ul style="list-style-type: none">• A pillar	<ul style="list-style-type: none">• A fútbol
De representación	<ul style="list-style-type: none">• Disfraces	<ul style="list-style-type: none">• Coreografía de baile con videoconsola
De ensamblaje y construcción	<ul style="list-style-type: none">• Puzles	<ul style="list-style-type: none">• Construcción de maquetas
De reglas	<ul style="list-style-type: none">• Tres en raya	<ul style="list-style-type: none">• Ajedrez

De 6 a 9 años	De 10 a 12 años
<p>Características</p> <ul style="list-style-type: none"> • Se inician los juegos de competición. • Predominan los deseos personales sobre los del grupo. • Utilizan materiales del entorno para el juego. • Les gusta practicar juegos basados en actividades de la vida cotidiana. • Siguen ciertas reglas no demasiado difíciles. • Suelen preferir jugar con niños y niñas del mismo sexo. 	<p>Características</p> <ul style="list-style-type: none"> • Han integrado los juegos de competición. • Aunque siguen jugando solos, prefieren jugar en grupo. • Construyen juegos creativos con los materiales del entorno. • Practican cualquier tipo de juego siguiendo normas y reglas. • Los juegos, tanto individuales como en pareja o en grupo, son cada vez más complejos.
<p>Tipos de juegos</p>	<p>Tipos de juegos</p>
<ul style="list-style-type: none"> • De actividad física A pillar, al escondite, persecuciones, pelotas, aros, cuerdas, columpios, juegos de lucha, simular peleas, peonzas, bicicleta, patinete, patines, bailes, juegos físicos con ayuda de la tecnología (videojuegos), deportes, etc. 	<ul style="list-style-type: none"> • De actividad física Bicicleta, patinete, skate (monopatín), fútbol, baloncesto, bailes en grupo, bolos, fútbolín, billar, tenis de mesa, tenis, pádel, squash, juegos físicos con ayuda de la tecnología (videojuegos), deportes competitivos, etc.
<ul style="list-style-type: none"> • De representación Títeres, muñecos articulados, muñecas, disfraces, oficios, casitas, coches, juegos de princesas, médicos u otras simulaciones, maquillaje, cocinitas, caracterización de personajes conocidos, mímica, etc. 	<ul style="list-style-type: none"> • De representación Coreografías, representaciones dramáticas, musicales con argumento y papeles definidos, «quién es quién», juegos de simular y adivinar películas, juegos de simulación de la vida real a través del ordenador, etc.
<ul style="list-style-type: none"> • De ensamblaje y construcción Juegos tipo Lego, de construcciones, puzzles, montajes mecánicos, elaboración de producciones artísticas con cartón, barro o papel, juegos de ensamblaje con la ayuda del ordenador o videoconsolas (por ejemplo, puzzles y Tetris), etc. Dentro de esta categoría, podemos incluir juegos de elaboración de chucherías, helados, chocolate, etc. usando pequeñas herramientas de juguete. 	<ul style="list-style-type: none"> • De ensamblaje y construcción Lego, juegos magnéticos, puzzles, juegos de palabras, elaboración de producciones artísticas complejas con materiales reciclados, juegos de ensamblaje con la ayuda del ordenador o videoconsolas (por ejemplo, diana virtual), etc. Dentro de esta categoría, podemos incluir juegos de diseño y elaboración de ropa, bolsos, etc. Existen paquetes de juguetes para estas elaboraciones, así como versiones en línea del diseño de vestidos para muñecas.
<ul style="list-style-type: none"> • De reglas sencillas Lotería, dominó, circuitos, parchís, cartas, Juego de la Oca, tres en raya, formar palabras, El Ahorcado, etc. Estos juegos también se encuentran en versiones en línea o en videoconsolas. 	<ul style="list-style-type: none"> • De reglas complejas Cartas, dominó, ajedrez, juegos de memoria, damas, Rummikub, sudoku, etc. Existen versiones en línea o en videoconsola de juegos tradicionales.

ACTIVIDAD 2. ¿Cómo podemos jugar toda la familia junta?

Fantasia guiada

Discusión dirigida

20 minutos

Introducción

A los niños y niñas, además de compartir el juego con sus amigos, también les gusta compartirlo con sus madres. El juego es un elemento educativo importantísimo para ellos y sus familias. A través del juego, las madres pueden ayudar a sus hijos e hijas a conocer y a aprender muchas cosas.

Desarrollo

Las madres hace tiempo que dejaron de ser niñas. Por esa razón, ponerse en el lugar de sus hijos o hijas para jugar puede resultarles una tarea difícil. Sin embargo, es necesario que contemplemos algunos aspectos a tener en cuenta para que el juego con nuestros hijos e hijas resulte satisfactorio para todos.

Realizaremos la siguiente actividad, incluida en la ficha 3, «Fantasía guiada: Un sábado por la tarde». Se facilitarán las siguientes orientaciones: «Ahora leeremos una historia cotidiana que ocurre en una familia. Estad atentas porque después la comentaremos. Para estar más concentradas, podéis cerrar los ojos».

FICHA 3. Fantasía guiada: Un sábado por la tarde 

Fantasia guiada: Un sábado por la tarde

Es un sábado por la tarde de invierno. El tiempo es desapacible y lleva todo el día lloviendo. Normalmente, Rosa y José suelen salir con su hija Noelia, de 8 años, y su hijo Pedro, de 11, a dar una vuelta por el barrio, y aprovechan para ir al parque y pasear. Hoy el tiempo no acompaña, y deciden quedarse en casa. Así, Rosa tiene pensado aprovechar para revisar los correos electrónicos, puesto que durante la semana no ha tenido tiempo, y José piensa dedicarse a arreglar asuntos pendientes desde hace tiempo. Noelia y Pedro llevan un rato mirando la tele, pero ya están cansados y les dicen a sus padres que están aburridos, que no saben qué hacer y que por qué no juegan todos juntos.

- **¿Cómo creéis que se sienten Rosa y José?**
- **¿Cómo se sienten Noelia y Pedro?**

Rosa y José lo comentan entre ellos y deciden que los niños tienen razón, que estaría bien jugar todos juntos a algo. Así, les dicen que busquen los juegos a los que les gustaría jugar y que en una hora, cuando acaben las tareas que están haciendo en ese momento, podrán dedicarse los cuatro a jugar.

- **Y ahora, ¿cómo creéis que se sienten todos, padres y niños?**

Una vez finalizadas las tareas, se reúnen los cuatro para jugar. Noelia ha elegido jugar al dominó: es fácil para ella y le gusta mucho. Pedro, por su parte, ha escogido el Rummikub, que es más complejo y le interesa más por su edad. Ante esta disyuntiva, los padres se miran y se preguntan:

—Bueno, y ahora ¿qué podemos hacer para que todos juguemos y nos divirtamos juntos?

Noelia defiende su juego y Pedro el suyo.

- **¿Qué creéis que pueden hacer los padres?**
- **¿Qué habrías hecho vosotros?**

Rosa y José les comentan que los entienden a los dos, pero que no se puede jugar a los dos juegos a la vez. Además, el Rummikub es un juego para niños más mayores, y Noelia todavía no sabe jugar bien. Ante esta situación, deciden jugar primero al dominó, que es un juego al que todos saben jugar, y después al Rummikub. Aunque Pedro no está del todo conforme, al final acepta.

- **¿Qué creéis que han tenido en cuenta los padres en la elección de los juegos? ¿Por qué?**

Inician las partidas de dominó. Los cuatro participan alegremente. Para solventar la diferencia de edad, tanto Rosa como José intentan ir motivando a Noelia en todas sus aportaciones y a Pedro para que respete los tiempos de Noelia, ya que a esta todavía le cuesta un poco.

- **¿Cómo creéis que se sienten Rosa y José? ¿Y Noelia y Pedro?**

Después de jugar unas cuantas partidas, en las que todos han tenido la oportunidad de ganar, deciden jugar al juego que había elegido Pedro, el Rummikub. Pero Rosa y José tienen ahora otro dilema: ¿cómo jugar para que Noelia no se sienta excluida, ya que se trata de un juego que es un poco difícil para su edad?

- **¿Qué creéis que pueden hacer para que nadie se sienta excluido?**

Ante esta nueva situación, deciden jugar en parejas: un adulto con un niño. De esta forma, mediante el juego cooperativo, Noelia puede ir aprendiendo el nuevo juego sin sentirse excluida, y Pedro puede jugar al juego que había elegido inicialmente. Pero tanto Noelia como Pedro prefieren jugar solos, como uno más del grupo, y no en parejas.

- **¿Qué opináis de esta decisión? ¿Qué habrías hecho vosotros?**

Una vez finalizado el relato, la persona dinamizadora pedirá a las madres que abran los ojos. A continuación, les preguntará:

- Decidme, con una o dos palabras, qué sentimientos habéis tenido a lo largo de este relato.

La persona dinamizadora irá escribiendo los sentimientos en la pizarra. Una vez hayan participado todas las madres, se comentarán brevemente:

- ¿Quién ha dicho el sentimiento de....?
- ¿Puedes explicarlo?
- ¿En qué momento lo ha sentido?

Después se puede sugerir:

- Si os encontrarais en esta situación, ¿qué hubierais hecho?

Seguidamente, se puede comentar lo siguiente: «Como podéis apreciar, todos, en un momento u otro, hemos tenido la oportunidad de compartir juegos con nuestros hijos. No obstante, las preocupaciones, el trabajo y las responsabilidades lo hacen difícil en ocasiones. Como habéis podido ver en el relato, al igual que Rosa y José, nosotros también podemos hacer algo para que una tarde que se presentaba aburrida resulte entretenida y divertida. Para ello, a partir de algunos aspectos que han tenido en cuenta Rosa y José, y que vosotros habéis comentado, vamos a planificar el juego compartido en familia, para que sea más satisfactorio para todos, madres, padres e hijos».

Después se destacarán estos aspectos con la ayuda de la siguiente ficha, con algunos consejos que pueden ayudar a planificar momentos de juego compartido en familia.

FICHA 4. Aspectos para planificar el juego en familia

Aspectos para planificar el juego en familia

- Ponerse en el lugar de los niños y niñas. Lo importante es que nuestros hijos e hijas se sientan cómodos y aprendan de nosotras durante el juego.
- Edades y habilidades. Hay que tener en cuenta las edades y las habilidades de nuestros hijos e hijas para seleccionar el tipo de juego. También, jugar cooperativamente.
- Buscar un tiempo y un espacio. Es conveniente buscar momentos en los que pueda estar junta toda la familia, sin obligaciones ni interrupciones. La disponibilidad de espacio determinará un tipo de juego u otro: en casa, en un parque, etc.
- Frecuencia. Se aconseja establecer momentos de juego periódicos, los fines de semana, por ejemplo.
- Motivación conjunta. Es importante tratar de que se tengan en cuenta los intereses y las motivaciones de todos los participantes.

Conclusión

Para finalizar, se comentará que el juego compartido en familia aporta muchas satisfacciones a todos sus miembros. Las madres o cuidadores juegan un papel fundamental en este sentido, ya que es muy importante la actitud que adopten con respecto al juego con sus hijos e hijas. Es necesario reflexionar sobre cuáles son los objetivos del juego. No se trata de demostrarles que las madres somos más mayores, más hábiles y más inteligentes, sino de motivarles y reconocer sus aportaciones, por muy pequeñas que sean. El objetivo no es ganar, sino compartir y divertirse juntos. Como ya se ha trabajado en la actividad anterior, los niños tienen interés por los videojuegos, pero en muchas ocasiones las madres temen que puedan perjudicarles. Por ello, para que los hijos e hijas aprendan a hacer un buen uso de ese tipo de juegos, es importante que los compartan con ellas. Estos juegos interactivos ofrecen aspectos positivos si se utilizan de forma adecuada: permiten jugar individualmente o en grupo, facilitan la realización de actividades de forma activa (ejercicio físico, baile, etc.) y permiten reunir en un único juego (videojuego) distintos juegos tradicionales (por ejemplo, jugar en la pantalla al ajedrez u otros juegos de mesa).

Recuerda

- El juego presenta muchos beneficios para el desarrollo personal de los niños y niñas.
- Existen juegos determinados para cada edad, con unas características particulares.
- Para que el juego sea satisfactorio para toda la familia, es recomendable planificarlo.
- Jugando en familia, es necesario motivar a los hijos y reconocer sus aportaciones, por muy pequeñas que sean.
- Todos, madres e hijos e hijas, conocemos muchas formas de divertirnos y muchos juegos para poder pasar un día agradable en familia, pero conviene planificar y buscar soluciones entre todos.
- Existen múltiples formas de divertirse juntos en familia, con juegos en los que pueden participar todos sus miembros. Solo es necesario planificar, contar con un poco de tiempo, buscar o crear los juegos y ponerse a jugar.

Valoración y cierre de las sesiones de madres

Para finalizar a modo de clausura las sesiones grupales de madres, se destinarán los últimos 15 minutos de la sesión a realizar una actividad de reconocimiento y evaluación del trabajo llevado a cabo como grupo de madres en el presente programa. Para ello, se pedirá a las madres que, individualmente, anoten en pósits de distintos colores una palabra o una frase que responda a la siguiente pregunta:

- ¿Qué has aprendido de las sesiones que has trabajado conjuntamente con tu hijo o hija?

Una vez todas las participantes hayan escrito sus pósits, la persona dinamizadora procederá a la puesta en común. Para ello, formulará la pregunta y las madres, de una en una, leerán la respuesta que han anotado en su pósit y la pegarán en un mural de papel con la pregunta anterior escrita en el mismo. Se trata de realizar una evaluación de las sesiones grupales y reconocer los avances alcanzados durante el proceso de intervención.

Sesión 4

Para hijos e hijas

A todos los niños y niñas les gusta jugar. Durante el día, son numerosos los juegos en los que participan, y de distintos tipos, solos o en grupos: juegos movidos como correr, pillar o ir en bicicleta, o tranquilos como disfrazarse, montar puzles, etc. A los niños les gusta jugar con sus compañeros, pero sobre todo les encanta jugar en familia, aunque no siempre es posible hacerlo cuando ellos quieren, puesto que las madres tienen muchas otras ocupaciones. Por ello es necesario que toda la familia, madre e hijos e hijas, colaboren para lograrlo.

Además de jugar, existen otras actividades que pueden realizarse de forma individual, en grupo con los amigos o con la familia. Se trata de actividades organizadas a través de una serie de recursos que ofrecen el barrio y la ciudad, para llevar a cabo en parques, plazas, la montaña, la playa, los centros cívicos, los centros sociales y abiertos, las bibliotecas, las ludotecas, los pabellones de deportes, los museos, etc. Planificar estas actividades en familia puede contribuir a que todos disfruten y se diviertan juntos.

Objetivos

- Conocer a qué juegan los niños y niñas a distintas edades.
- Adquirir estrategias para compartir juegos con las madres y el resto de la familia.

Contenidos

- Tipos de juegos.
- Estrategias para jugar en familia.

Actividades

- Actividad 1. Un, dos, tres, responde otra vez
- Actividad 2. La familia Chuches juega junta

Materiales y recursos

- Ficha 1. Tipos de juegos
- Ficha 2. La familia Chuches juega junta

Desarrollo de la sesión

El juego desempeña un papel muy importante en la vida de los niños y niñas. Les resulta atractivo porque es una actividad libre y sin disciplina. Mediante el juego, los niños y niñas viven situaciones mágicas, llenas de imaginación y fantasía. Además de ser una actividad divertida y placentera, en la que a menudo el movimiento y la actividad física están muy presentes, el juego es también un elemento importantísimo para que los niños y niñas vayan incorporando los aprendizajes. Igualmente, les permite adaptarse a su entorno y a su cultura, por lo que es necesario educar en la cultura del juego, para potenciar el desarrollo de posteriores tareas evolutivas.

ACTIVIDAD 1. **Un, dos, tres, responde otra vez**

Juego en grupos pequeños

25 minutos

Introducción

A todos los niños y niñas les gusta jugar. Durante el día, son muy variados los juegos a los que juegan, ya sea solos o con sus amigos o hermanos. Algunos juegos son para jugar en el parque o en la calle, y otros en casa; los hay movidos, para correr, jugar a pillar o a fútbol, y otros más tranquilos, como disfrazarse, montar puzles, etc.

Desarrollo

Se comentará a los niños y niñas que, a continuación, van a compartir el mayor número posible de los juegos que ya conocen y a los que juegan solos o en compañía de otros amigos, en casa o fuera. Para ello, jugarán al juego de «Un, dos tres, responde otra vez». Se sugerirá que formen tres grupos similares, de modo que las edades estén repartidas. Es decir, cada grupo estará compuesto por niños y niñas de edades comprendidas entre 6 y 12 años, con el objetivo de que se trabaje de forma cooperativa. Cuando estén formados los grupos, se explicará que el objetivo de la actividad es decir el mayor número posible de juegos.

La persona dinamizadora hará de juez. Dirá «Un, dos, tres, responde otra vez» y preguntará al niño o niña de menor edad de uno de los equipos el nombre de un juego al que juega habitualmente. Cuando este haya respondido, la persona dinamizadora formulará la misma pregunta a la persona de menor edad del segundo grupo, y después del tercero. Si algún participante no sabe qué contestar, contará con la opción de pedir ayuda al resto del equipo para poder responder. El objetivo es que los juegos no se repitan y decir el mayor número de juegos.

A medida que los grupos vayan respondiendo, se anotarán en la pizarra los distintos juegos. Cuando todos los miembros de los tres grupos hayan respondido, se contará el número de juegos de cada equipo y se designará al ganador, aunque se remarcará que en el juego lo importante no es ganar, sino participar y divertirse.

Conclusión

Como conclusión, se comentará que existen juegos de todo tipo: para jugar en solitario o con amigos; juegos que requieren movimiento y que se juegan en parques o en la calle, y juegos más tranquilos para jugar en casa; y juegos a los que todos saben jugar, y otros a los que juegan los niños y niñas más mayores y a los que jugarán los pequeños cuando crezcan.

Como apoyo a las aportaciones del grupo, se puede utilizar la clasificación de juegos por edades de la ficha 1.

FICHA 1. Tipos de juegos

Tipos de juegos

De 6 a 9 años	De 10 a 12 años
<ul style="list-style-type: none"> • De actividad física A pillar, al escondite, persecuciones, pelotas, aros, cuerdas, columpios, juegos de lucha, simular peleas, peonzas, bicicleta, patinete, patines, bailes, juegos físicos con ayuda de la tecnología (videojuegos), deportes, etc. 	<ul style="list-style-type: none"> • De actividad física Bicicleta, patinete, skate (monopatín), fútbol, baloncesto, bailes en grupo, bolos, fútbolín, billar, tenis de mesa, tenis, pádel, squash, juegos físicos con ayuda de la tecnología (videojuegos), deportes competitivos, etc.
<ul style="list-style-type: none"> • De representación Titeres, muñecos articulados, muñecas, disfraces, oficios, casitas, coches, juegos de princesas, médicos u otras simulaciones, maquillaje, cocinitas, caracterización de personajes conocidos, mímica, etc. 	<ul style="list-style-type: none"> • De representación Coreografías, representaciones dramáticas, musicales, con argumento y papeles definidos, «quién es quién», juegos de simular y adivinar películas, juegos de simulación de la vida real a través del ordenador, etc.
<ul style="list-style-type: none"> • De ensamblaje y construcción Juegos tipo Lego, de construcciones, puzles, montajes mecánicos, elaboración de producciones artísticas con cartón, barro o papel, juegos de ensamblaje con la ayuda del ordenador o videoconsolas (por ejemplo, puzles y Tetris), etc. Dentro de esta categoría, podemos incluir juegos de elaboración de chucherías, helados, chocolate, etc. usando pequeñas herramientas de juguete. 	<ul style="list-style-type: none"> • De ensamblaje y construcción Lego, juegos magnéticos, puzles, juegos de palabras, elaboración de producciones artísticas complejas con materiales reciclados, juegos de ensamblaje con la ayuda del ordenador o videoconsolas (por ejemplo, diana virtual), etc. Dentro de esta categoría, podemos incluir juegos de diseño y elaboración de ropa, bolsos, etc. Existen paquetes de juguetes para estas elaboraciones, así como versiones en línea del diseño de vestidos para muñecas.
<ul style="list-style-type: none"> • De reglas sencillas Lotería, dominó, circuitos, parchís, cartas, Juego de la Oca, tres en raya, formar palabras, El Ahorcado, etc. Estos juegos también se encuentran en versiones en línea o en videoconsolas. 	<ul style="list-style-type: none"> • De reglas complejas Cartas, dominó, ajedrez, juegos de memoria, damas, Rummikub, sudokus, etc. Existen versiones en línea o en videoconsola de juegos tradicionales.

ACTIVIDAD 2. La familia Chuches juega junta

Trabajo en gran grupo

Cuento

20 minutos

Introducción

Los niños y niñas aprenden valores y normas a través del juego. Por ello es importante que sus juegos estén supervisados por personas adultas. La oferta de juegos es muy variada, desde los más educativos hasta los que resultan perniciosos (juegos violentos, sexistas, pasivos, etc.). Por este motivo es importante acompañar a los niños y niñas en la elección, ayudándolos a seleccionar juegos educativos libres de violencia y valores sexistas, donde prime el respeto por las normas, la participación y la cooperación con los compañeros de juego.

Desarrollo

La persona dinamizadora comentará: «A veces, os gustaría jugar con vuestras madres, pero no sabéis qué podéis hacer para lograrlo. Ahora leeremos un cuento, *La familia Chuches juega junta* (ficha 2). Estad muy atentos para ver cómo se resuelve la situación que se plantea en el cuento, porque después lo comentaremos para comprobar si vosotros podéis hacer lo mismo para jugar con vuestra familia. Mientras escucháis la historia, tenéis que imaginaros que sois uno de los personajes del cuento: Melón, Naranja y Fresita».

Es muy importante que la persona dinamizadora lea el cuento con voz dulce y envolvente, explicando con gestos y mímica la historia. De este modo captará mejor la atención de todos durante la lectura.

FICHA 2. La familia Chuches juega junta

La familia Chuches juega junta

La familia Chuches estaba compuesta por la mamá, Nube de Azúcar; el hijo, Melón, de 11 años; la hija mayor, Naranja, de 9 años, y Fresita, la pequeña, de 6 años.

Un día de invierno por la tarde estaban todos en casa, pues no había colegio y no podían salir al parque ni a pasear porque estaba lloviendo.

Mamá Nube de Azúcar, viendo que no podían salir, dijo:

—Esta tarde, como llueve y no podemos salir, aprovecharé para arreglar los enchufes.

Melón, Naranja y Fresita se entretuvieron durante un rato mirando la televisión y dibujando. Pero cuando ya llevaban un tiempo jugando solos, empezaron a aburrirse. Y fueron a quejarse a mamá Nube de Azúcar:

—Mamá, me aburro.

Mamá Nube de Azúcar, que estaba muy ocupada, les dijo:

—No molestéis e ir a jugar vosotros tres.

Como ya no sabían a qué jugar solos, se reunieron para pensar a qué podían jugar, y decidieron que lo que querían era jugar todos juntos: Melón, Naranja, Fresita y mamá Nube de Azúcar. Sin embargo, tenían un problema: su mamá estaba muy ocupada. Se preguntaban:

—¿Cómo podemos convencerla para que juegue con nosotros?

Melón dijo:

—Podemos pensar un plan.

Así que se pusieron a pensar en un plan con el que convencer a su madre para que dejara sus ocupaciones y jugaran todos juntos.

Fresita comentó:

—En un momento en que esté tranquila y poco ocupada, vamos los tres juntos a hablarle, así entre todos será más fácil convencerla.

Naranja propuso:

—Y para que no tenga que preocuparse por los juegos, nosotros pensaremos y elegiremos aquellos a los que queremos jugar.

Melón concluyó:

—Le diremos que nos hace mucha ilusión jugar todos juntos con ella.

A partir de ese momento, Melón, Naranja y Fresita estuvieron muy atentos a lo que estaba haciendo su madre. Y cuando vieron la oportunidad, se dijeron los tres a la vez:

—Esta es la ocasión, vamos a hablar con ella.

Melón, Naranja y Fresita fueron hasta donde estaba su madre y le dijeron:

—Mamá, queremos hablar contigo.

Al verlos tan serios, mamá Nube de Azúcar preguntó:

—¿Qué queréis? ¿Qué os preocupa tanto?

Naranja, la hermana mediana, en representación de los tres, comentó:

—Hemos pensado que nos gustaría jugar juntos esta tarde.

Mamá Nube de Azúcar contestó:

—Pero ahora estoy muy ocupada, jugad vosotros solos.

Y ellos respondieron:

—Es que nos hace mucha ilusión, y ya hemos pensado los juegos a los que podemos jugar. Fresita ha elegido uno, Melón otro y yo otro, así no nos peharemos y podremos divertirnos todos.

Mamá Nube de Azúcar escuchó atentamente y, a medida que Naranja iba hablando, estaba cada vez más sonriente. Una vez propuesto el plan, mamá Nube de Azúcar dijo:

—De acuerdo. Me gusta el plan que habéis pensado. Ahora terminaré el trabajo que estoy haciendo y dentro de un rato nos pondremos a jugar. Id preparando los juegos.

Aquella tarde, estuvieron jugando los cuatro durante mucho rato. Se divirtieron tanto, que casi se olvidaron de la hora de la cena. Por la noche, la familia Chuches se fue a dormir contenta y alegre, especialmente Melón, Naranja y Fresita, ya que jugar con su madre había sido muy divertido y agradable.

Quedaron todos tan contentos, que acordaron repetirlo más a menudo.

Una vez acabado el cuento, se preguntará al gran grupo:

- ¿Cómo creéis que se ha sentido mamá Nube de Azúcar?
- ¿Cómo creéis que se han sentido Melón, Naranja y Fresita?
- ¿Qué os parece el plan elaborado por Melón, Naranja y Fresita para convencer a su madre?
- Además del plan de Melón, Naranja y Fresita, ¿qué otras cosas podéis hacer para convencer a vuestra madre para que jueguen con vosotros?
- ¿A qué os gustaría jugar con vuestras madres y hermanos?

Según vayan respondiendo los niños y niñas, se anotarán las respuestas en la pizarra.

Conclusión

Como conclusión de la actividad, se comentará que a todas las familias les gustaría jugar juntas. El problema es que no siempre las madres están disponibles, por lo que es necesario pensar un plan para facilitar que ellas también puedan jugar con los niños y niñas.

Además, se les explicará que, para jugar todos juntos, tienen que buscar juegos en los que puedan participar todos, desde los niños más pequeños hasta los más mayores, y que estos últimos deben ayudar a los primeros para que puedan participar en plan de igualdad.

Recuerda

Existen muchos juegos a los que los niños y niñas pueden jugar solos, con amigos o con hermanos, y también con la madre.

Las mamás no siempre están disponibles para jugar, pero debemos buscar los momentos adecuados y pensar un plan para explicarles por qué nos hace ilusión.

Valoración y cierre de las sesiones de hijos e hijas

Para finalizar a modo de clausura las sesiones grupales de hijos e hijas, se destinarán los últimos 15 minutos de la sesión a realizar una actividad de reconocimiento y evaluación del trabajo realizado como grupo de hijos e hijas en el presente programa.

Para ello, se pedirá a los niños y niñas que, individualmente, anoten en pósits de distintos colores una palabra, una frase o un dibujo o emoticono que responda a la siguiente pregunta:

- ¿Qué es lo que más te ha gustado de las sesiones que has trabajado conjuntamente con tu madre?

Una vez todos los participantes hayan escrito sus pósits, la persona dinamizadora procederá a la puesta en común. Para ello, formulará la pregunta y los niños y niñas, de uno en uno, leerán la respuesta que han anotado en su pósit y la pegarán en un mural de papel con la pregunta anterior escrita en el mismo. Se trata de realizar una evaluación de las sesiones grupales y reconocer los avances alcanzados durante el proceso de intervención.

Sesión 4

Para familias

Jugar en familia es algo que les gusta a todos los niños y niñas, pero en ocasiones no resulta fácil porque, por lo general, las madres (o padres) están muy ocupados y resulta difícil encontrar momentos para compartir el juego de forma improvisada. Planificar el juego entre todos, madres e hijos e hijas, facilitará que el acto de jugar sea divertido y placentero para toda la familia.

El juego y el ocio compartido en familia aportan numerosos beneficios: facilitan las tareas de desarrollo evolutivo en el niño o niña, promocionan oportunidades de aprendizaje, nutren y regeneran los lazos afectivos entre los miembros de la familia y nos hacen sentirnos parte de un todo, en el que todos somos igual de importantes.

Para disfrutar del juego, es necesario organizar, planificar y elegir el tiempo de ocio entre todos los miembros de la familia. De esta forma, las posibilidades de diversión compartida serán más satisfactorias para todos.

Objetivo

Experimentar estrategias de ocio compartido en familia.

Contenido

Estrategias de ocio compartido en familia.

Actividad

- Actividad 1. La fiesta de las familias de colores

Materiales y recursos

- Ficha 1. ¿Cómo nos organizamos?

Desarrollo de la sesión

Hasta ahora, las madres por un lado, y los niños y niñas por otro, habéis conocido los recursos a los que podéis acceder para entreteneros, divertirlos y aprender, y también habéis experimentado cómo planificar para que esos encuentros familiares resulten satisfactorios y provechosos para todos. Ahora se trata de que entre todos, madres e hijos e hijas, los pongamos en práctica.

ACTIVIDAD 1. La fiesta de las familias de colores

Trabajo en pequeños grupos

55 minutos


Introducción

Cuando se trata de que la familia realice una actividad conjunta, a veces los intereses de los hijos e hijas no coinciden con los de las madres, por lo que es necesario ponerse de acuerdo entre todos. Ahora tenemos la oportunidad de practicarlo.

Desarrollo

La persona dinamizadora hará el siguiente comentario: «Para finalizar esta última sesión, entre todos, madres y niños y niñas, vamos a poner en práctica todo lo que hemos aprendido sobre cómo disfrutar y jugar en familia. Para ello, os proponemos celebrar la fiesta de las familias de colores».

En primer lugar, se distinguirá a cada familia con un color distinto. Para ello, se repartirá a cada una tantos pliegos de papel de seda del mismo color como miembros tenga la familia. Con esos pliegos se confeccionarán un lazo, una corbata, un gorro o cualquier otro elemento distintivo que llevarán durante la fiesta. Cuando todas las familias se hayan colocado sus distintivos, se les indicará que pueden maquillarse con ese mismo color. Se comentará que el objetivo es que entre todos (madre, niños y niñas) organicen una fiesta. A continuación, se pedirá que los hijos e hijas formen dos grupos, y las madres, otros dos. Durante unos 15 minutos deberán organizar bailes, actuaciones de teatro, canciones, actividades, etc. para la fiesta. Como ayuda, les puede servir la ficha 1:

FICHA 1. ¿Cómo nos organizamos? 

¿Cómo nos organizamos?

- ¿Qué nombre nos pondremos como grupo?
- ¿Qué podemos hacer? (Cada miembro del grupo comentará una actividad que le apetece hacer, y entre todos elegirán una.)
- ¿Cómo lo podemos hacer? (Entre todos los miembros del grupo pensarán si necesitan algún material de los que están disponibles en el centro.)
- ¿Qué hará cada miembro del grupo?
- ¿Cuándo nos tocará actuar?

Mientras los grupos organizan sus actuaciones, la persona dinamizadora pasará por cada uno de ellos para motivarlos y animarlos. Una vez todos los participantes hayan planificado su actuación, dará comienzo la fiesta.

Se explicará que, ahora que los grupos han planificado en qué va a consistir la fiesta, lo pondrán en práctica. La persona dinamizadora hará de presentadora de la fiesta y dará paso a las actuaciones. Para decidir qué grupo actuará primero, colocará en una bolsa tantos papeles con números como grupos se hayan formado. A continuación, dará a cada grupo un número e irá sacando de la bolsa los papeles. El grupo que tenga el número que coincida con el que saque de la bolsa será el que actuará primero, y así sucesivamente. Cuando se trate de actividades de baile, movimiento, etc., si hay suficiente espacio se puede invitar al resto de las personas a participar.

Cuando todos los grupos hayan participado, se preguntará a los participantes:

- ¿Cómo os habéis sentido?
- ¿Os habéis divertido?

Conclusión

Para finalizar la actividad, se puede facilitar a los asistentes un certificado de participación, como colofón final de la fiesta y del programa.

Si el descanso para la merienda no se ha hecho como viene siendo habitual, entre las sesiones paralelas de madres y de niños y niñas, y la sesión de familias, se puede invitar a todos los participantes a un refrigerio después de la fiesta.

Compromisos para casa

- Buscar recursos de diversión y de satisfacción en el entorno más próximo.
- Planificar una actividad de ocio de diversión en familia.



Fundación Bancaria "la Caixa"