



Aprender juntos, crecer en familia ¡Calentando motores!

Módulo de presentación

Aprender juntos, crecer en familia ¡Calentando motores!

Módulo de presentación

EDICIÓN

Fundación "la Caixa"

AUTORÍA

Gemma Crous Parcerisas. Universitat de Barcelona

Nuria Fuentes-Peláez. Universitat de Barcelona

Ainoa Mateos Inchaurredo. Universitat de Barcelona

DIRECCIÓN DEL PROYECTO

Nuria Fuentes-Peláez. Universitat de Barcelona

Ainoa Mateos Inchaurredo. Universitat de Barcelona

DISEÑO GRÁFICO

Cèl·lula, Acció Creativa

ILUSTRACIONES

Imma Itxart

CORRECCIÓN LINGÜÍSTICA

Caplletra SL

IMPRESIÓN

Milimétrica Producciones S.L.

© de la edición, Fundación "la Caixa", 2025

Av. Diagonal, 621, 08028 Barcelona

D. L.: B 17586-2025

Índice

Introducción	5
--------------------	---

Sesión para padres y madres	10
-----------------------------------	----

¡Empezamos!	12
Actividad 1. Citas rápidas	13
Actividad 2. Acrónimo poético de mis cualidades	17
Actividad 3. Una mano de expectativas	20

Sesión para hijos e hijas	24
---------------------------------	----

Preparados, listos, ¡ya!	26
Actividad 1. El nudo	27
Actividad 2. En acción: conociéndonos de la A a la Z	29
Actividad 3. Quien se va a Sevilla pierde su silla	31

Sesión para familias	36
----------------------------	----

Nos seguimos conociendo	38
Actividad 1. ¿Qué hacemos aquí?	40
Actividad 2. ¿Quién es quién?	42
Actividad 3. Construyendo nuestra cabaña: un refugio de respeto y colaboración	46



Módulo de presentación

Introducción

El módulo «¡Calentando motores!» incluye una serie de acciones fundamentales que se abordan al inicio de la formación de un grupo con el objetivo de garantizar una intervención grupal efectiva para el desarrollo de la parentalidad positiva. Este módulo se utiliza en la aplicación del programa *Aprender juntos, crecer en familia*¹ en su versión modular y sustituye al módulo 0. Las primeras sesiones son determinantes para las relaciones grupales que se darán y afectan a la intervención que se realizará con el programa. Por ello es esencial cuidar todos los detalles de la sesión en la que la persona dinamizadora y las familias se encuentran por primera vez. Esta primera sesión de introducción al grupo y de «calentamiento de motores», como indica el título, pretende ayudar a la persona dinamizadora en distintas direcciones.

¹ 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* (3.ª ed., 2016). Barcelona: Obra Social "la Caixa".

En primer lugar, la sesión ayuda a romper el hielo y permite crear un ambiente cómodo, seguro y de confianza para todas las personas participantes: dinamizadoras, padres, madres, hijos e hijas. Establecer un clima inclusivo desde el principio de la intervención grupal fomenta que las personas se sientan cómodas, estimula su participación y genera un sentido de pertenencia al grupo, lo cual se considera un factor clave para el buen desarrollo de las intervenciones grupales.² Así mismo, crear entornos grupales basados en relaciones de confianza favorece la disposición de las personas participantes a participar en el grupo y a compartir sus experiencias.³

En segundo lugar, la sesión pretende fomentar entre la persona dinamizadora y las familias una comunicación positiva, tanto verbal como no verbal. La persona dinamizadora definirá con el grupo las formas de comunicación para construir así un espacio donde todas las personas participantes puedan expresarse y participar con libertad y respeto.

En tercer lugar, en la sesión se trabajarán tanto las expectativas de las personas participantes como los objetivos de la formación, ajustados a la selección modular realizada. Para la persona dinamizadora, conocer las expectativas de cada participante permitirá mejorar

2 Yalom, I. D., y Leszcz, M. (col.) (1970). *The Theory and Practice of Group Psychotherapy* (5.ª ed., 2005). Nueva York: Basic Books / Hachette Book Group.

3 Tschannen-Moran, M., y Hoy, W. K. (2000). A multidisciplinary analysis of the nature, meaning, and measurement of trust. *Review of Educational Research*, 70(4), 547-593. DOI: 10.3102/00346543070004547.

sus capacidades y acompañar en el logro de objetivos tanto grupales como personales.⁴

Y en cuarto lugar, se propone trabajar las normas del grupo para fomentar una buena relación intragrupal y manejar aquellas que puedan dificultarla. Para ello se tratan cuatro ejes: el mantenimiento de la confidencialidad en aspectos que puedan ser sensibles, el respeto al otro, el compromiso con el aprendizaje y con el grupo, y la comunicación positiva.

Todos estos aspectos se alinean con la metodología del aprendizaje experiencial y perspectivista utilizada en el programa. Esta sesión prepara el terreno para este tipo de aprendizaje al establecer un marco seguro y estructurado donde las personas participantes se sientan libres de participar en las actividades propuestas, reflexionen sobre sus experiencias de parentalidad y compartan sus reflexiones con las demás. Los padres y las madres deben aprender a observar a sus hijos e hijas en las situaciones del día a día, ser flexibles en sus enfoques educativos y reevaluar sus creencias según las consecuencias de sus acciones, de modo que se conviertan en padres y madres «reflexivos».⁵ En este proceso de aprendizaje, considerar las perspectivas de otras personas, además de la propia, contribuye a comprender y mejorar las prácticas de parentalidad. Por ello, estas

4 Benjamin, J., Bessant, J., y Watts, R. (1997). *Making Groups Work: Rethinking Practice*. Sidney: Allen & Unwin.

5 Rodrigo, M.ª J., y Martín, J. C. (2009). Metodología experiencial para promover competencias parentales. En: *Jornadas de parentalidad positiva (14 y 15 de diciembre de 2009)*. Madrid: Ministerio de Derechos Sociales, Consumo y Agenda 2030.

sesiones introductorias, que pueden parecer menos importantes o incluso triviales, son cruciales en realidad para establecer a lo largo de toda la formación una buena dinámica y un buen funcionamiento del grupo que permitan alcanzar los objetivos planteados.

Módulo de presentación

¡Calentando motores!

Objetivos del módulo

- Facilitar el encuentro y el conocimiento mutuo entre las familias y las personas dinamizadoras, así como entre las propias personas participantes.
- Dar a conocer las características principales de las sesiones del programa que se implementarán.
- Explorar las expectativas que tienen las familias participantes respecto a las sesiones del programa con el fin de contribuir a que su participación sea una oportunidad de aprendizaje y desarrollo de competencias parentales.
- Construir las normas del grupo para fomentar la comunicación positiva y un clima de grupo inclusivo, seguro, de confianza y colaborativo.

Competencias parentales

- Autoevaluación de las propias habilidades y áreas de mejora en el ejercicio de la parentalidad positiva y consciente.
- Reflexión en torno a las expectativas de aprendizaje en las sesiones para el desarrollo de las competencias parentales.
- Conocimiento de las bases para la comunicación grupal positiva y el buen funcionamiento del grupo.

Competencias de los hijos e hijas

- Reflexión en torno a las expectativas de aprendizaje en las sesiones para el desarrollo de relaciones familiares positivas.
- Conocimiento de las bases para la comunicación grupal positiva y el buen funcionamiento del grupo.

Sesión para padres y madres

¡Empezamos!

- Actividad 1. Citas rápidas
- Actividad 2. Acrónimo poético de mis cualidades
- Actividad 3. Una mano de expectativas

Sesión para hijos e hijas

Preparados, listos, ¡ya!

- Actividad 1. El nudo
- Actividad 2. En acción: conociéndonos de la A a la Z
- Actividad 3. Quien se va a Sevilla pierde su silla

Sesión para familias

Nos seguimos conociendo

- Actividad 1. ¿Qué hacemos aquí?
- Actividad 2. ¿Quién es quién?
- Actividad 3. Construyendo nuestra cabaña: un refugio de respeto y colaboración

Sesión para padres y madres

La participación en el programa *Aprender juntos, crecer en familia*⁶ ofrece a los padres y las madres la posibilidad de reforzar y desarrollar sus competencias parentales. Iniciar este tipo de grupos con la presentación de las personas participantes y la identificación de expectativas es un paso imprescindible para el buen desarrollo del programa y del grupo.

Por ello, en esta sesión se pretende definir conjuntamente un marco grupal que favorezca un clima positivo y participativo para las siguientes sesiones de padres y madres, y también de familias. Esto incluye establecer las bases para el desarrollo de relaciones de confianza y colaboración tanto entre los padres y las madres participantes como con la persona dinamizadora. Desde un punto de vista de formación de grupos, esta tarea corresponde a la primera etapa de la formación del grupo. Por eso, esta sesión se inicia con la presentación de los padres, las madres y la persona dinamizadora, y se dedica un tiempo a que los padres y las madres, que no se conocen y que van a pasar un tiempo considerable juntos, se conozcan entre sí y conozcan también a la persona dinamizadora.

Crear un clima positivo y colaborativo es esencial para facilitar un aprendizaje fluido y permitir que las personas participantes aprendan no solo de la persona dinamizadora, sino también de las demás.

6 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* (3.ª ed., 2016). Barcelona: Obra Social "la Caixa".



Un clima positivo requiere un ambiente de confianza, respeto y apoyo entre todos los miembros del grupo.⁷ Este clima positivo promoverá una buena cohesión de grupo, es decir, un alto grado de unión entre todas las personas que lo forman, y la motivación para alcanzar los objetivos comunes e individuales. Esta cohesión incrementará el compromiso de los padres y las madres participantes, mejorará la comunicación, reducirá los conflictos y aumentará los aprendizajes y la satisfacción.⁸

Por lo tanto, el objetivo principal de la sesión es crear un ambiente de confianza para que los padres y las madres puedan conocerse y participen abiertamente en las sesiones. Pero también es un objetivo que los padres y las madres conecten con el contenido de los módulos, exploren sus cualidades y sus expectativas respecto a esta formación, y compartan estrategias para garantizar su participación en el desarrollo del programa. La identificación de expectativas permitirá a quienes dinamicen realizar los ajustes pertinentes para satisfacer las necesidades específicas de las personas participantes y para animarlas a que se fijen objetivos personales y familiares. Este proceso también motivará a las personas participantes, ya que sentirán que sus preocupaciones y sus deseos son reconocidos y abordados. Por último, anticipar estrategias para garantizar la asistencia regular de las personas participantes incrementará la posibilidad de que se logren los objetivos y se produzcan los cambios deseados.

7 Forsyth, D. R. (1989). *Group Dynamics* (7.ª ed., 2018). Belmont: Wadsworth Cengage Learning.

8 McGrath, J. E. (1984). *Groups: Interaction and Performance*. Nueva Jersey: Prentice-Hall.

Sesión

¡Empezamos!

Objetivos

- Objetivo 1. Promover el conocimiento mutuo entre los padres y madres que realizarán el programa y la persona dinamizadora, así como entre los propios padres y madres participantes.
- Objetivo 2. Promover un clima de grupo en el que se favorezca la comunicación positiva, la participación, la colaboración y la cohesión, con la finalidad de hacer posible el autoconocimiento de las fortalezas parentales.
- Objetivo 3. Explorar las expectativas que las personas participantes tienen en relación con la metodología del programa, los aprendizajes que pueden hacer y su participación en las sesiones.

Contenidos

- Contenido 1. Información básica de la persona dinamizadora y de la institución que respalda la implementación del programa, e información personal básica de los padres, las madres y las familias participantes, así como de sus intereses personales.

- Contenido 2. Fortalezas y elementos de mejora relacionados con el ejercicio de la parentalidad y elementos básicos de la comunicación positiva para favorecer el aprendizaje entre padres y madres.
- Contenido 3. Expectativas de la formación, objetivos personales para el desarrollo del ejercicio de la parentalidad y compromiso con el grupo.

Actividades

- Actividad 1. Citas rápidas
- Actividad 2. Acrónimo poético de mis cualidades
- Actividad 3. Una mano de expectativas

Materiales

- Tantas sillas como participantes haya (actividad 1)
- Cronómetro (actividad 1)
- Pizarra y material para apuntar (no indispensable) (actividad 1)
- Hojas en blanco (actividad 2)
- Cartulinas de tamaño de folio (actividad 3)
- Bolígrafos, rotuladores o lápices de colores (actividades 2 y 3)
- Tijeras (actividad 3)



Desarrollo de la sesión

Para alcanzar los objetivos propuestos, se comenzará con la presentación de la persona dinamizadora. Puede ser que ya conozca a algunas de las familias, dependiendo de si han realizado el módulo de motivación o si las ha conocido en entrevistas individuales previas. No obstante, con independencia de si las conoce o no, es necesario realizar una presentación formal para iniciar la sesión y situar a las familias en el contexto de la formación que están comenzando. Este es un buen momento para establecer y demostrar una comunicación cercana y asertiva, apropiada al contexto de la intervención en el que se aplica el programa.

La sesión continuará con una actividad diseñada para favorecer la autorreflexión sobre las competencias parentales de los padres y las madres participantes, y para ayudarlos a explorar más profundamente sus expectativas.

Actividad 1

Citas rápidas

Diálogos simultáneos múltiples

20 minutos

Objetivo 1

Contenido 1

a. Introducción

Como se ha comentado, es indispensable iniciar la sesión con una presentación por parte de la persona dinamizadora. La presentación no debe ser extensa; simplemente se trata de mencionar el nombre, la profesión y la función en el contexto de la formación que se está comenzando. Se recomienda no extenderse en la presentación para así poder destinar el máximo de tiempo posible a la actividad de presentación de las personas participantes.

A continuación, y antes de explicar la actividad que sigue, se abre una ronda rápida de presentaciones de las personas participantes solicitando que mencionen su nombre y la edad de sus hijos e hijas. Esta ronda requiere brevedad porque la actividad que realizarán a continuación les permitirá presentarse mejor y con más tiempo.

Como primera actividad se propone una dinámica divertida y con movimiento. Su objetivo es que todas las personas participantes se conozcan entre ellas y no solo por el nombre, dato que ya habrán podido conocer en la ronda rápida de presentaciones. Se trata de una actividad similar a una sesión de citas rápidas.

Se organizan las sillas de la sala de dos en dos, colocándolas en dos círculos concéntricos, uno dentro del otro (véase la figura 1 como ejemplo). Las sillas del círculo interior miran hacia fuera y las del círculo exterior miran hacia dentro. Cada silla debe tener otra silla delante. Se colocan tantas sillas como participantes haya. En caso de que sea un número impar, quien dinamiza puede entrar a participar en la dinámica.

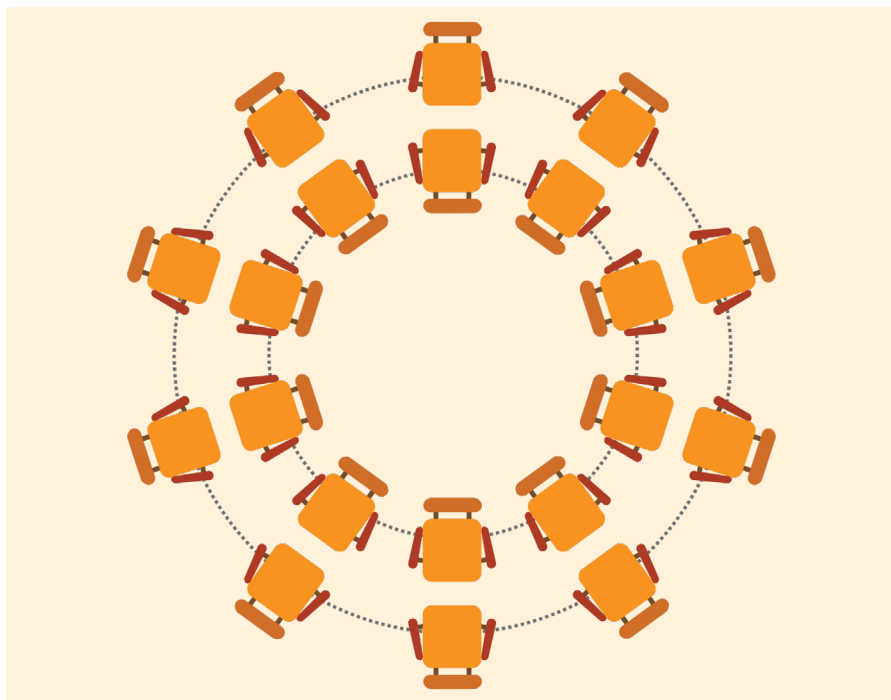


Figura 1. Ejemplo de organización de las sillas para iniciar la actividad 1. Se utilizarán tantas sillas como participantes haya.

Al empezar, todos los miembros del grupo se sientan en las sillas. En el caso de que el padre y la madre asistan a la sesión, se recomienda que empiecen uno sentado frente al otro, colocándose uno de ellos en el círculo central y el otro en el círculo exterior. En cualquier caso, cuando tengan que interactuar pueden simplemente esperarse a que acabe el tiempo y suene la alarma. De esta manera, al estar en dos círculos distintos, un miembro de la familia podrá conocer a la mitad de las personas participantes, y el otro, a la otra mitad.



b. Desarrollo

Una vez que se ha indicado la forma de ocupar los asientos, la actividad empieza con una breve introducción en la que se indican las instrucciones de la actividad: cada pareja de participantes tendrá un minuto y medio para presentarse a la persona que tiene delante. Pasado ese minuto y medio, sonará una alarma que estará controlada por la persona dinamizadora. Los participantes que están en el círculo exterior se levantarán y se sentarán en la silla de su izquierda para cambiar de pareja. Las del círculo interior se mantienen sentadas en la misma silla durante toda la actividad. De esta forma, con cada movimiento rotatorio del círculo exterior se configura una nueva pareja de presentación (véase la figura 2 como ejemplo).

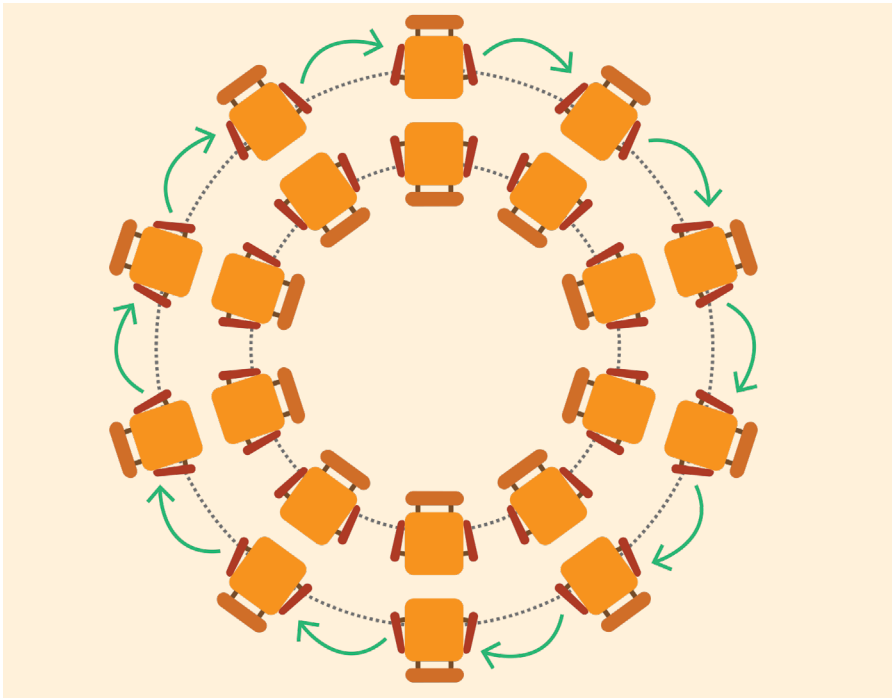


Figura 2. Ejemplo de movimiento para realizar la actividad de las citas rápidas.

Para motivar el diálogo entre las parejas que se configuran con el círculo, se plantean algunos temas o contenidos que se pueden utilizar para presentarse: el nombre, si están allí solos o con la pareja, el número de hijos e hijas, la edad de los hijos e hijas, la ciudad de residencia o de procedencia, la profesión o el empleo, algo que les guste y algo que no les guste (puede ser en general o del propio ejercicio de la parentalidad), entre otras

cosas. Si se considera pertinente, se pueden anotar estas cuestiones en una pizarra o similar para facilitar a las personas participantes algunas preguntas que pueden formular en su «cita rápida» de presentación.

Una vez terminadas todas las rondas de «citas rápidas», se darán las gracias al grupo por compartir sus presentaciones y se plantearán algunas preguntas que invitan a la reflexión antes de pasar a la siguiente actividad. Estas preguntas son:

- ¿Habéis podido conocer a personas nuevas? ¿O ya os conocíais entre vosotros?
- ¿Cómo os habéis sentido durante la actividad? ¿Han sido conversaciones demasiado rápidas y ha faltado tiempo o, por el contrario, ha sobrado y no sabíais qué más contaros?
- ¿Habéis podido detectar características o intereses similares en algunas personas? ¿Cuáles?
- ¿Y habéis podido detectar características o intereses muy distintos en algunas personas? ¿Cuáles?

Con estas preguntas se pretende, por un lado, saber si las personas participantes ya se conocían previamente o si se acaban de conocer, ya que esto puede influir en la dinámica del grupo y en las relaciones que se formen; por otro lado, conocer cómo se han sentido durante la actividad, y, por último, saber si han podido encontrar similitudes o diferencias con las personas que configurarán el grupo del programa.

c. Conclusión

La presentación de la persona dinamizadora sirve para que los padres y las madres sepan cuál es su función y se contextualice institucionalmente la implementación del programa. Por otra parte, la dinámica de los círculos tiene como objetivo romper el hielo mediante una actividad rápida y dinámica. A través de conversaciones breves, los padres y las madres participantes pueden obtener una idea de las características principales de las otras personas del grupo. Esta primera interacción contribuirá a identificar a las personas con las que pueden tener más afinidades o con las que creen que podrán compartir sus experiencias. Es esencial iniciar este primer acercamiento y conocimiento de las personas del grupo para lograr una conexión personal más profunda y sentirse cómodas en el contexto de grupo. Conforme vayan avanzando las sesiones se irán conociendo con más profundidad. Se puede concluir la dinámica mencionando que, aunque haya mucha diversidad entre las personas participantes, todas tienen una característica en común: que son padres y madres. Y este es el punto de unión que las ayudará a trabajar en grupo y a avanzar tanto en los objetivos personales como en los grupales.



Actividad 2

Acrónimo poético de mis cualidades

Ejercicio escrito y exposición oral

20 minutos

Objetivo 2

Contenido 2

a. Introducción

La siguiente dinámica de reflexión individual hace referencia a las cualidades de los padres y las madres en el ejercicio de su rol parental. Se les recuerda que en la sesión de motivación tuvieron la oportunidad de «desactivar el piloto automático de la parentalidad» para permitirse analizar sus habilidades y reflexionar sobre las áreas que les resultan más fáciles y sobre las que desean mejorar. En esta actividad, el objetivo es centrarse nuevamente en sus cualidades como padres y madres, y reconocer sus fortalezas. Además, en el momento de compartirlas con el grupo se sentarán las bases de la comunicación positiva que se mantendrá a lo largo de las sesiones.

b. Desarrollo

Las personas participantes estarán sentadas en sillas y, a ser posible, con alguna mesa u objeto que les permita escribir. Una vez que estén todas en su lugar, se repartirá una hoja en blanco y un bolígrafo, rotulador o lápices de colores para cada persona.

Se les pedirá que escriban su nombre en grande en el papel. La idea es elaborar un acrónimo poético, es decir, con cada una de las letras de su nombre irán nombrando una cualidad o una característica que asocien al ejercicio de su parentalidad. Es una forma creativa y personalizada de identificar sus cualidades como padres y madres.

En esta actividad, cada persona debe pensar en sus cualidades personales como padre o madre utilizando las letras de su nombre. Por ejemplo, si el nombre de la madre es Mar, deberá pensar en una cualidad que empiece con la letra M o la contenga, otra con la letra A y otra con la letra R. En aquellos casos en que la persona tenga un nombre muy largo o compuesto puede escoger un diminutivo, o bien solo uno de los dos nombres. Si el nombre contiene alguna letra poco común, por ejemplo la K, puede omitirse.

Se dejarán 10 minutos para que cada persona piense en sus cualidades. Para formar el acrónimo se pueden utilizar palabras que comiencen por la misma letra o que contengan en la palabra la letra que quieran representar. Se puede ayudar a las personas participantes dando algunos ejemplos de adjetivos, como los siguientes:

A mable	Amoroso/a	Ate N to/a	B ondadoso/a
C ercano/a	Comprensivo/a	Com U nicador/a	Consistente
Cooperativo/a	Cuidador/a	Curioso/a	D edicado/a
Dialogante	Dinámico/a	E ducativo/a	Empático/a
E quitativo/a	Estimulante	F irme	Flexible
G eneroso/a	H onesto/a	Humorístico/a	I maginativo/a
J usto/a	L eal	M otivador/a	O bservador/a
P aciente	Positivo/a	Protector/a	R esiliente
Respetuoso/a	Responsable	S upervisor/a	T ranquilo/a

Se insistirá a las personas participantes en que deben pensar adjetivos o cualidades que las definan como padres y madres. Es decir, las cualidades que nos interesan tienen que estar relacionadas con ellos como padres o como madres, y no como profesionales u otros roles que puedan tener. Así pues, se debe también plantear que algunas cualidades pueden tener connotaciones positivas y otras quizá más negativas, pero que todas son correctas porque nadie es un padre o una madre perfecto.

Al terminar se utilizan 10 minutos para que quien quiera comparta su nombre y las cualidades que ha escogido (acrónimo poético de cualidades). En ese momento se debe promover la participación voluntaria y el respeto del turno de palabra. Aunque el grupo de padres y madres esté formado por personas muy diferentes, seguro que muchos adjetivos y cualidades de su función parental son similares o tienen elementos en común. Durante la actividad, la persona dinamizadora puede ayudar a indagar en esas cualidades comunes y también reconocer y valorar las diferencias que hacen única a cada persona. Además, es importante que cada participante pueda identificar no solo las cualidades que posee, sino que, escuchando a otros padres y otras madres, pueda detectar otras cualidades que no tiene (o que no tiene tan desarrolladas como para identificarse con ellas) y que le gustaría adquirir o potenciar.



Finalmente, la persona dinamizadora aprovecha el hilo de la actividad para comentar y consensuar las bases de la comunicación positiva con el fin de que todas las personas participantes se sientan seguras y valoradas en el grupo. A continuación, se ofrecen algunos ejemplos de cuestiones que se pueden incluir en las bases de la comunicación grupal positiva:

1. Prestar plena atención a la persona que habla, respetar el turno de palabra y todas las opiniones.
2. Utilizar la comunicación asertiva para expresar opiniones, sentimientos o experiencias.
3. Ofrecer una retroalimentación constructiva enfocándose en aspectos positivos y en oportunidades de mejora.
4. Respetar la voluntariedad en el hecho de compartir puntos de vista, experiencias y emociones.

c. Conclusión

Utilizar acrónimos poéticos es una manera creativa de reflexionar y plasmar las cualidades como padres y madres que tienen las personas participantes. Esta reflexión permite identificar las fortalezas y los elementos positivos que nos ayudan en nuestra función parental y que son cualidades que pueden ser compartidas entre varias personas del grupo. Además, esta reflexión grupal puede ayudar a las personas participantes a considerar otros aspectos y cualidades que aún no poseen, pero que reconocen como importantes para desarrollar y mejorar su parentalidad. La persona dinamizadora destacará que el enriquecimiento a través de las aportaciones de otras personas participantes se ha logrado gracias a una comunicación grupal positiva, por lo que es vital recordar las premisas de la comunicación grupal positiva durante el desarrollo de todas las sesiones.

Por último, es importante que las cualidades trabajadas en esta dinámica estén relacionadas con el ejercicio parental.

d. Versión alternativa

Como el módulo de presentación se realiza antes de cada paquete de formación, podría ser que algunas o quizá casi todas las familias ya hayan realizado antes esta actividad. Para intentar no repetir, se propone una versión alternativa en la que no se utilizaría el nombre de pila propio para definir cualidades, sino el de uno de los hijos o hijas. Así pues, la dinámica sería la misma, pero utilizando el nombre de uno de los hijos o hijas.

Actividad 3

Una mano de expectativas

Ejercicio de dibujo y diálogos simultáneos

20 minutos

Objetivo 3

Contenido 3

a. Introducción

Esta actividad tiene por objetivo conocer las expectativas de las personas participantes con respecto a la formación que están iniciando, en concreto las expectativas sobre sus aprendizajes, la metodología de las sesiones y lo que esperan de ellas.

b. Desarrollo

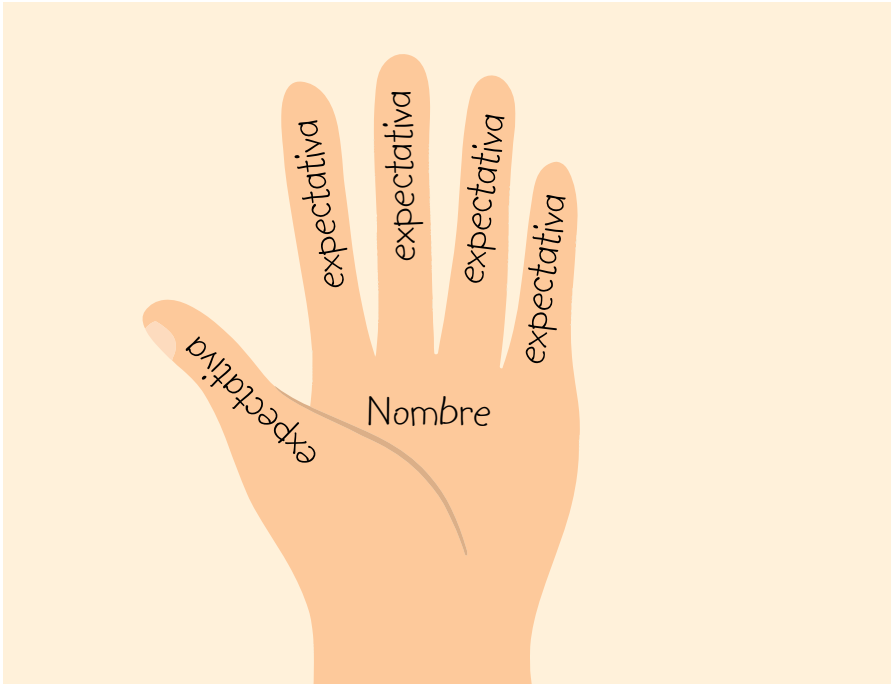
Se repartirá una cartulina y un bolígrafo o rotulador para cada participante. Las personas participantes, que siguen sentadas en sus sillas, se organizarán para trabajar en parejas. En caso de que sea un grupo impar se puede formar uno de los grupos con tres personas.

La persona dinamizadora indicará que esta actividad se realizará por parejas. Las instrucciones son las siguientes: cada persona pondrá su mano extendida encima de la cartulina y repasará su contorno con el bolígrafo o rotulador para dibujar sobre el papel su mano abierta.

Seguidamente se les indicará que recorten la mano del papel y se les explicará que esas manos recortadas quedarán guardadas hasta el final del programa porque se utilizarán en la sesión de cierre.

En parejas, se invita a reflexionar sobre qué expectativas tienen respecto a la formación que están iniciando. Para ayudarlos a pensar sobre sus expectativas se sugieren algunas preguntas que pueden ayudar a concretarlas. La persona dinamizadora seleccionará las preguntas en función del grupo y sus características:

- ¿Qué esperaréis aprender o trabajar en esta formación?
- ¿Qué no esperaréis aprender o trabajar en esta formación?
- ¿Qué os gustaría conseguir al finalizar la formación?
- ¿En qué grado queréis participar en las actividades de la formación?
- ¿Cómo creéis que será la metodología de la formación (en relación con la tipología de actividades que se van a realizar)?
- ¿Qué os gustaría mejorar de vuestras cualidades como padres o madres durante la formación?



Cada persona, con la ayuda del diálogo con la pareja, pensará en un mínimo de 1 expectativa y un máximo de 5 para escribirlas en los dedos de la mano que ha recortado de su cartulina. En el medio de la mano, en la palma, escribirá su nombre.

Se dispone de 10 minutos aproximadamente para realizar esta primera parte de la actividad. A continuación, una vez que cada persona tiene su mano cumplimentada con expectativas, se procede a la puesta en común. Cada una expresará como máximo dos expectativas. A la vez que se enuncian las expectativas, la persona dinamizadora las irá recogiendo por escrito en un lugar visible para al final invitar a una reflexión sobre las expectativas y los elementos comunes y diferenciales.

En la parte de puesta en común se debe tener en cuenta que esta actividad se realiza al principio de un programa con unos objetivos y contenidos concretos. Así pues, sería interesante poder ir relacionando las expectativas que se presentan con los contenidos que van a tratarse en las siguientes sesiones. Se puede hacer de manera muy resumida, ya que se van a trabajar dichos contenidos en la sesión conjunta con personas adultas y menores.

Antes de finalizar la actividad se planteará un elemento muy importante: el compromiso con el grupo y con los objetivos personales y familiares que se marquen durante el desarrollo de las sesiones. De esta manera, se recordará al grupo que para conseguir los objetivos que se plantean y cumplir con las expectativas que han surgido será imprescindible que se comprometan a asistir con regularidad a la formación. Se trata de un compromiso con el grupo, pero también con uno o una misma. Para promocionar los cambios esperados y mejorar las competencias parentales es necesario asumir el resto de la formación con responsabilidad. Y a este respecto se puede plantear al grupo la siguiente pregunta:

— ¿Qué estrategias o rutinas habéis previsto para garantizar vuestra asistencia regular a las sesiones de formación?

Esta pregunta anima a las personas a reflexionar sobre su compromiso con el grupo y la formación, a la vez que las invita a compartir prácticas que podrían ayudar a otras a organizarse y participar activamente en el grupo de formación.

Al finalizar, todos los miembros del grupo entregarán sus manos de cartulina a la persona dinamizadora, que las guardará para realizar una actividad en el módulo de cierre, una vez finalizada la formación del programa.

c. Conclusión

Se concluirá la actividad relatando que, como han podido ver en la puesta en común, existen expectativas comunes y otras que son específicas de algunas personas. Sin embargo, unas y otras tienen en común una misma finalidad: el deseo de mejorar el ejercicio parental y el compromiso por el bienestar de los hijos y las hijas. Para conseguir esta finalidad es imprescindible asumir un compromiso con el grupo y con su familia. Este compromiso pasa por asistir con regularidad a las sesiones y por participar de forma activa en las actividades que se proponen.

d. Valoración y cierre de la sesión

Para finalizar la sesión se dejarán unos minutos para que los padres y las madres puedan compartir si tienen alguna pregunta o reflexión que quieran expresar antes de pasar a la sesión de familias. Se animará al grupo a seguir participando de forma activa en las sesiones que prosiguen en la formación y se les anticipará lo que realizarán en la siguiente sesión del programa. Por último, se les agradecerá su participación y el interés mostrado durante la sesión.



Sesión para hijos e hijas

El primer encuentro de los niños y niñas en la formación es fundamental, ya que ayudará a definir la dinámica y el funcionamiento del grupo a lo largo de todo el proceso. En esta sesión se implementarán dinámicas diseñadas para construir un clima de grupo positivo utilizando actividades que fomenten la participación y el movimiento. Estas actividades facilitarán que se rompa el hielo y los niños y las niñas se conozcan entre ellos, encuentren puntos en común y conozcan a quien dinamiza la sesión. De este modo se promoverá un clima agradable, seguro y de confianza que propicie el intercambio de expectativas, miedos, experiencias y vivencias, así como la colaboración entre todas las personas participantes.

Ese es el objetivo principal de la sesión, promover un ambiente de confianza para que los niños y las niñas se conozcan y que posibilite la cohesión grupal. En los grupos de menores en edad escolar, la cohesión grupal se ha considerado un factor clave para estimular la motivación en los entornos de aprendizaje.⁹ Facilitar que niños y niñas se conozcan y compartan expectativas, deseos o miedos ayuda a que se sientan parte de un grupo cohesionado, lo cual incentiva su sentido de pertenencia y su compromiso con las actividades que se plantean en los entornos educativos. La confianza y la cohesión serán elementos indispensables para maximizar el potencial de las actividades grupales que se proponen en este programa y para que dichas actividades puedan tener un impacto en el desarrollo del aprendizaje de las personas participantes.

Así mismo, en esta sesión se tratarán de definir normas de comunicación positiva y de comportamiento para asegurar un ambiente de respeto y cooperación que facilite una dinámica positiva en el grupo y un entorno de aprendizaje colaborativo.¹⁰ Aunque estos elementos son comunes tanto para la sesión con personas adultas como para esta, existe no obstante un matiz de distinción en el caso del grupo de menores. Generar la confian-

9 Osterman, K. F. (2000). Students' need for belonging in the school community. *Review of Educational Research*, 70(3), 323-367. DOI: 10.3102/00346543070003323.

10 Johnson, D. W., y Johnson, R. T. (1975). *Learning Together and Alone: Cooperative, Competitive and Individualistic Learning* (5.ª ed., 1999). Needham: Allyn and Bacon.



za y la cohesión grupal, así como establecer las normas de comunicación positiva en un grupo de niños y niñas de 6 a 12 años va a requerir un enfoque más específico y adaptado a sus necesidades y a su grado de desarrollo evolutivo. Por ejemplo, se tendrá que dedicar más tiempo y esfuerzo al momento de romper el hielo y crear un espacio seguro, así como también se deberá dar más tiempo al grupo para que comparta elementos personales e interaccione de una manera más lúdica. Las actividades que se proponen también están adaptadas a su desarrollo y son juegos colaborativos para crear confianza entre los miembros del grupo, al igual que los juegos de presentación, también lúdicos y con un punto de competitividad para facilitar interacciones.



Sesión

Preparados, listos, ¡ya!

Objetivos

- Objetivo 1. Promover un clima de grupo en el que se favorezca la comunicación positiva, la colaboración y la cohesión grupal.
- Objetivo 2. Promover el conocimiento mutuo entre los niños y niñas que realizarán el programa y la persona dinamizadora, así como entre las propias personas participantes.
- Objetivo 3. Explorar las expectativas que tienen en relación con la metodología del programa, los aprendizajes que pueden hacer y su participación en las sesiones sobre la base de una comunicación positiva.

Contenidos

- Contenido 1. Información básica de la persona dinamizadora y de la institución que respalda la implementación del programa; información personal básica de los niños y niñas participantes y de sus familias.

- Contenido 2. Elementos básicos de la comunicación positiva para favorecer el aprendizaje y la colaboración entre niños y niñas.
- Contenido 3. Expectativas de la formación e intereses personales de los niños y niñas participantes.

Actividades

- Actividad 1. El nudo
- Actividad 2. En acción: conociéndonos de la A a la Z
- Actividad 3. Quien se va a Sevilla pierde su silla

Materiales

- Pelota (actividad 1)
- Tantas sillas como participantes haya (actividades 2 y 3)



Desarrollo de la sesión

La sesión comienza con la presentación de la persona dinamizadora. Puede que quien dinamiza ya conozca a los niños y niñas del grupo (por su participación en la entidad, por haberse encontrado con ellos durante el módulo motivacional, etc.), o que sea la primera vez que los vea. Sin embargo, con independencia de esta circunstancia, la sesión se iniciará con una presentación formal para situar a los niños y niñas en el contexto del programa que están comenzando. Además, puede que los miembros del grupo tampoco se conozcan entre ellos, por lo que durante la sesión se dedicará un tiempo a las presentaciones y a explorar las expectativas, deseos o dudas. Este es un momento ideal para establecer y demostrar una comunicación cercana y asertiva, así como para promover un clima de grupo respetuoso basado en la comunicación positiva y para fomentar la cohesión grupal. Este será su espacio y su buen funcionamiento dependerá de todas las personas que lo conforman.

Actividad 1

El nudo

Resolución de problemas

10 minutos

Objetivo 1

Contenido 1

a. Introducción

En esta primera dinámica se pretende romper el hielo y fomentar la interacción próxima entre todos los niños y niñas participantes. El objetivo es que se movilicen, conversen entre sí y se promueva la proximidad física para crear un ambiente cómodo y de confianza.

b. Desarrollo

Se empieza con una breve presentación. Para hacerlo, se pide a los niños y niñas participantes que se sitúen todos en un círculo, incluida la persona dinamizadora, que sostendrá en sus manos una pelota. Se explica que deberán pasar la pelota de una persona a otra tirándola con cuidado de no lastimar a nadie. La ronda de presentación se iniciará con la persona dinamizadora, que, tras presentarse, lanzará la pelota a la siguiente y así sucesivamente. Cuando alguien sostiene la pelota es su turno de presentación y debe indicar su nombre y su edad.

El orden no está definido, pues cada persona que se presenta elige después a quién pasa la pelota y, por tanto, determina el siguiente turno de presentación. La actividad termina cuando todos los miembros del grupo han tenido la oportunidad de presentarse.

Una vez que se ha realizado esta ronda rápida de presentaciones se inicia la segunda parte de la actividad con la dinámica del nudo.

Para esta actividad, todos los niños y niñas participantes se colocan de pie formando un círculo y cogidos de la mano. A continuación, se les da una primera consigna: deben enrollarse entre ellos y ellas sin soltarse de las manos ni un segundo, como haciendo un nudo. Una vez anudados, se les pregunta: «¿Creéis que va a ser difícil deshacer el nudo?», «¿Por qué?». Cuando hayan respondido a la pregunta, se procede a facilitar la segunda consigna: «¡Ahora es el momento de deshacer el nudo! Recordad, las manos deben permanecer cogidas, de la misma manera que cuando os habéis anudado». A continuación, se pide al grupo que valore del 0 al 10 el grado de dificultad que han tenido para deshacer el nudo, donde 0 es muy fácil, y 10, muy difícil. Pueden responder todas y todos de manera organizada.

Seguidamente se vuelve a la primera consigna y se les pide que en esta segunda ocasión hagan un nudo más difícil que el primero, que tenga mayor dificultad para deshacerse, y se les dejan unos minutos para que hagan el segundo nudo. Una vez anudados y enredados entre sí, se les pregunta de nuevo: «Del 0 al 10, ¿qué grado de dificultad creéis que va a suponer deshacer este nudo?». Cuando hayan respondido, se les pide que se desanuden nuevamente sin soltarse de las manos. Y se les pregunta: «¿Ha sido tan difícil como pensabais?», «¿Se puede hacer un nudo aún más difícil?».

Se repite la actividad pidiendo que hagan un tercer nudo aún más difícil. Los niños y niñas se anudan y vuelven a desanudar siguiendo el mismo proceso. Para motivarlos a que lo hagan más difícil, si no se les ocurre a ellos, se les puede proponer que pasen por debajo de las piernas, que se giren, que se muevan por todo el espacio, etc., teniendo en cuenta que en ningún momento pueden soltarse de las manos mientras realizan el nudo.

c. Conclusión

Al finalizar la dinámica se explicará a los niños y niñas participantes que es muy común sentir timidez al iniciar la participación en un grupo con personas desconocidas o poco conocidas. Es normal que al principio sea difícil tener la confianza para hablar de ciertos temas, en especial si son delicados. Sin embargo, la presentación realizada y actividades como la del nudo ayudan a romper el hielo, acercan a las personas y hacen que superen la barrera de la timidez. Esto fomenta una actitud más abierta y predispuesta a colaborar, compartir y aprender unas de otras.



Actividad 2

En acción: conociéndonos de la A a la Z

Resolución de problemas

20 minutos

Objetivos 1 y 2

Contenidos 1 y 2

a. Introducción

La dinámica persigue un doble objetivo: por un lado, que se inicie la interacción de unas personas con otras y, por otro, que los niños y niñas que configuran el grupo empiecen a conocerse. En concreto, que recuerden todos los nombres, que ya dijeron en la presentación con el balón de la primera parte de la actividad 1, y también que conozcan las edades y alguna otra característica que descubrirán durante la actividad.

b. Desarrollo

Se disponen las sillas en línea recta, colocando una silla por cada persona presente en la sala. Los niños y niñas participantes se sitúan de pie sobre las sillas. Se les indica que, sin bajar de las sillas, se recolocan por orden alfabético teniendo en cuenta su nombre de pila, de modo que acabe situado a la izquierda el niño o niña con la inicial más próxima a la A, y a la derecha, el niño o niña con la inicial más próxima a la Z. Deben ayudarse entre ellos para cambiar de sitio y pasar de un lado a otro.

Una vez que hayan finalizado, se comprueba que lo hayan hecho correctamente preguntándoles sus nombres de izquierda a derecha, es decir, de la A a la Z.

La segunda instrucción consiste en que, utilizando la misma dinámica, los niños y niñas se organicen por altura. Para ello, el niño o niña más bajo se debe situar en el extremo izquierdo de la línea y el más alto debe ocupar la última silla de la derecha. Al finalizar, la persona dinamizadora podrá verificarlo con facilidad a simple vista. Por último, la tercera instrucción consiste en que se organicen por orden de edad teniendo en cuenta su fecha y año de nacimiento. Si los niños y niñas participantes son pequeños y aún no conocen los meses del año, se puede simplificar pidiéndoles que se organicen solo considerando los años que tienen. En esta ocasión, el niño o niña más joven debe colocarse a la izquierda y el de mayor edad debe ocupar la última silla de la derecha. Cuando acaben se les preguntará su fecha de nacimiento (o su edad en años) para verificar que lo hayan hecho correctamente.

c. Conclusión

Para concluir la actividad, se les explica que mediante esta dinámica han comenzado a conocerse un poco más. Sin embargo, aún tienen por delante toda una serie de sesiones para profundizar en su conocimiento mutuo. Hasta ahora han aprendido los nombres de quienes conforman el grupo y sus edades, quién es la persona de mayor estatura y quién la de menor estatura. No obstante, esta sesión es solo el punto de partida. A lo largo de las siguientes sesiones conversarán, reflexionarán y compartirán diferentes experiencias con un denominador común: todos los niños y niñas del grupo son hijos e hijas. Como se discutió en el módulo motivacional, participar activamente en sus familias es beneficioso y favorece las relaciones positivas entre los miembros de la familia.

d. Posibles adaptaciones

En caso de que algún niño o niña tenga movilidad reducida o alguna otra diversidad que le impida seguir esta actividad deberán realizarse adaptaciones. Por ejemplo, se puede adaptar el juego para que se realice en el suelo, sin necesidad de sillas. Para ello, basta con dibujar o marcar una línea en el suelo y que los niños y niñas participantes deban mantenerse dentro de esa línea al moverse y organizarse. Es importante tener presente que, si se trata de otro tipo de diversidad, la adaptación deberá ser acorde con sus necesidades para facilitar la participación de manera inclusiva.



Actividad 3

Quien se va a Sevilla pierde su silla

Juego de las sillas adaptado

30 minutos

Objetivos 1, 2 y 3

Contenidos 1, 2 y 3

a. Introducción

Como se mencionó en la actividad anterior, en este momento el grupo está comenzando a conocerse un poco más. En esta actividad, la dinámica que se presenta permitirá que los niños y niñas participantes sigan conociéndose, pero sobre todo hará posible ir conociendo algunas características que definen al grupo y las expectativas que tienen quienes lo configuran respecto al programa y su participación en él, así como definir las normas básicas para mantener una comunicación positiva.

b. Desarrollo

Para comenzar, se dispondrán las sillas en un círculo amplio, dejando suficiente espacio entre ellas. El número de sillas debe ser igual al número de participantes menos uno, y todas deben estar orientadas hacia el centro del círculo. Todos los niños y niñas podrán sentarse en una silla excepto uno, que comenzará de pie en el centro del círculo. Este niño o niña será el encargado de «pararla».

El objetivo de quien está en el centro es sentarse en cualquier silla libre cuando los otros niños y niñas estén en movimiento.

Las indicaciones de la dinámica son las siguientes: la persona dinamizadora dirá una frase o afirmación, y cuando esta sea cierta para un niño o niña, este deberá levantarse y cambiar de silla. Por ejemplo, si la persona dinamizadora dice «me gusta el chocolate» y a una niña le gusta, ella tendrá que levantarse y cambiar de silla, y si no le gusta, deberá quedarse sentada. Por lo tanto, cada vez que se diga una frase habrá varios niños y niñas que se levanten a la vez y corran a sentarse en otra silla, y al mismo tiempo el niño o niña que está en el centro tendrá que correr para sentarse en una silla que esté vacía en esos segundos. El juego requiere rapidez y agilidad para conseguir sentarse. Se utiliza el juego como estrategia para propiciar un ambiente más ameno y divertido en el que niños y niñas respondan preguntas en un contexto distendido. Además, a través del juego y con la presión de responder con rapidez para lograr sentarse en la silla, los niños y las niñas deberán contestar a la

pregunta sin pensar demasiado la respuesta y tratando de evitar así respuestas mediadas por la deseabilidad social.

Como cualquier juego, este tiene unas reglas que deberán respetarse y que se resumen en dos: *a)* no está permitido empujar, tirar o forcejear con ningún compañero o compañera; y *b)* no está permitido cambiar a una de las sillas contiguas, a no ser que no haya ninguna otra opción, por ejemplo, dos niños que están sentados al lado y, siguiendo el ejemplo anterior, son los únicos de todo el círculo a los que les gusta el chocolate.

Para iniciar la actividad se usarán afirmaciones simples, banales o superficiales a fin de preparar a los niños y niñas para la dinámica del juego. Así comenzarán a «calentar motores» para pasarlo bien y comprender el funcionamiento y las normas de juego. Una vez que el grupo ha comprendido la dinámica del juego se irán introduciendo afirmaciones de mayor complejidad, pasando de lo más superficial a frases más específicas que aludan a características personales y familiares, aspectos relacionados con la parentalidad positiva y otros elementos vinculados a los contenidos que se trabajarán en las sesiones del programa (módulos) y sus expectativas.

Las frases que se proponen son las siguientes:

1. Afirmaciones simples para practicar e ir «calentando motores»:

- Me gusta el chocolate.
- Tengo el pelo corto.
- Tengo el pelo rubio.
- Tengo los ojos marrones.
- Uso gafas o lentillas.
- Hoy llevo calcetines.
- Hoy he venido con una mochila.
- Hoy he llegado aquí en transporte público (bus, metro, tren, etc.).

2. Afirmaciones para conocer las características personales y familiares de los niños y niñas. Relación con distintas áreas de su vida: núcleo familiar, casa, ocio y aficiones, escuela, amigos y amigas, hábitos saludables y tecnologías:

- Tengo hermanos o hermanas.
- Vivo con mi padre o mi madre, o mis padres o madres.
- Mi abuelo o abuela vive con nosotros en casa.
- Tengo mi propia habitación, no la comparto con nadie.
- Me gusta ir a la playa.
- Me gusta practicar deporte.
- Toco un instrumento musical.



- Me gusta jugar a dinámicas de grupo como esta.
- Me gusta ir al cole.
- Me gusta bailar.
- Me gusta cantar.
- Juego a videojuegos cada día.
- Voy al colegio solo o sola.
- Tengo un móvil para mí solo o sola.
- Tengo una tableta para mí solo o sola.
- Tengo Instagram o TikTok.
- En la escuela saco buenas notas.
- Me gustan mis maestros y maestras del colegio.
- Me gustaría tener más amigos y amigas.
- Me quedo a comer en el comedor del colegio.
- Cada día ceno con toda la familia.
- Me peleo con mi familia a menudo.
- He ido de vacaciones alguna vez con mi familia.
- A veces me quedo a dormir en casa de amigos, amigas o familiares.

3. Afirmaciones para conocer las expectativas de las personas participantes:

- Me gustaría encontrar nuevos amigos y amigas en este grupo.
- Creo que venir a esta formación me va a ayudar.
- Me han explicado lo que vamos a hacer en esta formación.
- Creo que vamos a trabajar cosas relacionadas con mi familia.
- Me gustaría que esta formación fuese jugando.
- Creo que en esta formación nos van a hacer exámenes.
- Creo que voy a aprender cosas en esta formación.
- Me gustaría que X (nombre de quien dinamiza) me ayudase con cosas de mi familia.
- Quiero poder explicar cosas de mi vida en el grupo.
- Creo que las personas del grupo van a respetar mi opinión.
- Creo que en el grupo va a haber peleas o discusiones.
- Creo que en esta formación vamos a trabajar siempre solos o solas, nunca con las familias.

Estas frases son orientativas para la persona dinamizadora. Si conoce algunas características concretas del grupo o si desea indagar en otras expectativas en función del grupo, de su diversidad y del contenido de la formación, puede añadir otras frases que considere pertinentes.

Para el desarrollo de la dinámica se dispondrá de 15 minutos aproximadamente. Una vez realizado el juego de las sillas se pedirá a los miembros del grupo que se sienten haciendo un círculo (pueden sentarse en el suelo) y que comenten qué les ha parecido la dinámica, si se han sentido cómodos o incómodos con alguna afirmación, si les habría gustado comentar otras cosas que no han surgido, etc. Para esta puesta en común en gran grupo, se dispondrá de unos 10 minutos como máximo.

Se procurará que todos los niños y niñas participantes tengan la oportunidad de expresar su opinión invitando a que todos participen y a que respeten el turno de palabra y la diversidad de opiniones.

Finalmente, se aprovechará la actividad para presentar las bases de la comunicación positiva con el fin de que todos los niños y niñas participantes se sientan seguros y valorados en el grupo. A continuación, se ofrecen algunos ejemplos para incluir en estas bases:

1. Escucha atentamente. Cuando alguien esté hablando presta mucha atención, respeta su turno para hablar y escucha sus ideas.
2. Habla con respeto. Cuando quieras decir algo, usa palabras amables y respeta los sentimientos de los demás.
3. Haz comentarios positivos. Si tienes algo que decir sobre lo que alguien ha hecho, enfócate en lo bueno y en cómo puede mejorar.
4. Comparte si quieres. Está bien si no quieres contar tus ideas, experiencias o sentimientos. Comparte solo cuando te sientas cómodo/a.

c. Conclusión

Para concluir la actividad, en los últimos minutos, se explica al grupo que el objetivo de este juego ha sido doble: por un lado, conocerse un poco más, y por otro, dar la oportunidad a todos los miembros del grupo de que expresen lo que esperan de esta formación, lo que les gustaría aprender, lo que esperan del grupo que forman, etc. En definitiva, esta actividad pretende mediante el juego motivar a los niños y las niñas a que se conozcan y construyan juntos un clima de grupo agradable y de confianza, y facilitar el proceso de cohesión. Para alcanzar dicho objetivo se resaltarán la importancia de tener siempre presentes las bases de la comunicación positiva.

d. Posibles adaptaciones

En caso de contar en el grupo con niños o niñas con movilidad reducida o discapacidad de diferente índole que no les permita seguir esta actividad, deberán realizarse las adaptaciones pertinentes. Aquí se sugiere una posible adaptación para hacer que la actividad



sea inclusiva en caso de afectaciones de la motricidad. Es evidente que, si se trata de otro tipo de diversidad, la adaptación deberá ser acorde a sus necesidades para facilitar la participación inclusiva.

En el caso de que alguno de los miembros del grupo tenga una movilidad reducida se pueden proponer dos opciones. Una primera opción, si el niño o la niña no puede o no quiere moverse (por ejemplo, porque tiene un esguince), es asignarle la tarea de leer las afirmaciones, siempre con la ayuda de quien dinamiza la sesión; también se le puede asignar la función de árbitro y que vigile que nadie empuje o fuerce a otros participantes para conseguir un asiento. La segunda opción, si hay un niño o niña en silla de ruedas, es jugar con marcas en el suelo en lugar de sillas. La idea es realizar marcas en el suelo en los lugares donde los niños y las niñas tienen que colocarse y que lo hagan de pie, de modo que el niño o niña en silla de ruedas simplemente pueda situarse encima de la marca.

e. Valoración y cierre de la sesión

Para cerrar la sesión, se pregunta al grupo si desea comentar alguna otra cuestión que no haya salido. Se les motiva a seguir participando y a animar a sus padres y madres a que asistan al programa. Se les recuerda que todos los miembros del grupo tienen en común que son hijos e hijas, y, por tanto, a todos les interesa mantener una buena convivencia familiar. Asistir a la formación puede ser un excelente punto de partida para lograr un ambiente familiar agradable y positivo.

Finalmente, se les agradecerá su asistencia y se les invitará a participar activamente en la sesión para familias.

Sesión para familias

En esta sesión se trabajan aspectos similares a los de las sesiones anteriores, pero esta vez con toda la familia: padres, madres, hijos e hijas. Hasta el momento, los niños y niñas se han conocido entre ellos y los padres y madres también han tenido la oportunidad de conocerse. Sin embargo, aún no se han relacionado entre sí como familias. Este es un momento importante porque se establecerán las bases para las siguientes sesiones familiares.

Las personas tenemos distintas formas de comportarnos según el contexto en el que estamos. Nos adaptamos al entorno. Así, las personas que nos rodean tienen un impacto importante en nuestra actitud. Por eso, los padres y las madres no actúan ni hablan de la misma manera cuando están con sus hijos e hijas que cuando están sin ellos. Lo mismo ocurre con los niños y niñas, que no se comportan de igual forma en las sesiones de hijos e hijas que en las sesiones familiares. Por ese motivo, la sesión de presentación de las familias es muy importante. No es una repetición de las sesiones de presentación individuales, sino una sesión que persigue objetivos diferentes.

El primero de los objetivos es presentar las características y la finalidad general del programa. Hasta el momento se han desarrollado actividades de presentación personal y de conocimiento de las expectativas de las personas participantes. El contenido que se trabajará en el programa se ha podido comentar en entrevistas anteriores con la familia y también en las actividades de la sesión de



adultos, así como en la sesión de menores. No obstante, estos han sido solo comentarios relacionados con las expectativas de una parte de la familia. Por ello, en esta sesión titulada «Nos seguimos conociendo», las personas dinamizadoras presentarán el programa de formación y sus objetivos, y lo relacionarán con las expectativas contando con la presencia de todos los miembros de la familia que participan en el programa.

El segundo objetivo es promover que las familias se conozcan entre sí. Se llevará a cabo una dinámica en la que la comunicación es fundamental y se dará en dos direcciones paralelas: los hijos e hijas hablarán con sus padres y madres para realizar la actividad, y al mismo tiempo, la familia entera tendrá que hablar con otras familias para completar el ejercicio propuesto. De esta manera se fomenta la comunicación tanto dentro de la familia como con las otras familias.

El tercer objetivo es sumamente importante. En esta sesión se acordarán las normas que regirán el resto de las sesiones. Es fundamental que todas las personas participantes, ya sean adultas o menores, participen en la creación de estas normas. Si son consensuadas y acordadas por todo el grupo, siempre será más fácil que se cumplan. Las normas se crearán en relación con cuatro ejes indispensables: comunicación positiva, confidencialidad, asistencia y respeto.

Y el cuarto y último objetivo de la sesión de familias es seguir promoviendo ese clima de grupo y esa cohesión, en la misma línea en la que se ha hecho en las sesiones de menores y de adultos.

Sesión

Nos seguimos conociendo

Objetivos

- Objetivo 1. Presentar los temas y objetivos generales de los módulos del programa que se van a implementar.
- Objetivo 2. Promover que las familias se conozcan entre ellas y favorecer tanto la comunicación intrafamiliar como la comunicación grupal.
- Objetivo 3. Establecer las normas para el buen funcionamiento del grupo orientándolo al aprendizaje por medio de las dinámicas grupales.

Contenidos

- Contenido 1. Objetivos y contenidos de los módulos que se tratarán durante el desarrollo del programa.
- Contenido 2. Diálogo para el conocimiento de las personas participantes en el grupo de familias.
- Contenido 3. Establecimiento de normas consensuadas para mantener la confidencialidad, el respeto a los demás, el compromiso y la comunicación positiva.

Actividades

- Actividad 1. ¿Qué hacemos aquí?
- Actividad 2. ¿Quién es quién?
- Actividad 3. Construyendo nuestra cabaña: un refugio de respeto y colaboración

Materiales

- Ficha 1. ¿Quién es quién? (actividad 2)
- Ficha 2. Construyendo nuestra cabaña: un refugio de respeto y colaboración (actividad 3)
- Ficha 3. Nombres de los pilares de la cabaña (actividad 3)
- Bolígrafos y rotuladores (actividad 3)
- Pósters (actividad 3)
- Pizarra (actividades 1 y 3)



Ficha 1. ¿Quién es quién? (actividad 2)



Ficha 2. Construyendo nuestra cabaña: un refugio de respeto y colaboración (actividad 3)



Ficha 3. Nombres de los pilares de la cabaña (actividad 3)

Desarrollo de la sesión

Seguimos con las presentaciones, en esta ocasión en el grupo de familias. Comenzamos con la presentación de las personas dinamizadoras, que serán las mismas que han realizado las sesiones de padres y madres, y de hijos e hijas. Por lo tanto, con una breve presentación para indicar sus nombres y explicar el funcionamiento de la sesión será suficiente. Sobre todo, es importante que recuerden que la sesión es tanto para madres y padres como para niños y niñas, y que por lo tanto todas las personas tienen que participar. Pueden también puntualizar la importancia del trabajo en familia y del trabajo en grupo, que vamos a ir encontrando a lo largo de las otras sesiones del programa.

Actividad 1

¿Qué hacemos aquí?

Exposición oral

10 minutos

Objetivo 1

Contenido 1

a. Introducción

Se iniciará la sesión con la presentación de las personas dinamizadoras, diciendo su nombre y su función dentro de las sesiones que se realizan. A continuación, se presentarán los objetivos generales del programa, los contenidos que se trabajarán y la estructura de las sesiones que se seguirá. Es fundamental que las familias comprendan por qué están en este programa, qué se trabajará durante las sesiones y qué pueden esperar de ellas y qué no. Anteriormente, en las actividades de las sesiones de padres y madres, y de hijos e hijas, se discutió sobre las expectativas y el contenido del programa. Sin embargo, es importante presentar de nuevo los objetivos al grupo de familias, en esta ocasión de manera clara, resumida y concisa.

Es conveniente recordar que esta actividad incluye tanto a personas adultas como a niños y niñas, por lo que el vocabulario utilizado debe ser accesible para que todos y todas puedan comprender la información transmitida.



b. Desarrollo

Para presentar el programa y sus objetivos se proponen dos modalidades. La primera modalidad es en formato digital. Se puede preparar una breve presentación de diapositivas donde se expliquen de manera simple y clara los objetivos generales y cada una de las sesiones. Esto puede ayudar a presentar el programa, sus objetivos y los contenidos que incluye, y a explicar cómo se llevará a cabo.

En la segunda modalidad se utiliza una pizarra, donde se pueden escribir los objetivos de manera resumida y, a partir de ahí, ir explicando y presentando el programa, las sesiones y su contenido.

No debe ser una actividad muy larga, ya que tenemos que mantener la motivación. No es fácil prestar atención a una charla de presentación de más de 10 minutos. Por lo tanto, es importante controlar el tiempo y dar una explicación breve, pero clara. Se tratará de ir poniendo ejemplos de las expectativas y los intereses que pueden estar ligados a los temas de las sesiones. Debe aclararse también que se abordarán las preguntas que ahora surjan en las próximas sesiones del programa que se desarrollarán con el grupo.

c. Conclusión

Se recordará que todas las personas participantes, tanto padres y madres como niños y niñas, han expuesto ya sus expectativas e intereses en actividades anteriores y en esta habrán podido comprobar en qué sesiones se tratarán los temas que les interesan.

Actividad 2

¿Quién es quién?

Diálogos simultáneos múltiples

30 minutos

Objetivo 2

Contenido 2

a. Introducción

Esta dinámica tiene como objetivo conocer con mayor profundidad a las familias y facilitar que se conozcan mejor entre ellas. La actividad promueve la comunicación entre las familias participantes en el programa facilitando que hablen y se relacionen. Además, fomenta la comunicación intrafamiliar, ya que los padres y las madres compartirán la información obtenida en la sesión «¡Empezamos!» y los hijos e hijas aportarán los datos recogidos en la sesión «Preparados, listos, ¡ya!». Es importante que los miembros de la familia hablen entre ellos para unir toda la información recopilada hasta el momento. Esta interacción ayudará a resolver la actividad, a fortalecer los lazos familiares y a mejorar la comprensión mutua dentro del grupo.

b. Desarrollo

Se repartirán a cada familia un bolígrafo y la ficha 1 (pp. 44-45), «¿Quién es quién?». La primera indicación que se dará es que esta dinámica se realiza con toda la familia en su conjunto, por lo que los miembros de la familia no se pueden dispersar o separar en ningún momento, y tienen que trabajar en equipo.

En la ficha 1 se presenta una tabla con distintas cualidades, situaciones y características que podrían tener las familias participantes. Debajo de cada característica hay un espacio en blanco que permite escribir el nombre de una familia. Se explicará que el objetivo es encontrar a otra familia con la cualidad, situación o característica que está en la tabla. Una vez encontrada esa familia, hay que escribir su nombre en el espacio en blanco de la tabla; pueden ser los apellidos de la familia, o bien los nombres de los hijos o hijas. Las personas participantes tendrán 15 minutos para moverse por el espacio y entablar conversaciones en las que pedirán información a las otras familias para saber qué familia puede tener la característica que se encuentra en la tabla. Se indica que hay dos normas importantes: a) no se pueden repetir



los nombres de las familias, por lo que, si hay una familia a quien ya se ha mencionado en una casilla de la tabla, esa familia no se puede volver a mencionar más; y b) cuando una familia haga una pregunta a otra familia, esta siempre tiene que contestar con la verdad, no se puede mentir. Se trata de anotar a tantas familias como se pueda durante 15 minutos.

Es conveniente recordar a los padres y las madres que es importante que promuevan la participación de sus hijos e hijas, es decir, que no sean siempre los adultos quienes interaccionen con las otras familias. También se puede proponer que sean los hijos o hijas quienes escriban en la hoja, en el caso de que tengan esa habilidad y quieran hacerlo, para así promover su participación.

Al terminar los 15 minutos se pide que termine la dinámica y que todas las familias se unan a un círculo (sentados o de pie, dependiendo del espacio). Se analiza cuál es la familia que tiene más respuestas y se comprueba que las respuestas sean correctas.

A continuación, se pregunta por lo que se ha anotado en las diferentes casillas. No es necesario repasar todas las preguntas, solo aquellas para las que haya tiempo. Por ejemplo: «¿Qué familias tienen cuatro hijos o hijas o más?». Las personas participantes pueden decir sus respuestas en voz alta. Para algunas características, se puede pedir a las familias identificadas que expliquen un poco más la característica mencionada. Por ejemplo, en el caso de una familia en la que alguien tenga un don o sepa hacer algo especial o diferente, se puede pedir que expliquen cuál es ese don e incluso, si es posible, que se haga una demostración.

c. Conclusión

La dinámica pretende que las familias hablen entre ellas y se diviertan escuchando anécdotas o características peculiares de otras familias. Las personas dinamizadoras deberán prestar atención y asegurarse de que haya respeto en la forma de hacer las preguntas, y tendrán que intervenir en el caso de que se produzca alguna falta de respeto.

d. Posibles adaptaciones

La dinámica puede cambiar completamente si se cambian las frases seleccionadas en la ficha 1, «¿Quién es quién?». Por lo tanto, en el caso de que haya un gran número de familias que ya hayan hecho esta actividad anteriormente en otro programa, se pueden proponer otras frases para la ficha.

Así mismo, si las personas dinamizadoras tienen interés en alguna frase en concreto, siempre puede ser añadida.

¿Quién es quién?

Una familia con cuatro
hijos o hijas o más



Nombre:

.....

Una familia que tiene
una mascota



Nombre:

.....

Una familia que vive
cerca de la playa



Nombre:

.....

Una familia en la que alguno
de sus miembros ha nacido
fuera de España



Nombre:

.....

Una familia a la que le
gusta practicar deporte



Nombre:

.....

Una familia que vive con
un abuelo o abuela en casa



Nombre:

.....

Una familia que tiene más
de dos vehículos de motor
(coche, furgoneta, moto...)



Nombre:

.....

Una familia que tiene más
de un televisor en casa



Nombre:

.....

Una familia con un hijo o hija
cuyo nombre empieza por la letra
H, K, W o Y



Nombre:

.....

¿Quién es quién?

Una familia que es religiosa practicante



Nombre:

Una familia en la que la pareja está divorciada



Nombre:

Una familia que es vegetariana o vegana



Nombre:

Una familia en la que alguien tiene una fobia o un miedo peculiar



Nombre:

Una familia en la que alguien tiene un don o sabe hacer algo especial o diferente



Nombre:

Una familia en la que todos y todas tienen teléfono móvil



Nombre:

Una familia que vive en el mismo barrio que el vuestro



Nombre:

Una familia que es miembro de alguna asociación



Nombre:

Una familia en la que los hijos e hijas menores de 12 años no tienen móvil



Nombre:

Actividad 3

Construyendo nuestra cabaña: un refugio de respeto y colaboración

Trabajo en grupo

20 minutos

Objetivo 3

Contenido 3

a. Introducción

Para poder trabajar en grupo debemos tener unas normas que aseguren el buen funcionamiento del grupo y de la actividad. Tanto en las sesiones de adultos como en las de menores ya se han comentado algunas cuestiones relacionadas con el desarrollo de la buena comunicación, pero el funcionamiento del grupo va más allá. Es responsabilidad de todas las personas el buen funcionamiento del grupo, por eso en esta actividad se propone construir conjuntamente las normas del grupo.

b. Desarrollo

La actividad tiene tres fases. Primero se trabajará en pequeños grupos de tres familias. Se explicará que cada grupo tiene que plantear en 5 minutos 3 normas esenciales que quieran que se cumplan. Para ello pueden recordar algunas de las bases de la comunicación positiva que se han expuesto en las sesiones de personas adultas y de menores. Se indicará a las familias que deben escribir cada norma en un póster diferente. Además, se las animará a que todos los miembros de los grupos participen por igual para promover que tanto hijos e hijas como padres y madres puedan expresar sus opiniones.

En segundo lugar, se desharán los grupos pequeños para formar un gran grupo con todas las familias participantes. Se intentará que las familias se sienten formando un gran círculo, con las personas dinamizadoras en un lado, junto al póster «Construyendo nuestra cabaña: un refugio de respeto y colaboración» (ficha 2, p. 50). La ficha 2 deberá



estar impresa en un formato póster, puesto que debe estar bien visible, y puede pegarse en la pared o en una pizarra.

Una vez formado el círculo se explica que ha llegado el momento de poner en común todas las normas. Cada grupo de tres familias explicará las normas que ha elegido y el motivo o la finalidad de su elección. Cada vez que se explique una norma, el grupo de familias entregará a las personas dinamizadoras el pósit donde está escrita la norma. Estas irán pegando los póstits en el póster de la ficha 2, al lado de los cuatro pilares que sostienen el techo de la cabaña, pero sin explicar aún el motivo de dicha colocación. La cabaña simboliza el grupo y los cuatro pilares de la cabaña simbolizan los ejes fundamentales de las normas del grupo que aseguran su buen funcionamiento y, con ello, «el refugio del grupo»:

- Normas relacionadas con la confidencialidad y la privacidad
- Normas relacionadas con el respeto hacia los demás y la aceptación de diversas opiniones
- Normas relacionadas con el compromiso con el grupo y el programa
- Normas relacionadas con la comunicación entre las personas del grupo

Al finalizar el momento de compartir los póstits, se dejará espacio para que cualquiera pueda comentar si hay alguna norma que no le parezca adecuada o si alguien quiere añadir o modificar alguna. También se puede reflexionar sobre si hay muchas normas comunes y cuáles son.

La tercera fase comienza con las personas dinamizadoras explicando el significado de la cabaña y todas sus partes. Cada vez que se explique una parte se puede pegar el nombre de esta (que se habrá recortado previamente de la ficha 3, p. 51) sobre el correspondiente pilar de la cabaña.

Se debe enfatizar la importancia de los cuatro ejes que sostienen al grupo para poder conseguir el «refugio de colaboración y respeto», y la relevancia de cada uno de ellos: la confidencialidad y la privacidad, el respeto y la aceptación de la diversidad de opiniones, el compromiso con el grupo y el programa, y la comunicación positiva. Estos cuatro elementos juntos pueden sostener la parte superior de la cabaña, que representará de manera metafórica al grupo y que será el lugar donde todos sus miembros se encuentren y aprendan. Si uno de los pilares no funciona o está débil (es decir, si no se cumplen las normas), no se podrá interactuar y colaborar de manera efectiva. Es responsabilidad de todos y todas construir y sostener la cabaña.

Después de comentar el significado de cada pilar y explicar la metáfora, se pregunta al grupo si se debe añadir alguna norma. Por último, se consulta al grupo qué normas

desean mantener, recomendando que sean pocas y muy claras. Es especialmente importante que se promuevan normas relacionadas con:

- la confidencialidad y la privacidad: no se puede compartir información sensible comentada en el grupo en ningún espacio fuera del programa;
- el respeto: hay diversidad de opiniones y todas son válidas, ya que existe diversidad de características personales y nadie es mejor o peor que otra persona, por lo que no hay que juzgar ni discriminar;
- el compromiso: se debe asistir a todas las sesiones, ser puntual al empezar y terminar, ayudar a los demás cuando lo necesiten y no utilizar el teléfono móvil durante las sesiones;
- la comunicación positiva: es imprescindible respetar el turno de palabra, utilizar un lenguaje adecuado, no decir palabrotas ni palabras malsonantes y no gritar.

Una vez acordadas las normas, las personas dinamizadoras asumen la tarea de escribirlas todas en el póster para tenerlas durante todo el desarrollo del programa. Para terminar, piden que todos los miembros del grupo se comprometan a cumplir las normas y, para demostrar que así es, proponen que todos los padres, madres, hijos e hijas firmen debajo de la cabaña. Es una muestra de compromiso y de aceptación de las normas.

c. Conclusión

Se concluirá la actividad dando valor a la «cabaña» que han construido y recordando que es responsabilidad de todas las personas participantes sostenerla mediante el respeto de todas las normas acordadas. También se explicará que se harán copias del póster para colgarlas en cada una de las aulas donde se trabajará, tanto en las sesiones de hijos e hijas como en las de padres y madres, y en las de familias. Por lo tanto, en cualquier momento en que el grupo no esté siguiendo las normas se podrá hacer referencia al póster de la cabaña para recordar que dichas normas constituyen un acuerdo y un compromiso firmado por todos y todas.

d. Valoración y cierre de la sesión

Se concluirá valorando el hecho de haber dedicado una primera sesión a conocerse mejor, reconocer las cualidades que tienen como padres y madres, conocer qué esperan y haber colaborado todas las familias en la creación de la «cabaña» común. Se explicará que durante las próximas sesiones se seguirá avanzando en grupo y que se



tendrá la oportunidad de tratar diferentes temas relacionados con la parentalidad. Se hará hincapié en la participación, puesto que considerar las perspectivas de las demás personas, además de la propia, contribuirá a comprender y mejorar las prácticas de parentalidad. Por último, se introducirá el tema del siguiente módulo, se les darán las gracias por su participación, se les invitará a la merienda y se les recordará el día, lugar y hora de la próxima sesión.



Construyendo nuestra cabaña: un refugio de respeto y colaboración



Nombres de los pilares de la cabaña

Confidencialidad

Respeto

Compromiso

Comunicación positiva

Tipos de papel utilizados en esta publicación.

Papel de la cubierta:

Vandia, cartulina gráfica FSC de 200 g

Papel interior:

Navigator, offset blanco FSC de 100 g





Puedes descargar
los materiales de las
actividades con este QR.

