



# Aprendre junts, créixer en família

## Motivats per créixer en família

Mòdul motivacional





Fundació "la Caixa"

# Aprendre junts, créixer en família

## Motivats per créixer en família

Mòdul motivacional

## **EDICIÓ**

### **Fundació "la Caixa"**

#### AUTORIA

Judit Rabassa Parés. Universitat de Barcelona

Nuria Fuentes-Peláez. Universitat de Barcelona

Ainoa Mateos Inchaurredo. Universitat de Barcelona

María José Rodrigo López. Universidad de La Laguna

#### DIRECCIÓ DEL PROJECTE

Nuria Fuentes-Peláez. Universitat de Barcelona

Ainoa Mateos Inchaurredo. Universitat de Barcelona

#### DISSENY GRÀFIC

Cèl·lula, Acció Creativa

#### IL·LUSTRACIONS

Imma Itxart

#### TRADUCCIÓ

Caplletra SL

#### IMPRESSIÓ

Milimétrica Producciones SL

© de l'edició, Fundació "la Caixa", 2023

Pl. de Weyler, 3 - 07001 Palma

DL: B 19294-2023

# Índex

Introducció .....	5
-------------------	---

Sessió per a pares i mares .....	10
----------------------------------	----

Vivint en positiu la parentalitat .....	12
---	----

Activitat 1. Ser pare i mare: els reptes quotidians .....	14
---	----

Activitat 2. Desconnectem el pilot automàtic en la nostra parentalitat? .....	24
--	----

Sessió per a fills i filles .....	33
-----------------------------------	----

I nosaltres, què hi aportem? .....	34
------------------------------------	----

Activitat 1. Coses de família .....	36
-------------------------------------	----

Activitat 2. L'arbre familiar de les forteses .....	43
---	----

Sessió per a famílies .....	49
-----------------------------	----

La família creix en positiu. ....	50
-----------------------------------	----

Activitat 1. Recerca del tresor en família .....	52
--	----

Activitat 2. Junts creixem més .....	66
--------------------------------------	----



**Mòdul motivacional**

# Motivats per créixer en família

La **parentalitat** planteja reptes i situacions quotidianes que, sense els suports suficients, tenen un impacte negatiu en la manera en què els pares i les mares perceben i desenvolupen el seu rol parental, cosa que a la vegada repercuteix en el benestar de la resta de membres de la família. Davant d'aquesta situació, la **parentalitat positiva** sorgeix com un model de criança i educació centrat en el comportament dels pares i les mares, que té en compte l'interès superior del nen, nena i adolescent, que cuida, que desenvolupa les seves capacitats, que no és violent, que reconeix i orienta, i que estableix les condicions que permeten el ple desenvolupament del nen, nena i adolescent (Recomanació Rec (2006)19 del Comitè de Ministres als estats membres, 2006).<sup>1</sup> Per exercir la parentalitat positiva cal, d'una banda, reconèixer la motivació per al canvi que tenen els pares i les mares en el seu exercici de parentalitat, i, d'altra banda, promoure la participació dels nens i nenes reconeixent les seves capacitats de canvi en la dinàmica familiar. Amb aquest mòdul es vol activar la motivació per desenvolupar les competències de parentalitat positiva en els pares i les mares,

<sup>1</sup> Recomanació Rec (2006)19 del Comitè de Ministres del Consell d'Europa als estats membres sobre polítiques de suport a l'exercici positiu de la parentalitat (adoptada pel Comitè de Ministres el 13 de desembre de 2006 en la 983a reunió dels delegats dels ministres).

i també la motivació dels fills i filles per desenvolupar habilitats que els permetin participar de manera activa i responsable en les seves famílies. Per aconseguir-ho, és important facilitar l'expressió dels interessos, les necessitats i els sentiments de tots els membres de la família per tal de poder-los conciliar.

Promoure la motivació per al canvi cap a la parentalitat positiva en els pares i les mares implica generar en les famílies interessos, necessitats i sentiments favorables a l'exercici de la parentalitat positiva, els quals les portaran a orientar la seva conducta cap a l'assoliment d'aquesta meta. En aquest sentit, la motivació depèn de diversos factors: la predisposició de les famílies al canvi; el reconeixement de les possibilitats de canvi; les actituds vers el programa; el grau d'autoeficàcia percebuda com a pares, mares, fills i filles, i la possibilitat de canvi percebuda per les famílies (Chiviano *et al.*, 2016).<sup>2</sup> En conjunt, aquests elements componen dues maneres oposades d'actuar en les famílies: a) una parentalitat automàtica, amb el focus centrat en els problemes del dia a dia, la qual cosa desvia els recursos mentals de la necessària atenció a les necessitats de cura i educació dels fills i filles: atribució de causes externes al que passa sense autocorrecció sobre la seva manera d'actuar, cosa que els duu a estar menys motivats per al canvi; i b) una parentalitat conscient, en la qual els progenitors actuen de manera reflexiva davant de les necessitats pròpies i les dels fills i filles, i davant

<sup>2</sup> Chiviano, C. I., McWey, L. M., Lettenberger-Klein, C. G., Claridge, A. M., Wojciak, A. S., i Pettigrew, H. V. (2016). Promoting change among parents involved in the child welfare system: Parents' reflections on their motivations to change parenting behaviors. *Journal of Social Work*, 0(0), 1-16. <https://doi.org/10.1177/1468017316654340>.



del que està passant, s'autocorregeixen les pautes educatives després d'haver-ne observat els efectes i estan disposats a canviar.

Per afavorir la motivació per al canvi i la parentalitat conscient entre les persones destinatàries del programa s'han de crear ambients d'aprenentatge que afavoreixin el reconeixement de les potencialitats de les famílies, però que a la vegada els permetin identificar el seu marge de millora en les competències parentals i els ofereixin eines per aconseguir el màxim potencial, tot això d'acord amb els seus interessos, necessitats i sentiments. Aquests espais d'aprenentatge grupal que promou el programa es caracteritzen perquè ofereixen la possibilitat d'establir vincles entre les experiències i les característiques personals amb els continguts d'aprenentatge del programa; crear xarxes de suport entre persones que han experimentat situacions similars, i descobrir els beneficis que l'exercici de la parentalitat positiva aporta a la dinàmica familiar (Rodrigo *et al.*, 2010).<sup>3</sup> Així, els beneficis de l'aprenentatge grupal contribueixen a l'increment de la motivació per al desenvolupament de la parentalitat positiva.

D'aquesta manera, a partir del mòdul «Motivats per créixer en família», es pretén animar els pares i les mares perquè prenguin consciència de la importància d'orientar l'exercici del rol parental cap a la parentalitat positiva i conscient, de qüestionar les seves pràctiques si és necessari i d'adoptar una visió optimista vers les possibilitats de canvi per crear

<sup>3</sup> Rodrigo, M. J., Máiquez, M. L., i Martín, J. C. (2010). *La educación parental como recurso psicoeducativo para promover la parentalidad positiva*. Madrid: FEMP; Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad. Recuperat de [https://www.mdsocialesa2030.gob.es/derechos-sociales/Familias/Parentalidad\\_Positiva/docs/eduParentalRecEducativo.pdf](https://www.mdsocialesa2030.gob.es/derechos-sociales/Familias/Parentalidad_Positiva/docs/eduParentalRecEducativo.pdf).

un ambient familiar favorable al desenvolupament ple dels seus fills i filles. De la mateixa manera, es promou el desenvolupament de coneixements, actituds i capacitats en els infants sobre el seu rol, i també la seva participació activa com a element transformador de la dinàmica familiar, la seva influència en l'exercici positiu de la parentalitat i els beneficis d'aquest exercici per al conjunt de la família. Així doncs, es tracta que tots els membres de la família, de manera conjunta, reflexionin sobre les seves forteses i les seves oportunitats d'aprenentatge, i activin la predisposició al canvi i les oportunitats de millora de la vida familiar.

## Mòdul motivacional

# Motivats per créixer en família

### Objectius del mòdul

Prendre consciència de la importància d'incloure la perspectiva de la parentalitat positiva i conscient en l'exercici parental per promoure la convivència familiar positiva.

### Competències parentals

- Reflexió sobre l'exercici de la parentalitat i els seus beneficis en la dinàmica i el benestar familiars.
- Reflexió a l'entorn de les fortaleeses i les àrees de millora relacionades amb l'exercici d'una parentalitat positiva i conscient.
- Concepció de la seva participació en el programa «Aprendre junts, créixer en família» com una oportunitat d'aprenentatge i desenvolupament de les competències parentals.

### Competències dels fills i filles

- Identificació de les habilitats i les estratègies que els permetin participar de manera activa i responsable en l'àmbit familiar, i que contribueixin de positivament a les relacions familiars.

- Reflexió sobre els beneficis que aporta participar de manera activa i responsable en la dinàmica familiar.
- Concepció de la seva participació en el programa «Aprendre junts, créixer en família» com una oportunitat d'aprenentatge i desenvolupament d'habilitats que contribueixen positivament a la dinàmica familiar.

### Sessió per a pares i mares

*Vivint en positiu la parentalitat*

- Activitat 1. Ser pare i mare: els reptes quotidians
- Activitat 2. Desconnectem el pilot automàtic en la nostra parentalitat?

### Sessió per a fills i filles

*I nosaltres, què hi aportem?*

- Activitat 1. Coses de família
- Activitat 2. L'arbre familiar de les fortaleeses

### Sessió per a famílies

*La família creix en positiu*

- Activitat 1. Recerca del tresor en família
- Activitat 2. Junts creixem més (vídeo)

# Sessió per a pares i mares

**Ser pare i mare és una tasca plena de reptes** mediada per les situacions particulars que travessen les famílies. Per tant, l'exercici de la responsabilitat parental depèn molt de la situació general i particular en la qual es troben els pares i les mares. Les exigències del rol parental, juntament amb l'experimentació de situacions estressants sense un suport suficient, poden derivar en experiències de fracàs que afecten de manera negativa el benestar dels infants i la valoració que els pares i les mares tenen respecte de la seva parentalitat. L'interès que mostren els pares i les mares pel creixement i l'educació dels seus fills i filles i pel desenvolupament de les seves competències parentals és una característica de la parentalitat positiva. Despertar aquest interès i la motivació per al canvi en pares i mares des de la perspectiva de la parentalitat positiva és l'objectiu d'aquesta sessió. Determina d'una manera especial aquesta motivació el grau d'autoeficàcia percebuda respecte del desenvolupament del rol parental, per la qual cosa, per promoure l'interès pel canvi, és important afavorir la reflexió i la valoració de les pròpies fortaleeses i destacar les seves competències sempre que sigui possible, però alhora facilitar també que s'identifiquin les àrees de millora.

En aquest aspecte, la sessió de pares i mares està dirigida a aconseguir que identifiquin els beneficis de la parentalitat positiva en la seva dinàmica familiar, com també que reconeixin les seves pròpies fortaleeses i les oportunitats de millora perquè s'incrementin l'autoeficiència percebuda i la predisposició al canvi.



# Sessió

## Vivint en positiu la parentalitat

### Objectius

- Objectiu 1. Identificar els beneficis de la parentalitat positiva que les famílies puguin aconseguir amb la seva participació en el programa «Aprendre junts, créixer en família»
- Objectiu 2. Reconèixer les fortaleeses i els elements de millora que les famílies volen desenvolupar amb la seva participació en el programa

### Continguts

- Contingut 1. Beneficis de l'exercici positiu de la parentalitat per mitjà de la participació en el programa
- Contingut 2. Fortaleeses i elements de millora relacionats amb l'exercici de la parentalitat

### Activitats

- Activitat 1. Ser pare i mare: els reptes quotidians
- Activitat 2. Desconnectem el pilot automàtic en la nostra parentalitat?

### Materials i recursos

- Fitxa 1a. Taula de preguntes guia per a l'anàlisi dels casos 1 i 2
- Fitxa 1b. Taula de preguntes guia per a l'anàlisi dels casos 3 i 4
- Fitxa 2. Cas 1: «Col·laborar en les feines de casa»
- Fitxa 3. Cas 2: «El món digital fins a la sopa. Els àpats i les TIC»
- Fitxa 4. Cas 3: «Posem límits. Endreçar o no endreçar»
- Fitxa 5. Cas 4: «Gaudim junts en família. A què juguem?»
- Fitxa 6. Dibuixos sobre dimensions de la parentalitat
- Fitxa 7. Taula d'anàlisi de la parentalitat



**Cas 1**

Ben informat  
Ben informat  
Ben informat

**Cas 2**

Ben informat  
Ben informat  
Ben informat

Mòdul motivacional. Tercer curs. Nivell 5. Activitat 1. Fitxa 1a

## Mòdul motivacional

### Pares i mares

#### Activitat 1

Ser pare i mare: els reptes  
quotidians

Fitxa 1a. Taula de preguntes  
guia per a l'anàlisi dels casos  
1 i 2

Fitxa 1b. Taula de preguntes  
guia per a l'anàlisi dels casos  
3 i 4

**Cas 4: «Gaudim junts en família.  
A què juguem?»**

Es tracta d'un joc de taula que es juga amb la família. El joc és molt divertit i ajuda a reforçar els vincles de la família. Els jugadors han de jugar amb la família i reforçar els vincles de la família. Els jugadors han de jugar amb la família i reforçar els vincles de la família. Els jugadors han de jugar amb la família i reforçar els vincles de la família.

**què és** **què és** **què és**

Mòdul motivacional. Tercer curs. Nivell 5. Activitat 1. Fitxa 4

## Mòdul motivacional

### Pares i mares

#### Activitat 1

Ser pare i mare: els reptes  
quotidians

Fitxa 5. Cas 4: «Gaudim junts  
en família. A què juguem?»

**Cas 1: «Col·laborar en  
les feines de casa»**

Es tracta d'un joc de taula que es juga amb la família. El joc és molt divertit i ajuda a reforçar els vincles de la família. Els jugadors han de jugar amb la família i reforçar els vincles de la família. Els jugadors han de jugar amb la família i reforçar els vincles de la família.

**què és** **què és** **què és**

Mòdul motivacional. Tercer curs. Nivell 5. Activitat 1. Fitxa 2

## Mòdul motivacional

### Pares i mares

#### Activitat 1

Ser pare i mare: els reptes  
quotidians

Fitxa 2. Cas 1: «Col·laborar  
en les feines de casa»

**Dibuixos sobre  
dimensions de  
la parentalitat**

**Mantenir objecte en família**

**Entendre els problemes  
de la família**

**La comunicació  
en la família**

Mòdul motivacional. Tercer curs. Nivell 5. Activitat 1. Fitxa 6

## Mòdul motivacional

### Pares i mares

#### Activitat 2

Desconnectem el pilot  
automàtic en la nostra  
parentalitat?

Fitxa 6. Dibuixos sobre  
dimensions de la parentalitat

**Cas 2: «El món digital fins a la  
sopa. Els àpats i les TIC»**

Es tracta d'un joc de taula que es juga amb la família. El joc és molt divertit i ajuda a reforçar els vincles de la família. Els jugadors han de jugar amb la família i reforçar els vincles de la família. Els jugadors han de jugar amb la família i reforçar els vincles de la família.

**què és** **què és** **què és**

Mòdul motivacional. Tercer curs. Nivell 5. Activitat 1. Fitxa 3

## Mòdul motivacional

### Pares i mares

#### Activitat 1

Ser pare i mare: els reptes  
quotidians

Fitxa 3. Cas 2: «El món  
digital fins a la sopa. Els  
àpats i les TIC»

**Taula d'anàlisi de la parentalitat**

Què és la nostra millor habilitat  
com a pare i mare?

Mòdul motivacional. Tercer curs. Nivell 5. Activitat 1. Fitxa 7

## Mòdul motivacional

### Pares i mares

#### Activitat 2

Desconnectem el pilot  
automàtic en la nostra  
parentalitat?

Fitxa 7. Taula d'anàlisi de la  
parentalitat

**Cas 3: «Posem límits.  
Endreçar o no endreçar»**

Es tracta d'un joc de taula que es juga amb la família. El joc és molt divertit i ajuda a reforçar els vincles de la família. Els jugadors han de jugar amb la família i reforçar els vincles de la família. Els jugadors han de jugar amb la família i reforçar els vincles de la família.

**què és** **què és** **què és**

Mòdul motivacional. Tercer curs. Nivell 5. Activitat 1. Fitxa 4

## Mòdul motivacional

### Pares i mares

#### Activitat 1

Ser pare i mare: els reptes  
quotidians

Fitxa 4. Cas 3: «Posem límits.  
Endreçar o no endreçar»

## Desenvolupament de la sessió

En aquesta primera sessió, es tracta que pares i mares identifiquin els beneficis de la parentalitat positiva, i que alhora reconeixin les fortaleses i els elements de millora que volen desenvolupar amb la seva participació en el programa.

### Activitat 1

#### Ser pare i mare: els reptes quotidians

Estudi de casos

30 minuts

Objectiu 1

Contingut 1

##### a. Introducció

La parentalitat planteja reptes i situacions quotidianes que s'han d'abordar en l'àmbit familiar. Cada situació demana una actuació, la qual repercuteix de manera positiva o negativa en la dinàmica familiar, com també en el benestar dels membres de la família. Per tant, abans d'abordar la situació és important valorar si la solució és assertiva i respon als drets, les responsabilitats, els interessos, les necessitats i els sentiments de les persones implicades.

Amb aquesta activitat es vol que les famílies anticipin les conseqüències i repercussions de les decisions que es poden prendre per resoldre una situació quotidiana a partir de l'anàlisi de casos amb la finalitat de veure els diversos interessos, necessitats i sentiments, a vegades contraposats, i trobar-hi una solució satisfactòria per a tots els membres de la família.

##### b. Desenvolupament

En aquesta activitat és plantegen 4 casos de situacions quotidianes que retraten moments familiars en què els pares i les mares han d'actuar en un escenari d'interessos, necessitats i sentiments potencialment en conflicte, i es donen 3 alternatives d'actuació per a cada cas (fitxes 2, 3, 4 i 5). Es formen grups petits de 4 o 5 persones i a cada un se li assigna un cas. El cas es presenta en el grup petit; després es presenten les 3 alternatives d'actuació per al cas; tot seguit el grup reflexiona a l'entorn de les repercussions i els beneficis que es poden derivar de les diferents actuacions; i, finalment, se selecciona l'actuació que es considera més positiva considerant els beneficis que aporta tant a la família en general com a cada membre. Els casos que es presenten són els següents:



**Cas 1. «Col·laborar en les feines de casa»**

És dissabte al matí, hi és tota la família i s'han de fer les feines de casa. El Joan i el Màrius (els pares), el Carles (el germà petit) i la Laura (la germana gran) estan cansats i només volen passar el matí de dissabte mirant la televisió o jugant al menjador (fitxa 2).

**SOLUCIÓ A:** El Joan i el Màrius s'encarreguen de fer totes les feines de casa.

**SOLUCIÓ B:** No es fan les feines de casa aquest dia i decideixen fer una altra activitat.

**SOLUCIÓ C:** Tots i totes col·laboren en les feines de casa.

**Cas 2. «El món digital fins a la sopa. Els àpats i les TIC»**

És l'hora de sopar i tots els membres de la família seuen a taula. Durant el sopar, la Maria (la mare) i la Jèssica (la filla petita) miren la televisió, i el David (el fill gran) mira vídeos o navega per les xarxes socials. Davant d'aquesta situació, la Maria s'adona que durant els sopars no parla ningú i que tots estan connectats a una pantalla, sigui la televisió o el mòbil (fitxa 3).

**SOLUCIÓ A:** Segueixen igual, ja que no passa res per utilitzar les tecnologies durant els àpats; és un moment de pau i tranquil·litat per a tothom.

**SOLUCIÓ B:** Entre tots decideixen guardar els dispositius tecnològics i aprofitar el sopar en família per compartir experiències i xerrar.

**SOLUCIÓ C:** La Maria prohibeix l'ús de les tecnologies durant els àpats i decideix amagar els aparells tecnològics fins després de sopar.

**Cas 3. «Posem límits. Endreçar o no endreçar»**

El pare del Joan demana al seu fill que deixi de jugar a l'ordinador per endreçar l'habitació. El Joan s'hi nega dient que no li ve de gust i que ara està jugant a l'ordinador. El pare s'enfada amb el Joan perquè porta tot el dia jugant amb l'ordinador i l'habitació segueix feta un desastre (fitxa 4).

**SOLUCIÓ A:** El pare deixa que el Joan continuï jugant a l'ordinador sense endreçar l'habitació per evitar conflictes.

**SOLUCIÓ B:** Castiga el Joan sense ordinador durant un mes per no haver complert la seva responsabilitat.

**SOLUCIÓ C:** Negocia amb el Joan el temps de joc a l'ordinador i l'estona que dedicarà a endreçar l'habitació.

**Cas 4: «Gaudim junts en família. A què juguem?»**

És diumenge a la tarda i tots els membres de la família són a casa. L'Anna (6 anys) i l'Àlex (11 anys) proposen a la Júlia i a la Vanessa (les mares) de jugar a un joc de taula tots junts. Davant d'aquesta proposta, les mares plantegen a l'Anna i l'Àlex que siguin ells els qui escullin el joc a què volen jugar. L'Anna proposa de jugar a l'oca, un joc fàcil i divertit per jugar en família; l'Àlex, en canvi, diu que vol jugar a un joc de cartes més complicat i interessant per a ell (fitxa 5).

**SOLUCIÓ A:** La Júlia i la Vanessa decideixen finalment jugar a un altre joc diferent dels proposats, perquè l'Anna i l'Àlex no arriben a un acord.

**SOLUCIÓ B:** Decideixen que no jugaran a cap joc en família ja que no han estat capaços de posar-se d'acord en la tria del joc.

**SOLUCIÓ C:** Decideixen en família quin és el millor joc per jugar junts tenint en compte l'edat o les possibilitats de l'Anna i l'Àlex (per exemple, jugar primer a l'oca, ja que tots hi saben jugar, i després al joc de cartes).

Per orientar els pares i les mares en la tria de la solució, es poden plantejar les preguntes guia següents (fitxes 1a i 1b):

- Quins interessos, necessitats i sentiments poden estar en conflicte?
- Quins beneficis té cada solució per a la família?
- Com creieu que se sentiria cadascun dels personatges del repte amb cada solució?

Quan s'hagin resolt els casos i s'hi hagi reflexionat en grups petits, es comparteixen les respostes de l'última pregunta i s'obre la discussió a l'entorn dels beneficis que pares i mares han identificat en les solucions finals. La persona dinamitzadora ha d'anotar les aportacions de les persones participants en un espai que sigui visible per a tot el grup.

**c. Conclusió**

Al final de l'activitat es conclou que, davant de situacions quotidianes de la convivència familiar, cal disposar d'una sèrie de competències per abordar-les. Aquestes decisions tenen un impacte en els diferents membres de la família, per la qual cosa abans d'encarar la situació és important valorar si l'actuació és satisfactòria i respon als drets, els interessos i les necessitats de les persones implicades.

Finalment, la persona dinamitzadora tanca l'activitat resumint els beneficis que es deriven de l'exercici de la parentalitat positiva i que s'associen amb les pràctiques parentals treballades en els casos de l'activitat:



- Afavorir espais i oportunitats perquè els fills i filles puguin col·laborar activament en les feines de casa. Així es comparteixen les responsabilitats domèstiques entre els membres de la família de manera col·laborativa i consensuada per harmonitzar **els interessos, les necessitats i els sentiments dels uns i dels altres.**
- Reflexionar sobre els usos que es fan dels recursos digitals, en quins espais és convenient utilitzar-los i en quins moments és més o menys adequat. Així doncs, perquè aquests usos no suposin un problema a casa, cal acordar solucions compartides entre tots els membres de la família i que a la vegada comportin bons hàbits d'ús.
- Utilitzar la negociació i la comunicació no violenta entre pares, mares, fills i filles com a via per a la resolució positiva de conflictes. D'aquesta manera, s'afavoreix la participació activa i responsable dels fills i filles en la presa de decisions familiars, es potencia el seu desenvolupament personal i social, i es contribueix positivament a les relacions familiars.
- Promoure espais d'oci i temps lliure en família ajustats a l'edat i les possibilitats dels fills i filles. Aquesta pràctica afavoreix les interaccions familiars, i també el desenvolupament social, afectiu, cognitiu i motriu dels fills i filles.

# Cas 1

Quins interessos,  
necessitats i sentiments  
poden estar en conflicte?

Quins beneficis té per a la  
família cada solució?

Com creieu que se sentiria  
cadascun dels personatges  
del repte amb cada solució?

Solució A

Solució B

Solució C

# Cas 2

Quins interessos,  
necessitats i sentiments  
poden estar en conflicte?

Quins beneficis té per a la  
família cada solució?

Com creieu que se sentiria  
cadascun dels personatges  
del repte amb cada solució?

Solució A

Solució B

Solució C

## Cas 3

	Quins interessos, necessitats i sentiments poden estar en conflicte?	Quins beneficis té per a la família cada solució?	Com creieu que se sentiria cadascun dels personatges del repte amb cada solució?
Solució A			
Solució B			
Solució C			

## Cas 4

	Quins interessos, necessitats i sentiments poden estar en conflicte?	Quins beneficis té per a la família cada solució?	Com creieu que se sentiria cadascun dels personatges del repte amb cada solució?
Solució A			
Solució B			
Solució C			

# Cas 1: «Col·laborar en les feines de casa»

És dissabte al matí, hi és tota la família i s'han de fer les feines de casa. El Joan i el Màrius (els pares), el Carles (el germà petit) i la Laura (la germana gran) estan cansats i només volen passar el matí de dissabte mirant la televisió o jugant al menjador.



## Solució A

El Joan i el Màrius s'encarreguen de fer totes les feines de casa.

## Solució B

No es fan les feines de casa aquest dia i decideixen fer una altra activitat.

## Solució C

Tots i totes col·laboren en les feines de casa.

## Cas 2: «El món digital fins a la sopa. Els àpats i les TIC»

És l'hora de sopar i tots els membres de la família seuen a taula. Durant el sopar, la Maria (la mare) i la Jèssica (la filla petita) miren la televisió, i el David (el fill gran) mira vídeos o navega per les xarxes socials. Davant d'aquesta situació, la Maria s'adona que durant els sopars no parla ningú i que tots estan connectats a una pantalla, sigui la televisió o el mòbil.



### Solució A

Segueixen igual, ja que no passa res per utilitzar les tecnologies durant els àpats; és un moment de pau i tranquil·litat per a tothom.

### Solució B

Entre tots decideixen guardar els dispositius tecnològics i aprofitar el sopar en família per compartir experiències i xerrar.

### Solució C

La Maria prohibeix l'ús de les tecnologies durant els àpats i decideix amagar els aparells tecnològics fins després de sopar.

## Cas 3: «Posem límits. Endreçar o no endreçar»

El pare del Joan demana al seu fill que deixi de jugar a l'ordinador per endreçar l'habitació. El Joan s'hi nega dient que no li ve de gust i que ara està jugant a l'ordinador. El pare es molesta amb el Joan perquè porta tot el dia jugant amb l'ordinador i l'habitació segueix feta un desastre.



### **Solució A**

El pare deixa que el Joan continuï jugant a l'ordinador sense endreçar l'habitació per evitar conflictes.

### **Solució B**

Castiga el Joan sense ordinador durant un mes per no haver complert la seva responsabilitat.

### **Solució C**

Negocia amb el Joan el temps de joc a l'ordinador i l'estona que dedicarà a endreçar l'habitació.



## Cas 4: «Gaudim junts en família. A què juguem?»

És diumenge a la tarda i tots els membres de la família són a casa. L'Anna (6 anys) i l'Àlex (11 anys) proposen a la Júlia i a la Vanessa (les mares) de jugar a un joc de taula tots junts. Davant d'aquesta proposta, les mares plantegen a l'Anna i l'Àlex que siguin ells els qui escullin el joc a què volen jugar. L'Anna proposa jugar a l'oca, un joc fàcil i divertit per jugar en família; l'Àlex, en canvi, diu que vol jugar a un joc de cartes més complicat i interessant per a ell.



### **Solució A**

La Júlia i la Vanessa decideixen finalment jugar a un altre joc diferent dels proposats, perquè l'Anna i l'Àlex no arriben a un acord.

### **Solució B**

Decideixen que no jugaran a cap joc en família ja que no han estat capaços de posar-se d'acord en la tria del joc.

### **Solució C**

Decideixen en família quin és el millor joc per jugar junts tenint en compte l'edat o les possibilitats de l'Anna i l'Àlex (per exemple, jugar primer a l'oca, i després al joc de cartes).

## Activitat 2

### Desconnectem el pilot automàtic en la nostra parentalitat?

Anàlisi DAFO

Treball per parelles

20 minuts

Objectiu 2

Contingut 2

#### a. Introducció

La persona dinamitzadora comença l'activitat fent una explicació del concepte de *parentalitat positiva* o *exercici positiu de la parentalitat*. La parentalitat positiva implica actuar d'acord amb les necessitats, els drets i els interessos dels fills i filles, cuidant-los, enfortint el vincle afectiu i desenvolupant les seves capacitats sense que el tracte comporti violència o humiliació. Es tracta d'una actuació parental basada en l'afecte, el suport, la comunicació i l'empatia, que inclou l'establiment de límits i la recerca d'acords compartits per aconseguir el ple desenvolupament dels nens i nenes.

Per tant, l'objectiu d'aquesta activitat se centra a aconseguir que pares i mares identifiquin les fortaleces i els elements de millora vinculats amb la seva parentalitat i superin una actuació parental automàtica.

#### b. Desenvolupament

Inicialment, es mostra als pares i mares il·lustracions que representen diferents dimensions de la parentalitat (fitxa 6), entre les quals han d'escollir per parelles les que reconeixen com a fortaleces i les que identifiquen com a elements de millora. Una vegada seleccionades les il·lustracions, les han d'incorporar a la columna corresponent de la taula d'anàlisi de la parentalitat (fitxa 7) segons si són fortaleces o elements de millora, i concretar la fortaleça o l'aspecte que ha de millorar de la dimensió de la parentalitat que planteja la il·lustració. En aquesta anàlisi, a més, cal ajudar a reflexionar sobre l'actuació de la parentalitat diferenciant entre l'automàtica, que atribueix causes externes per explicar la situació, i la conscient, que reconeix tant les causes internes com les conseqüències que es deriven d'aquesta actuació i mobilitza les famílies vers el canvi. Per això, la persona dinamitzadora pot posar un primer exemple utilitzant les escenes de les il·lustracions:

- «Els àpats en família» són una fortaleça de la meua parentalitat. Durant els àpats estem tots junts i compartim les experiències que hem viscut durant



el dia. Per tant, m'adono que en aquests moments gaudim junts i juntes, millorem les relacions entre tots els membres de la família i és una bona oportunitat per conèixer les preocupacions i els interessos dels nostres fills i filles. Tot i així, m'agradaria millorar el «temps en família», ja que m'adono que, a causa de les responsabilitats del dia a dia, com la feina, les feines de la llar i les activitats extraescolars, no trobem moments per gaudir junts en família, i quan tenim temps lliure l'utilitzem automàticament per estar pendents del telèfon, mirar la televisió o fer altres activitats en les quals no estem junts.

És important emfatitzar que els elements de millora identificats són oportunitats d'aprenentatge que s'han de cobrir mitjançant la participació en el programa, evitant de donar-hi un enfocament basat en el dèficit o en la manca.

### **c. Conclusió**

Exercir una parentalitat positiva implica també prendre consciència de les nostres fortaleces i possibilitats de canvi com a pares i mares per garantir així el desenvolupament dels nostres fills i filles en un entorn familiar favorable al qual contribueixen mútuament tots els membres de la família. Així doncs, identificar les fortaleces de la nostra parentalitat ens ajuda a adquirir confiança en el nostre rol com a pares i mares, i també a identificar els recursos i les estratègies existents beneficiosos per a la família. Finalment, desactivar els pilots automàtics i desenvolupar una parentalitat conscient ens permet identificar oportunitats de millora i plantejar-nos fites per assolir el benestar en família.

# Dibuixos sobre dimensions de la parentalitat

## Mostrar afecte en família



## Educar els nostres fills i filles



## La comunicació en la família



## Els àpats en família



## Connectar amb l'escola



## Temps compartit en família



## Afrontar l'estrès i els reptes quotidians



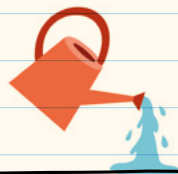
# Taula d'anàlisi de la parentalitat

Quines són les meves millors habilitats  
com a pare o mare?



# Taula d'anàlisi de la parentalitat

Quines coses faig automàticament com a pare o mare i què m'agradaria millorar?



## Valoració i tancament de la sessió

La persona dinamitzadora tanca la sessió emfatitzant que la motivació per a l'exercici de la parentalitat positiva passa per sentir-nos satisfets de les nostres capacitats parentals i, a la vegada, per identificar les nostres àrees de millora. D'aquesta manera, la participació en el programa suposa una oportunitat per potenciar les nostres fortaleeses familiars i desenvolupar noves capacitats que contribueixin al benestar de tota la família.

Finalment i a tall de resum, la persona dinamitzadora recapitula els aprenentatges principals de la sessió vinculats amb l'exercici d'una parentalitat positiva i conscient:

- Beneficia les relacions entre els membres de la família i, d'aquesta manera, genera un entorn familiar favorable.
- Implica considerar les necessitats, els interessos i els drets de tots els membres de la família per a la resolució positiva i no violenta d'una situació, un repte o un problema.
- Contribueix al benestar de tots els membres de la família, i també al desenvolupament ple dels fills i filles.
- Totes les famílies, en algun moment de la vida, poden viure situacions estressants i reptes que s'han d'afrontar en el context familiar. Per això ens hem de qüestionar les nostres habilitats com a pares i mares, i identificar les que contribueixen positivament a la família, però també les que representen àrees de millora i permeten desactivar els pilots automàtics per afavorir el desenvolupament d'una parentalitat conscient orientada a assolir fites adequades per al benestar familiar.







# Sessió per a fills i filles

**L'exercici positiu de la parentalitat** comporta actuar d'acord amb l'interès superior dels infants, nens i adolescents concebant-los com a subjectes de dret, reconeixent la seva participació activa en la família i reconeixent-los al seu torn com a agents actius en els canvis familiars. En aquest sentit, els nens i nenes tenen dret a aportar la seva opinió en tots els aspectes que els afecten, tenint en compte l'edat i el grau de maduresa que tenen (ONU, 1989).<sup>4</sup> Per això, cal fomentar el desenvolupament de competències i habilitats que els permetin exercir una participació activa i significativa en tots els aspectes que promoguin el seu benestar i el seu desenvolupament integral, inclòs l'entorn familiar.

A la sessió dirigida als fills i filles, es promou la presa de consciència sobre el seu rol i la seva participació en l'entorn familiar, el concepte de l'exercici positiu de la parentalitat i el que implica per a ells i elles. Per promoure aquesta conscienciació és necessari que fills i filles reflexionin sobre el seu rol com a agents actius i capaços de fer canvis i influir positivament en la dinàmica familiar.

Per tant, en aquesta sessió, fills i filles identifiquen els beneficis que aporta participar de manera activa en la família tenint en compte les seves necessitats, responsabilitats i drets, i així mateix reconeixen les actuacions que poden portar a terme com a fills i filles i que afavoreixen la convivència positiva entre els membres de la família.

<sup>4</sup> ONU (1989). *Convenció sobre els Drets de l'Infant*. Recuperat de: [https://jocdelsdrets.gencat.cat/assets/pdf/Convencio\\_drets\\_infancia.pdf](https://jocdelsdrets.gencat.cat/assets/pdf/Convencio_drets_infancia.pdf)

# Sessió

## I nosaltres, què hi aportem?

### Objectius

- Objectiu 1. Identificar els beneficis que aporta participar activament en la família des d'un enfocament de drets, deures i responsabilitats
- Objectiu 2. Reconèixer les actuacions familiars que afavoreixen les relacions positives entre els membres de la família

### Continguts

- Contingut 1. Situacions familiars en les quals pares, mares, fills i filles exerceixen els seus drets i les seves responsabilitats, i que afavoreixen un entorn familiar positiu
- Contingut 2. Actuacions familiars que afavoreixen les relacions positives entre els membres de la família

### Activitats

- Activitat 1. Coses de família
- Activitat 2. L'arbre familiar de les fortaleeses

### Materials i recursos

- Fitxa 1. Tira il·lustrada 1: «Deures o mòbil?»
- Fitxa 2. Tira il·lustrada 2: «Temps d'oci en família»
- Fitxa 3. Tira il·lustrada 3: «Parar la taula o mirar una sèrie?»
- Fitxa 4. Finals alternatius de les tires il·lustrades 1, 2 i 3
- Fitxa 5. Taulell «La família, un arbre fort i robust»



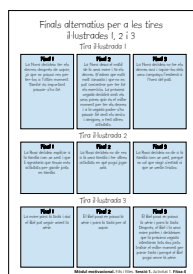
Mòdul motivacional  
Fills i filles  
Activitat 1  
Coses de família  
Fitxa 1. Tira il·lustrada 1:  
«Deures o mòbil?»



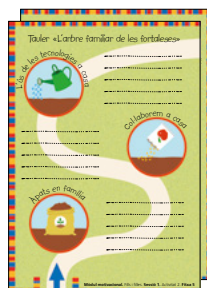
Mòdul motivacional  
Fills i filles  
Activitat 1  
Coses de família  
Fitxa 2. Tira il·lustrada 2:  
«Temps de lleure en família»



Mòdul motivacional  
Fills i filles  
Activitat 1  
Coses de família  
Fitxa 3. Tira il·lustrada 3:  
«Parar la taula o mirar una  
sèrie?»



Mòdul motivacional  
Fills i filles  
Activitat 1  
Coses de família  
Fitxa 4. Fins alternatius per  
a les tires il·lustrades 1, 2 i 3



Mòdul motivacional  
Fills i filles  
Activitat 2  
L'arbre familiar de les  
fortaleeses  
Fitxa 5. Tauler «L'arbre fami-  
liar de les fortaleeses»

## Desenvolupament de la sessió

En aquesta sessió es vol que els fills i filles identifiquin els beneficis que aporta participar activament en la família des d'un enfocament de drets, deures i responsabilitats, i també reconèixer les actuacions familiars que afavoreixen les relacions positives entre els membres de la família.

### Activitat 1

#### Coses de família

Tires il·lustrades

Treball en grups petits

30 minuts

Objectiu 1

Contingut 1

#### a. Introducció

En el dia a dia es donen situacions i problemes a casa que es poden resoldre buscant solucions compartides que tinguin en compte els interessos, les necessitats i els sentiments de tots els membres de la família. No sols són els pares i les mares els encarregats de garantir el benestar de la família, sinó que els fills i filles també exerceixen un rol actiu i responsable en aquest propòsit. D'aquesta manera, els fills i filles han de prendre consciència del seu rol en el desenvolupament d'una dinàmica familiar favorable i satisfactòria per contribuir al desenvolupament de la parentalitat positiva.

Per això, els nens i nenes han d'identificar, per mitjà de l'anàlisi de casos, els beneficis de plantejar, davant de situacions familiars quotidianes que puguin generar conflictes, alternatives assertives (possibles solucions) i que tinguin en compte els sentiments i les necessitats de tots els membres de la família.

#### b. Desenvolupament

Per fer aquesta activitat, es distribueixen les persones participants en grups de 4 o 5 persones. Es comença l'activitat plantejant que en la vida diària de qualsevol família sorgeixen conflictes a causa de la mateixa convivència. Aquests conflictes es poden resoldre buscant solucions compartides en les quals es tinguin en compte els sentiments i les necessitats de tots els membres de la família. Els fills i filles tenen un paper important perquè hi hagi un bon clima i un bon funcionament familiar.



Aquesta activitat consta de tres tires il·lustrades que plantegen situacions quotidianes i que tenen tres finals alternatius cadascuna. L'objectiu és escollir per a cada tira il·lustrada el final que porti més beneficis als membres de la família. Les vinyetes il·lustrades que es presenten són les següents (fitxes 1, 2 i 3):

### **Tira il·lustrada 1: «Deures o mòbil?»**

La Nora és una noia de 12 anys. Dijous la professora els va posar deures per al cap de setmana. Durant el cap de setmana, la Nora ha quedat amb els seus amics i amigues, i ha estat mirant la televisió. Diumenge el pare de la Nora li recorda que ha de fer els deures per a la setmana següent. La Nora no té ganes de fer-los i decideix jugar amb el mòbil de la mare. El pare torna al cap d'una estona i li pregunta si ha fet els deures, i ella li respon que no. El pare s'enfada i li diu que ja és hora de sopar i que ha tingut tota la tarda per fer els deures.

**Final 1:** La Nora decideix fer els deures després de sopar, ja que no passa res per fer-los a l'últim moment. També és important passar-s'ho bé.

**Final 2:** La Nora deixa el mòbil de la seva mare i fa els deures. S'adona que està molt cansada i que no es pot concentrar per fer bé els exercicis. La pròxima vegada decidirà amb els seus pares quin és el millor moment per fer els deures i a la vegada poder-s'ho passar bé amb els amics i amigues, o fent altres activitats.

**Final 3:** La Nora decideix no fer els deures avui i copiar-los dels seus companys demà a l'hora del pati.

### **Tira il·lustrada 2: «Temps de lleure en família»**

La Rosa és una nena de 8 anys amb un germà gran de 17 anys. Els pares de la Rosa treballen tot el dia i ella es passa pràcticament tot el dia entre l'escola i casa dels avis. El seu germà gran es tanca sempre a l'habitació per jugar amb videojocs a l'ordinador o queda amb els amics. Els caps de setmana, els pares s'instal·len al menjador per mirar sèries que a la Rosa no l'interessen i el seu germà gran es tanca sol a l'habitació. La Rosa està trista perquè vol passar més temps amb la família i fer coses junts.

**Final 1:** La Rosa decideix explicar a la família com se sent i que li agradaria que fessin més activitats per gaudir junts en família.

**Final 2:** La Rosa decideix no dir res a la família i fer altres activitats en què pugui jugar sola.

**Final 3:** La Rosa decideix no dir a la família com se sent, perquè no vol que ningú s'enfadi ni que se sentin tristos.

**Tira il·lustrada 3: Parar la taula o mirar una sèrie?»**

És dimarts a la nit i és l'hora de sopar; la mare diu al Biel que ha de parar taula per al sopar. El Biel li respon que no parará la taula perquè està mirant una sèrie i està en un moment molt interessant, de manera que la mare s'enfada perquè ha treballat tot el dia, ha arribat a casa cansada i necessita que ell s'encarregui de parar la taula.

**Final 1:** La mare para la taula i així el Biel pot seguir mirant la sèrie.

**Final 2:** El Biel posa en pausa la sèrie i para la taula per al sopar.

**Final 3:** El Biel posa en pausa la sèrie i para la taula. Després, el Biel i la mare parlen i decideixen que la pròxima vegada intentaran tots dos junts trobar el millor moment per parar taula i perquè el Biel pugui veure la sèrie.

L'activitat comença amb la lectura de la tira il·lustrada en grups petits. Una vegada feta la lectura, es llegeixen en veu alta els tres finals alternatius. Seguidament, després de comptar fins a tres i sense establir cap acord previ amb el seu grup petit, les persones participants han d'assenyalar amb el dit el final alternatiu que considerin més adequat (fitxa 4). Si hi ha diversitat en la selecció del final (les persones participants han indicat diferents finals amb el dit), han de consensuar en el grup petit un dels finals alternatius considerant els avantatges i els desavantatges per als membres de la família. D'altra banda, si hi ha consens des del principi (les persones participants han indicat el mateix final alternatiu amb el dit), han de comentar en el grup petit els beneficis del final seleccionat.

**c. Conclusions**

Es tanca l'activitat posant èmfasi en la idea que en la vida diària es donen situacions i problemes a casa que es poden resoldre buscant solucions compartides que tinguin en compte els interessos, les necessitats i els sentiments de tots els membres de la família. Com a fills i filles, hem d'actuar en l'àmbit familiar tenint en compte els nostres drets i també les nostres responsabilitats.

A l'activitat, hem vist que, a cada vinyeta, els fills i filles tenien drets i responsabilitats que en certa manera no s'estaven complint, i el mateix passava amb els pares i les mares. Totes les persones de la família tenen responsabilitats perquè l'entorn familiar sigui més positiu i favorable.



# Tira il·lustrada 1: «Deures o mòbil?»



# Tira il·lustrada 2: «Temps de lleure en família»



# Tira il·lustrada 3: «Parar la taula o mirar una sèrie?»



# Finals alternatius per a les tires il·lustrades 1, 2 i 3

## Tira il·lustrada 1

### Final 1

La Nora decideix fer els deures després de sopar, ja que no passa res per fer-los a l'últim moment.

També és important passar-s'ho bé.

### Final 2

La Nora deixa el mòbil de la seva mare i fa els deures. S'adona que està molt cansada i que no es pot concentrar per fer bé els exercicis. La pròxima vegada decidirà amb els seus pares quin és el millor moment per fer els deures i a la vegada poder-s'ho passar bé amb els amics i amigues, o fent altres activitats.

### Final 3

La Nora decideix no fer els deures avui i copiar-los dels seus companys l'endemà a l'hora del pati.

## Tira il·lustrada 2

### Final 1

La Rosa decideix explicar a la família com se sent i que li agradaria que fessin més activitats per gaudir junts en família.

### Final 2

La Rosa decideix no dir res a la seva família i fer altres activitats en què pugui jugar sola.

### Final 3

La Rosa decideix no dir a la família com se sent, perquè no vol que ningú s'enfadi ni que se sentin tristos.

## Tira il·lustrada 3

### Final 1

La mare para la taula i així el Biel pot seguir veient la sèrie.

### Final 2

El Biel posa en pausa la sèrie i para la taula per al sopar.

### Final 3

El Biel posa en pausa la sèrie i para la taula. Després, el Biel i la seva mare parlen i decideixen que la pròxima vegada intentaran tots dos junts trobar el millor moment per parar taula i perquè el Biel pugui veure la sèrie.



## Activitat 2

### L'arbre familiar de les fortaleSES

Pluja d'idees

Treball en grups petits

30 minuts

Objectiu 2

Contingut 2

#### a. Introducció

Els fills i filles tenen un rol important en l'exercici positiu de la parentalitat. Per això, cal plantejar experiències d'aprenentatge en les quals prenguin consciència de la seva aportació des del rol de fill o filla per contribuir positivament al desenvolupament familiar. En aquesta segona activitat, identificaran les actuacions que poden fer per afavorir les relacions familiars tenint en compte els interessos, les necessitats i els sentiments de tots els membres de la família.

#### b. Desenvolupament

Amb aquesta activitat es busca que els fills i filles, en grups petits, identifiquin les fortaleSES que tenen com a fills i filles, i també les actuacions que afavoreixen les relacions en la família. Per a això, la pluja d'idees es distribueix en 6 dimensions vinculades amb les temàtiques que es treballen al programa «Aprendre junts, créixer en família»:

1. Àpats en família
2. Col·laborem a casa
3. L'ús de les tecnologies a casa
4. Mostrem afecte en família
5. Ens comuniquem bé en família
6. Resolem problemes en família

Les sis dimensions es distribueixen en un tauler que presenta les fases del creixement d'un arbre; cada fase correspon a una dimensió familiar (vegeu la fitxa 5):

Fase 1. Àpats en família: adob

Fase 2. Col·laborem a casa: llavors

Fase 3. L'ús de les tecnologies a casa: aigua

Fase 4. Mostrem afecte en família: sol

Fase 5. Ens comuniquem bé en família: primer brot que donarà lloc a l'arbre

Fase 6. Resolem problemes en família: arbre

L'objectiu és que fills i filles plantegin actuacions favorables de la dinàmica familiar per a cada dimensió fins a arribar a la fase final del creixement de la planta: l'arbre, que simbolitza un entorn familiar positiu i favorable. A les persones participants se'ls planteja la història següent:

- Per sentir-nos bé en família cal que pares, mares, fills i filles duquem a terme tasques i accions que ajudin a crear un bon clima familiar. En aquest cas, la família és com un gran arbre: perquè pugui créixer fort i robust ens hem d'encarregar de tenir un bon adob, de plantar les llavors que donaran lloc a l'arbre, de regar-les i de procurar que rebí els rajos de sol. Ara veureu un tauler amb els passos necessaris per al creixement d'un arbre. Cada pas representa diferents temes relacionats amb la vostra vida en família. A cada grup petit sereu experts en un tema familiar i haureu de plantejar accions que podeu dur a terme com a fills i filles i que ajuden a millorar el tema que us ha tocat; aquestes accions seran els ingredients i les cures que ajudaran el nostre arbre a créixer fort i robust.

A continuació es distribueixen els participants en petits grups d'experts, un per a cada dimensió. A cada grup petit s'hauran de plantejar accions que afavoreixin la dimensió familiar assignada. Una vegada definides les accions, cada petit grup d'experts anirà col·locant les seves aportacions successivament en la dimensió corresponent del tauler i les compartirà amb el grup gran fins que s'arribi a l'última fase de creixement de l'arbre.

En el cas de nens i nenes que no tinguin prou domini de l'escriptura, es recomana configurar grups heterogenis en edat perquè els nens i nenes amb més domini de l'escriptura tinguin assignat el rol de secretari o secretària del grup petit i s'encarreguin de recollir i redactar les aportacions de tots els membres del petit grup d'experts.

### **c. Conclusió**

Com a conclusió es comentarà que, igual com l'arbre necessita cures i ingredients adequats per créixer, la família també. Com a fills i filles, tenen responsabilitats i poden dur a terme actuacions que afavoreixen les relacions positives en la família i que ens ajuden a sentir-nos-hi bé. Per il·lustrar els aprenentatges i les conclusions, es pot fer una llista dels exemples aportats pels mateixos participants durant l'activitat.



# Tauler «L'arbre familiar de les fortaleses»

L'ús de les tecnologies a casa



.....

.....

.....

.....

.....

Col·laborem a casa



.....

.....

.....

.....

.....

Àpats en família



.....

.....

.....

.....

.....





Ens

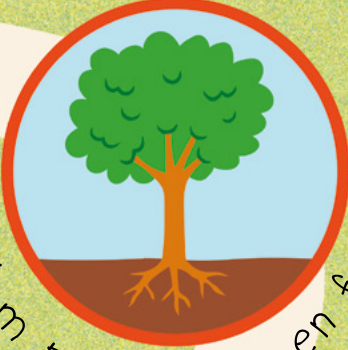
comuniquem bé en família



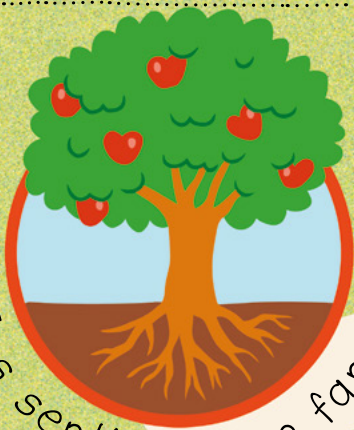
Mostrem afecte en família



Resolem problemes en família



Ens sentim bé en família





## Valoració i tancament de la sessió

Es tanca la sessió recordant els aprenentatges adquirits al llarg de les activitats. Els nens i nenes han pogut identificar les actuacions i les conductes que, com a fills i filles, afavoreixen les relacions positives entre tots els membres de la família, i també han pogut veure que participar activament en la família els permet sentir-se bé i consolidar el seu creixement personal. Per fer-ho, s'han de buscar solucions compartides i que tinguin en compte els interessos, les necessitats i els sentiments de tots els seus membres. En definitiva, la família és el lloc que els permet consolidar el seu creixement i la seva felicitat, per la qual cosa cal reflexionar sobre tot el que poden fer per afavorir la convivència i ajudar a establir unes relacions positives entre tots els membres de la família.



# Sessió per a famílies

**Sentir-se bé en família** és una feina compartida que implica la participació activa dels infants: perquè siguin reconeguts com a agents actius i de canvi en la dinàmica familiar, però alhora també perquè reconguin els elements que necessiten els pares i mares per poder exercir de manera adequada la parentalitat, els quals requereixen el desenvolupament de competències que influeixen en la manera que perceben i exerceixen el seu rol parental. Per tant, és important crear espais d'aprenentatge destinats a generar sinergies per promoure les responsabilitats i els drets, com també els interessos, les necessitats i els sentiments de tots els membres de la família, per al desenvolupament de vincles afectius sans, protectors i estables.

D'altra banda, la motivació per al canvi en pares i mares es veu influïda en gran part per la predisposició dels fills i filles a fer també aquests canvis i millores en l'àmbit familiar, i viceversa. Per tant, incorporar espais en què pares, mares, fills i filles experimentin conjuntament els beneficis d'exercir la parentalitat positiva és un al·licient per promoure'n la predisposició a millorar la convivència familiar.

En aquesta sessió, les famílies reflexionen sobre els drets i les responsabilitats de tots els seus membres per tal d'afavorir un entorn familiar positiu. Finalment, s'impulsa la motivació per al canvi a partir del testimoni de famílies que han fet el programa «Aprendre junts, créixer en família» en edicions anteriors.

## Sessió

### La família creix en positiu

#### Objectius

- Objectiu 1. Reflexionar en família sobre els drets i les responsabilitats de tots els membres de la família per garantir un entorn familiar positiu
- Objectiu 2. Motivar les famílies per participar en el programa «Aprendre junts, créixer en família» a partir de les experiències d'altres famílies que han fet el programa

#### Continguts

- Contingut 1. La responsabilitat de tots els membres de la família en la creació d'una dinàmica familiar positiva
- Contingut 2. Testimonis de famílies en relació amb els beneficis que els ha aportat la participació en el programa

#### Activitats

- Activitat 1. Recerca del tresor en família
- Activitat 2. Junts creixem més

#### Materials i recursos

- Fitxa 1. Fitxes d'itinerari de cada grup
- Fitxa 2. Prova 1. Ingredients per a una pizza familiar
- Fitxa 3a. Instruccions de la prova 2. Ordena i descobreix!
- Fitxa 3b. Material de la prova 2. Ordena i descobreix!
- Fitxa 4a. Instruccions de la prova 3. *Memory* familiar
- Fitxa 4b. Material de la prova 3. *Memory* familiar
- Fitxa 5. Prova 4. Enquestats
- Fitxa 6a. Carta introductòria del tresor
- Fitxa 6b. «La família, el nostre gran tresor»
- USB: *APRENDRE JUNTS CAT*

## Fibres d'itinerari de cada grup

Acosta a cada les parades assignades a cada prova

**Grup 1: Itinerari: Prova 1, 2 i 3**

Start: \_\_\_\_\_

Parada 1: \_\_\_\_\_

Parada 2: \_\_\_\_\_

Parada 3: \_\_\_\_\_

**Grup 2: Itinerari: Prova 3, 1 i 2**

Start: \_\_\_\_\_

Parada 1: \_\_\_\_\_

Parada 2: \_\_\_\_\_

Parada 3: \_\_\_\_\_

**Grup 3: Itinerari: Prova 2, 3 i 1**

Start: \_\_\_\_\_

Parada 1: \_\_\_\_\_

Parada 2: \_\_\_\_\_

Parada 3: \_\_\_\_\_

Mòdul motivacional  
Famílies  
Activitat 1  
Recerca del tresor en  
família  
Fitxa 1. Fitxes d'itinerari  
de cada grup

## Prova 4 Enquestats

**Proqesto 1**

Qual nacionalidade pode poder sua identidade em família?

\_\_\_\_\_

**Proqesto 2**

Qual nacionalidade pode poder gostar mais em família?

\_\_\_\_\_

**Proqesto 3**

Por poder identificar os problemas em família nacionalidade expressar via medidas

\_\_\_\_\_

**Proqesto 4**

Eu \_\_\_\_\_, com um bom momento por partir i \_\_\_\_\_, desde 1970 até a família

\_\_\_\_\_

**Proqesto 5**

Si medidas \_\_\_\_\_, da medidas familiares, quem usa família mais 60%.

\_\_\_\_\_

**Módulo Institucional: Ciências, Inglês e Matemática - 1º Ano**

Mòdul motivacional  
Famílies  
Activitat 1  
Recerca del tresor en  
família  
Fitxa 5. Prova 4. En-  
questats

The image shows a hand-drawn recipe on lined paper. At the top, the title 'Prova 1.' is written in blue ink, followed by 'Ingredients per a una pizza familiar' in black ink. Below the title, a paragraph of text describes the ingredients: 'Per poder nos fer la pizza familiar necessitem la massa i una tassa d'aigua perquè aigua és bona. Conserveu l'ingredient i massa i massa i fregim trossos trossos, trossos i miquetons. Quan fregim la massa fregim de gel i miquetons i trossos i trossos importants, els ingredients per a la nostra pizza familiar. A veure si fregim els aigua saló'.

Below the text, there is a list of ingredients in blue ink:

- 1kg de 0,43CINQUANTE
- 200 g de ARIO
- 1 unitat bona de STEWAINES.

At the bottom of the page, there is a drawing of a pizza with a yellow crust, red sauce, and various toppings like green herbs, black olives, and small red and yellow pieces. The drawing is done in a simple, illustrative style.

Mòdul motivacional  
Famílies  
Activitat 1  
Recerca del tresor en  
família  
Fitxa 2. Prova 1. Ingre-  
dients per a una pizza  
familiar

[illegible]

Mòdul motivacional  
Famílies  
Activitat 1  
Recerca del tresor en  
família  
Fitxa 6a. Carta intro-  
ductòria del tresor  
Fitxa 6b. «La família, el  
nostre gran tresor»

**Instruccions de la prova 2**  
**Ordre i descobriu!**

En aquesta prova se us presenten tres seqüències de  
símbols desordenats que representen un moment  
determinat gaudint.

Antes de mirar l'ordenar les vintelles per poder  
aconseguir la paraula que s'ha escollit. ¿La podeu  
trobar?

*Word recognition, lexicon, syntax & semantic / Page 3*

Mòdul motivacional  
Famílies  
Activitat 1  
Recerca del tresor en família  
Fitxa 3a. Instruccions de la prova 2. Ordena i descobreix!  
Fitxa 3b. Material de la prova 2. Ordena i descobreix!

 **Fundació "la Caixa"**

Aprende  
junts,  
créixer en  
família  
Videos  
i històries  
animades

**CaixaProInfancia**

Mòdul motivacional  
Famílies  
Activitat 2  
Junts creixem més  
USB: *APRENDRE JUNTS*  
CAT

## Instruccions de la prova 3. Memory familiar

Mòdul motivacional  
Famílies  
Activitat 1  
Recerca del tresor en  
família  
Fitxa 4a. Instruccions  
de la prova 3. *Memory*  
familiar  
Fitxa 4b. Material de  
la prova 3. *Memory*  
familiar

## Desenvolupament de la sessió

En aquesta sessió, les famílies reflexionaran sobre els drets i les responsabilitats de tots els seus membres per garantir un entorn familiar positiu. A continuació, mitjançant testimonis de l'experiència d'altres famílies que han participat en el programa «Aprendre junts, créixer en família», es promourà la seva motivació perquè també assumeixin el compromís de participar-hi.

### Activitat 1

#### Recerca del tresor en família

Recerca del tresor

35 minuts

Objectiu 2

Contingut 2

#### a. Introducció

En aquesta activitat, es convida les famílies a reflexionar sobre els drets i les responsabilitats de tots els membres per garantir un entorn familiar positiu, tot això mitjançant un circuit de proves que s'han de resoldre conjuntament en família.

#### b. Desenvolupament

Per a aquesta activitat, es planteja la recerca d'un tresor articulada en quatre proves: les tres primeres es resolen en grups petits i l'última prova es resol en grup gran. L'objectiu és aconseguir les cinc paraules que hi ha amagades en les diferents proves per poder arribar al tresor.

- **Prova 1. Ingredients per a una pizza familiar.** Aquesta prova planteja una recepta amb ingredients que corresponen a elements que afavoreixen les relacions positives en la família. El repte consisteix a ordenar les lletres dels ingredients per poder desxifrar les tres paraules amagades: *comunicació*, *amor* i *sentiments* (fitxa 2).
- **Prova 2. Ordena i descobreix!** Per a aquesta prova es presenta al grup una seqüència de vinyetes desordenades que corresponen a una situació familiar quotidiana. L'objectiu de la prova és ordenar la seqüència de les vinyetes per poder accedir a la paraula amagada: *jugar* (fitxa 3a i 3b).



- **Prova 3. Memory familiar.** L'objectiu d'aquesta prova és obtenir les 5 parelles de dibuixos, que amaguen lletres que donen lloc a una paraula amagada. Per a això, es disposen en una superfície plana les 10 cartes de cara avall; cada persona participant ha de girar aleatòriament una carta i després una altra. Si es tracta del mateix dibuix, les cartes queden orientades de cara amunt; si no és el mateix dibuix, s'han de tornar a col·locar de cara avall. Quan s'obtenen totes les parelles, les persones participants han d'ordenar les lletres obtingudes per aconseguir la paraula amagada: *àpats* (fitxes 4a i 4b).
- **Prova 4. Enquestats.** Una vegada totes les persones participants han completat les tres proves anteriors i ja tenen les cinc paraules amagades, es reuneixen per completar en grup gran l'última prova, que els donarà accés al tresor. Per a aquesta prova, se'ls proposa de respondre una enquesta de cinc preguntes o frases per completar al grup gran (fitxa 5). La persona dinamitzadora ha de plantejar cadascuna de les preguntes o frases a les famílies, tenint en compte que cada resposta correspon a una de les cinc paraules desxifrades en les proves anteriors. Per a aquesta activitat és important que les famílies disposin de la targeta o cartró amb totes les paraules trobades.
- **Troballa del tresor. La família, quin gran tresor!** Després de completar la prova 4, les famílies podran obtenir el tresor. Per això es presentarà al grup una carta que introdueix el tresor (fitxa 6a). Una vegada llegida la carta en grup gran, les famílies podran obrir alhora la caixa i descobrir el tresor que conté, el qual és un cartell que inclou el missatge següent: «La família, el nostre gran tresor» (fitxa 6b).

Per iniciar la recerca del tresor, cada una de les proves s'ha de distribuir en una estació independent a l'espai de l'aula i cada estació ha d'incloure les instruccions i els materials de la prova en qüestió (fitxes 2, 3a, 3b, 4a, 4b i 5). Per iniciar la recerca del tresor, es presenta a les famílies l'enunciat següent:

- En aquesta activitat hem de buscar el tresor en família. Us embarcareu en un viatge de proves i reptes que haureu de resoldre en equip. Les proves amaguen paraules relacionades amb aspectes que ens ajuden a sentir-nos bé en família i que hem treballat en les activitats anteriors. La vostra missió és desxifrar les cinc paraules amagades en les tres proves per poder arribar al tresor.

Tot seguit es distribueix el grup gran en tres grups petits de famílies, els quals han de passar per les tres proves distribuïdes a l'aula. Per fer-ho, s'ofereix a cada grup petit una fitxa en què trobarà un itinerari —cada grup en tindrà un de diferent per evitar que més

d'un coincideixi en una mateixa prova— i un espai per anotar-hi les paraules desxifrades en cada prova (fitxa 1).

### **c. Conclusió**

Es conclou l'activitat comentant que la família és el nostre gran tresor, ja que ens ajuda a créixer, a gaudir i a sentir-nos bé amb nosaltres mateixos i en família. Per això, cal tenir en compte els ingredients que ens ajudaran a fer de la família un àmbit on puguem gaudir, sentir-nos bé i ser feliços. Alguns ja els deuen haver descobert en les activitats anteriors, però hi ha altres beneficis que aniran descobrint en les diferents activitats del programa «Aprendre junts, créixer en família».



# Fitxes d'itinerari de cada grup

Anota a sota les paraules amagades a cada prova

Grup 1. Itinerari. Proves 1, 2 i 3

Prova 1 .....

Prova 2 .....

Prova 3 .....

Grup 2. Itinerari. Proves 3, 1 i 2

Prova 1 .....

Prova 2 .....

Prova 3 .....

Grup 3. Itinerari. Proves 2, 3 i 1

Prova 1 .....

Prova 2 .....

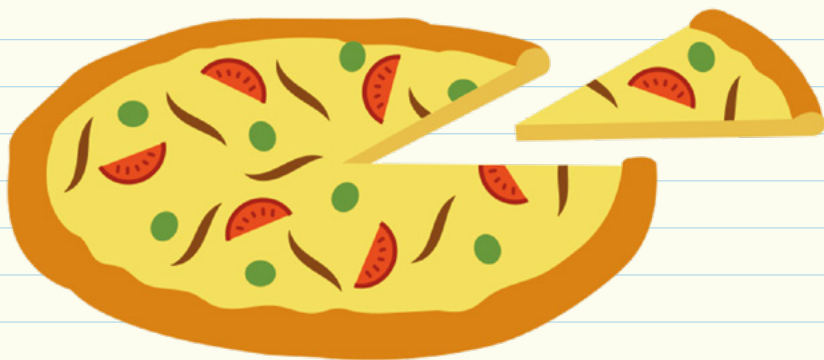
Prova 3 .....

# Prova I.

## Ingredients per a una pizza familiar

Per poder-nos fer la pizza familiar necessitem la massa i uns bons ingredients perquè sigui ben bona. Comencem treballant la nostra massa i després hi afegim tomàquet fregit, orenga i mozzarella. Quan tinguem la base feta, és el moment d'afegir-hi el més important: els ingredients per a la nostra pizza familiar! A veure si descobriu quins són!

- 150 g de ÒICACINUMOC
- 200 g de ARMO
- I una bona dosi de STNEMITNES



## Instruccions de la prova 2.

### Ordena i descobreix!

En aquesta prova se us presenta una seqüència de vinyetes desordenades que representen un moment familiar quotidià.

Teniu la missió d'ordenar les vinyetes per poder accedir a la paraula que s'hi amaga... La podreu trobar?

# Prova 2. Ordena i descobreix!





## Instruccions de la prova 3.

### Memory familiar

Per a aquesta prova us cal molta memòria. Davant vostre teniu 10 cartes posades de cara avall. Cada una conté un dibuix i hi ha una parella amb el mateix dibuix. Cada jugador ha de girar aleatòriament una carta i després una altra. Si es tracta del mateix dibuix, les cartes es deixen de cara amunt; si no, les cartes es deixen novament de cara avall. L'objectiu és trobar totes les parelles.

Tot i això, no és tot tan fàcil... Una vegada aconseguíu trobar totes les parelles de cartes se us planteja un altre repte: cada parella amaga una lletra que us porta a una de les paraules amagades en aquesta recerca del tresor... Aconseguiu desxifrar-la?

# Prova 3. Memory familiar



# Prova 3. *Memory* familiar





# Prova 4. Enquestats

Pregunta 1

Què necessitem per poder-nos entendre en família?

Pregunta 2

Què necessitem per poder gaudir junts en família?

Pregunta 3

Per poder afrontar els problemes en família necessitem expressar els nostres .....

Pregunta 4

Els ..... són un bon moment per parlar i passar-ho bé en família.

Pregunta 5

Si mostrem ..... als nostres familiars, serem una família més feliç.

# Carta introductòria del tresor

Enhorabona! Heu aconseguit superar totes les proves d'aquest viatge en la cerca del tresor. Probablement heu rigut, heu compartit i heu aconseguit superar en equip molts reptes. En la nostra vida tenim moltes coses que ens fan feliços i que ens ajuden a millorar. Però n'hi ha una en especial que destaca per damunt de totes les altres i és a l'interior del cofre del tresor que teniu davant vostre...

Aquesta cosa misteriosa que és dins d'aquest cofre ens fa feliços i ens ajuda a millorar i a aprendre, però per aconseguir-ho cal que li dediquem les atencions i li donem els ingredients adequats.

Ja sabeu de què et tracta?



# «LA FAMÍLIA, EL NOSTRE GRAN TRESOR»



## Activitat 2

### Junts creixem més

Vídeo de testimonis

Treball en grup gran

15 minuts

Objectiu 1

Contingut 1

#### a. Introducció

La finalitat d'aquesta activitat és motivar les famílies perquè participin en el programa «Aprendre junts, créixer en família» a partir de les experiències d'altres famílies que també han participat en el programa. Per això, se'ls passarà un vídeo en el qual apareixen els testimonis de famílies que expliquen la seva experiència en el programa. Prèviament s'introduirà les famílies participants en el contingut del vídeo i es comentarà que totes les famílies experimenten reptes que afecten la dinàmica familiar, però que tots i totes tenim l'oportunitat d'identificar les fortaleeses i els elements de millora que ens permetin contribuir-hi de manera positiva, com veuran en el vídeo següent, en el qual apareixen els testimonis de famílies que ens expliquen l'evolució que han fet després del seu pas pel programa «Aprendre junts, créixer en família». És important subratllar que es tracta de famílies reals, no d'actors o actrius, que ens expliquen i comparteixen la seva experiència.

D'altra banda, s'anticiparà a les famílies que després de la visualització del vídeo s'iniciarà un espai de debat i reflexió en grup gran per parlar-ne.

#### b. Desenvolupament

L'activitat s'inicia amb la visualització del vídeo amb testimonis de famílies que han participat en el programa «Aprendre junts, créixer en família», en el qual comparteixen els reptes familiars principals amb els quals es van trobar, com han aconseguit resoldre'ls a partir de la seva participació en el programa i l'impacte que aquest ha tingut en la convivència familiar.

Després de veure el vídeo, es plantegen les preguntes següents a les famílies per fomentar la connexió entre l'experiència pròpia i el contingut del vídeo, i per identificar les àrees potencials d'aprenentatges i de millora que s'han de treballar a partir del programa:

1. Quines de les experiències que apareixen en el vídeo són similars a les vostres?
2. Quins aspectes us agradaria millorar de la vostra vida en família?
3. En què creieu que la participació en el programa pot ajudar la vostra família?



Mentre les famílies fan les seves aportacions, la persona dinamitzadora les va anotant en un espai visual a l'abast de totes les persones participants (pissarra, paperògraf, mural, etc.). D'altra banda, durant l'espai de reflexió en grup gran, és important que la persona dinamitzadora garanteixi l'equilibri en la participació de pares, mares, fills i filles. És important que totes les persones se sentin escoltades. Aquesta sessió ens permetrà, com a persones dinamitzadores del programa, saber quins són els reptes que es plantegen les famílies i quines expectatives tenen respecte del programa.

### **c. Conclusió**

Es tancarà l'activitat subratllant que totes les famílies poden presentar reptes i dificultats en el seu dia a dia que poden afectar la dinàmica familiar, com han pogut observar en les famílies del vídeo. Tot i així, tots i totes tenim l'oportunitat de marcar-nos fites d'aprenentatge que ens ajudin a contribuir positivament al benestar de la nostra família.

## **Valoració i tancament de la sessió**

Es tancarà la sessió subratllant que la parentalitat positiva vetlla per contribuir positivament en la dimensió familiar. Totes els membres de la família (pares, mares, fills i filles) tenen una responsabilitat compartida i un compromís negociat per procurar que la família sigui un espai on es puguin sentir bé i que garanteixi un desenvolupament ple i positiu.

La parentalitat planteja reptes que s'han d'abordar en l'àmbit familiar. Totes les famílies s'enfronten diàriament a diversos reptes i dificultats; el que és important és trobar espais per analitzar i comprendre la situació, valorar els recursos i les estratègies dels quals disposem i pensar en la millor manera d'actuar d'acord amb les necessitats, els interessos, els sentiments i el benestar de tots els membres de la família.

A continuació s'introdueix breument l'objectiu principal del programa «Aprendre junts, créixer en família», que se centra a potenciar el desenvolupament de les capacitats dels pares i les mares en la cura i l'educació dels seus fills i filles. Tot això, mitjançant sessions grupals en les quals aprendran a contribuir al benestar familiar per mitjà de l'afecte, la comprensió i la comunicació. Per acabar, se'ls dona les gràcies per la seva participació, i també la benvinguda al programa «Aprendre junts, créixer en família».



Tipus de paper utilitzats en aquesta publicació.

Paper de la coberta:

Vandia, cartolina gràfica FSC de 200 g

Paper interior:

Navigator, òfset blanc FSC de 100 g

Aquests papers provenen de boscos regenerats de manera sostenible.



Fundació "la Caixa"