

# Crece felices en familia

*Programa de apoyo  
psicoeducativo para  
promover el desarrollo infantil*

## EQUIPO DE TRABAJO

M.<sup>a</sup> José Rodrigo López  
M.<sup>a</sup> Luisa Máiquez Chávez  
Sonia Byrne  
Beatriz Rodríguez Ruiz  
Juan Carlos Martín Quintana  
Guacimara Rodríguez Suárez  
Laura Pérez Pérez



Junta de  
Castilla y León





# Crece felices en familia

*Programa de apoyo  
psicoeducativo para  
promover el desarrollo  
infantil*



Junta de  
Castilla y León

**I.S.B.N.: 978-84-9718-570-7**  
**Depósito Legal: VA-153-/2009**

**Diseño y Arte Final:** dDC, Diseño y Comunicación  
**Ilustraciones:** Felipe López Salán. Pencil, Agencia de ilustradores

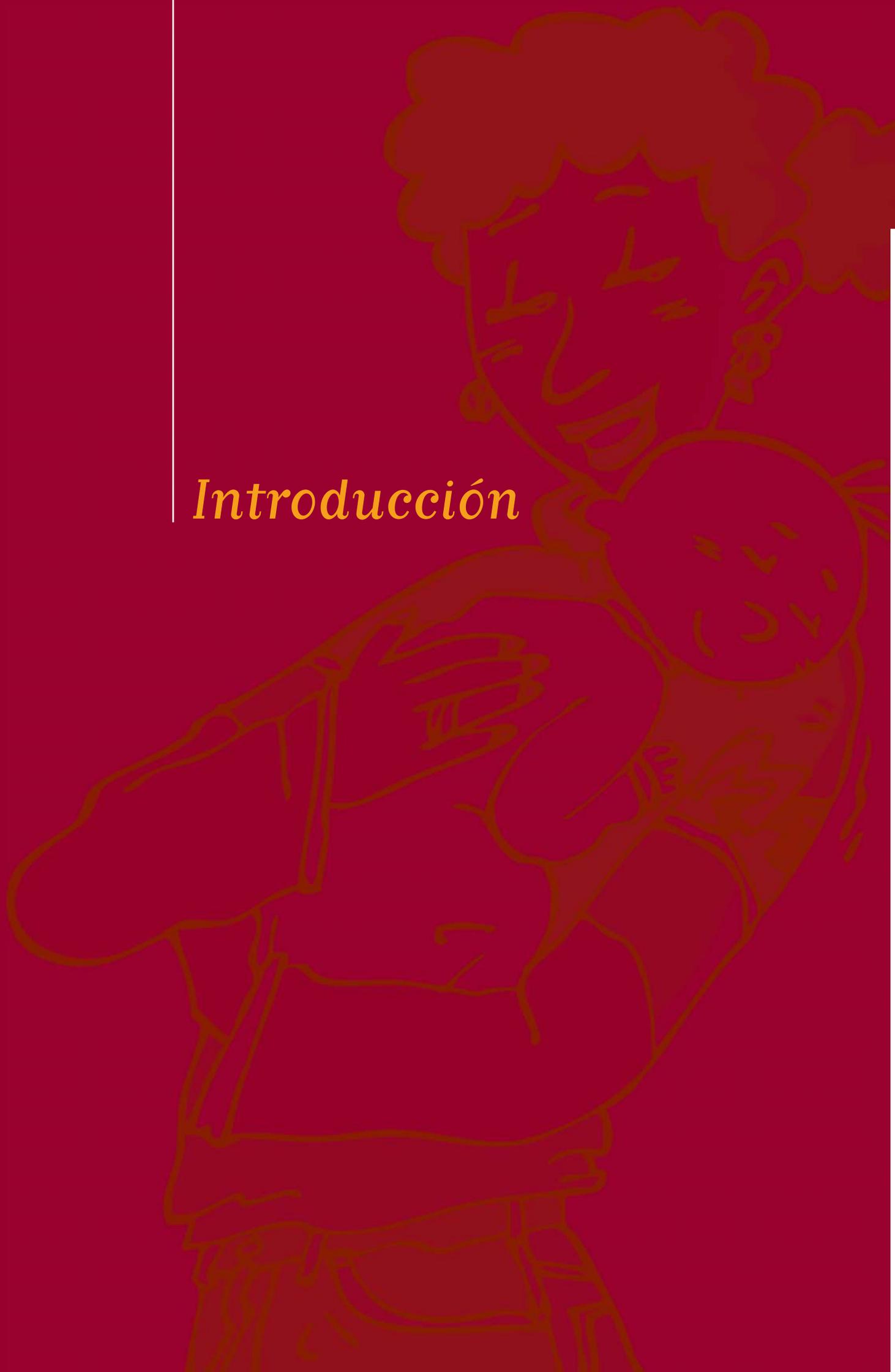
## Índice

Introducción.....	7
Sesión 0 <b>Sesión introductoria</b> .....	24
Módulo 1 <b>El desarrollo del vínculo afectivo</b> .....	33
• Sesión 1. Cómo se establecen las relaciones de apego.....	35
• Sesión 2. La sensibilidad del cuidador ante las necesidades del niño o la niña .....	49
• Sesión 3. Cuando el niño nos lo pone difícil .....	73
• Sesión 4. Los tipos de apego y sus consecuencias para el/la niño/a .....	95
Módulo 2 <b>Aprender a conocer a nuestro/a hijo/a</b> .....	123
• Sesión 1. Las necesidades de los niños .....	125
• Sesión 2. Mi hijo/a. ....	155
• Sesión 3. El reloj del desarrollo .....	189
Módulo 3 <b>Aprender a regular el comportamiento infantil</b> ..	225
• Sesión 1. Observamos el comportamiento de nuestros hijos .....	227
• Sesión 2. Establecemos normas y ponemos límites al comportamiento infantil.....	241
• Sesión 3. Educamos para la convivencia .....	267
• Sesión 4. No hay una solución única .....	283
Módulo 4 <b>La primera relación con la escuela</b> .....	295
• Sesión 1. Mi hijo/a va a la escuela .....	299
• Sesión 2. La importancia de la familia en el apoyo escolar. .	321
• Sesión 3. Cómo fomentar la relación entre padres y profesores .....	331
• Sesión 4. Los espacios de encuentro y colaboración con la escuela.....	343
Módulo 5 <b>Educar, ¿una tarea en solitario?</b> .....	377
• Sesión 1. Descubriendo la red .....	379
• Sesión 2. Apoyos importantes en mi vida .....	389
• Sesión 3. Buscando apoyos para cada problema .....	403
• Sesión 4. Tejiendo redes: cómo utilizar los apoyos sociales de mi entorno .....	417





# *Introducción*





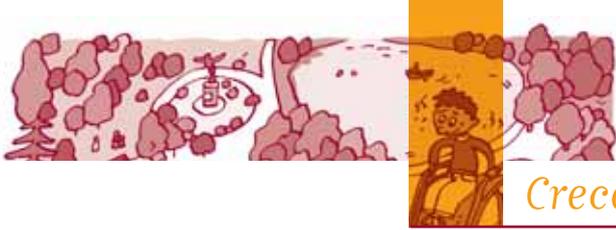


## 1. Introducción

La Gerencia de los Servicios de Protección de Menores de la Junta de Castilla y León, en colaboración con el Departamento de Psicología Evolutiva y de la Educación de la Universidad de La Laguna, viene potenciando la realización de una serie de acciones psicoeducativas y comunitarias dirigidas a las familias usuarias de los Servicios Sociales en situación de riesgo psicosocial. Definimos a estas familias como aquellas en las que los responsables del cuidado, atención y educación del menor, por circunstancias personales y relacionales, así como por influencias adversas de su entorno, hacen dejación de sus funciones parentales o hacen un uso inadecuado de las mismas, comprometiendo o perjudicando el desarrollo personal y social del menor, pero sin alcanzar la gravedad que justifique una medida de amparo.

El programa que presentamos se enmarca dentro de esta línea de actuaciones y trata de responder a una demanda de los Servicios Sociales manifestada a través de sus técnicos y responsables de la coordinación de los mismos. Nos referimos a la necesidad de contar con un programa de educación para madres y padres (a partir de ahora se utilizará el genérico padres) especializado en la promoción del desarrollo en la etapa infantil, desde el nacimiento hasta los cinco años.

Varias son las razones para diseñar una intervención temprana centrada en la familia y, en concreto, en los padres y cuidadores principales. En primer lugar, el desarrollo humano es de naturaleza social e interactiva, lo que implica atribuir a la familia, como contexto básico en el que la interacción tiene lugar, una



## *Crecer Felices en Familia*

---

responsabilidad decisiva en el desarrollo de los niños (Bruner, 1988; Kaye, 1986; Rogoff, 1993; Vygotsky, 1995).

En segundo lugar, la etapa infantil es una etapa muy importante en la que se asientan los pilares competenciales básicos, tanto afectivos como cognitivos y sociales, que van a ser la clave del desarrollo posterior. Así, las bases del comportamiento futuro se encuentran en esta primera etapa, lo que la convierte en un buen momento para llevar a cabo acciones preventivas de los problemas de comportamiento.

En tercer lugar, las rutinas diarias constituyen la mayor fuente de experiencias y oportunidades para el aprendizaje de los niños y niñas (a partir de ahora se utilizará el genérico niños), lo cual asigna a la familia una responsabilidad muy clara en la promoción del desarrollo infantil. En este sentido, un programa de educación para padres es un buen modo de ofrecer apoyo en los entornos naturales y ecológicos en los que el niño vive y se desarrolla.

Por último, la estrategia de capacitar y reforzar a los padres en su rol educador es básica para proporcionar a los hijos un entorno protector y seguro que satisfaga sus necesidades básicas aun en los entornos más adversos. En efecto, estas necesidades pueden quedar sin cubrir debido a la extrema vulnerabilidad del niño a estas edades y a que es una etapa de crianza muy demandante que requiere una inversión de tiempo y esfuerzo muy considerable, a veces incompatible con las condiciones de vida del cuidador principal. Así por ejemplo, puede ser que la familia presente un nivel de estrés muy considerable que comprometa el adecuado desarrollo del niño. En suma, la intervención temprana centrada en la familia, y más concretamente basada en la educación de padres, es un buen recurso para incrementar los factores de protección y disminuir los factores de riesgo en el desarrollo infantil.

Se entiende por intervención temprana a todas aquellas acciones de diagnóstico, prevención e intervención que se dirigen a los primeros años de vida de un ser humano (Shonkoff y Meisels, 2000). Estas acciones están destinadas a promover la salud física y mental de los padres y sus hijos, desde el embarazo hasta los primeros años de la vida del niño, especialmente en aquellas poblaciones en riesgo biológico, psicológico y social. Desde la vertiente de los padres se busca fortalecer su equilibrio psicológico y sus competencias educativas y sociales, ya que de ese modo se asegura un ejercicio adecuado de las funciones parentales. En este sentido, se hace también hincapié en reforzar o ampliar la red de apoyos sociales con la que cuentan los padres para llevar a cabo su tarea educadora. Desde la vertiente de los niños se pretende estimular su desarrollo físico y psíquico desde el comienzo, con el fin de sentar unas bases sólidas para la construcción de la personalidad y del comportamiento, así como proporcionar un buen ajuste del niño a los primeros contextos de desarrollo que son la familia, la escuela y los iguales.

## Introducción

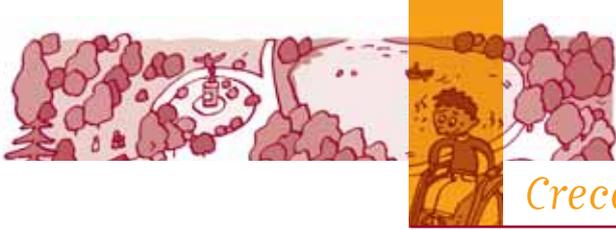


Avances actuales en las teorías psicológicas y neurológicas han puesto el acento de la intervención temprana en la promoción del desarrollo socio-afectivo de los niños a partir de la potenciación de su entorno familiar y más concretamente de las capacidades educativas de sus padres. Respecto a las teorías psicológicas debemos señalar la importancia de la Teoría del apego y de los diversos programas de investigación destinados a analizar las interacciones cuidador-bebé, especialmente en los primeros meses de vida (Bowlby, 1969, 1977, 1980; Ainsworth, Blehar, Waters y Wall, 1978; Trevarthen, 1993; Stern, 1994; Goldberg, Muir y Kerr, 1995). Los estudios empíricos sobre el apego y sus efectos a largo plazo, tanto para el desarrollo humano como para la salud física y mental, han proporcionado los métodos e instrumentos necesarios para poder hacer una intervención temprana encaminada a promover un adecuado vínculo afectivo del niño con sus cuidadores.

Concretamente, Egeland, Weinfeld, Bosquet y Cheng (2000) distinguen tres líneas de actuación encaminadas a reforzar dicho vínculo que, en modo alguno, son excluyentes. La primera se encamina a promover la sensibilidad del cuidador, ya que ésta se relaciona con la calidad del apego que forma el niño o la niña. La sensibilidad es la habilidad del cuidador para percibir e interpretar de modo adecuado las señales e intentos de comunicación implícitas en la conducta del niño preverbal y, sobre la base de esta identificación y comprensión, responder a las señales con prontitud y de modo apropiado.

La segunda línea de actuación se dirige a cambiar las representaciones parentales sobre la naturaleza del vínculo afectivo. Así, se analizan los modelos internos de apego de los padres o cuidadores para fomentar una relación con los hijos más armónica, libre de sentimientos de hostilidad, rechazo e incompetencia, y que sea capaz de cubrir las necesidades de los hijos. Estos modelos internos inadecuados se han podido forjar en el propio historial de relaciones de apego con sus padres o cuidadores y, de modo inadvertido, pueden estar influyendo en la construcción de su relación actual con su hijo o hija. En este sentido, es muy útil promover la reflexión de los padres sobre su propia experiencia de apego en su infancia como medio de fomentar el reconocimiento de las necesidades afectivas de los hijos e hijas (Fonagy et al., 1996).

Por último, en la tercera línea están aquellos programas diseñados para mejorar el apoyo social y comunitario de los padres o cuidadores. Este tipo de intervenciones tienen como objetivo el fomentar no sólo una relación afectiva del niño o niña con los padres o cuidadores, sino también atender y reforzar el papel de éstos y satisfacer sus necesidades como tales (vg., el programa STEEP, Step toward effective and enjoyable parenting, Egeland, et al., 2000). En el trasfondo está la idea de que mejorar las condiciones en las que se lleva a cabo la parentalidad es un modo seguro de favorecer el bienestar infantil. Por tanto



## *Crecer Felices en Familia*

---

estas intervenciones se dirigen a cubrir las necesidades de los padres en muchos niveles: educativas, de consejo, de alivio, económicas, proporcionándoles apoyo social y el acceso a recursos básicos que facilitan su tarea. Téngase en cuenta que del contexto familiar provienen la mayor parte de los factores de protección y de riesgo para estas edades.

El segundo pilar teórico sobre el que se asienta el programa que presentamos es la Teoría de la autorregulación. Definimos la autorregulación como la capacidad para ejercer el control sobre los propios estados internos (pensamientos, emociones, impulsos o deseos) o sobre las respuestas ante el ambiente (resolución de tareas, comportamientos) con el fin de alinear el “yo” con estándares normativos y/o socialmente deseables (Vohs y Baumeister, 2004). Es un concepto afín al de autocontrol, definido como la capacidad para inhibir impulsos socialmente no deseables ni aceptables y alterar o regular los pensamientos, emociones y la propia conducta para conseguir promover los impulsos adecuados (Muraven y Baumeister, 2000; Tangney, Baumeister y Boone, 2004).

Esta capacidad autorregulatoria es fruto de la biología y de los procesos de socialización desde los primeros meses de vida. Los padres o cuidadores tienden a ejercer el rol de “reguladores ocultos” o reguladores externos que ayudan al niño en su empeño de lograr un comportamiento socialmente aceptable. Así, las respuestas de los padres ante los estados de malestar del bebé, como, por ejemplo, orientar su atención hacia objetos externos para distraerle, le sirven a éste para superar dichos estados. Con el tiempo, el bebé podrá controlar sus propios recursos atencionales para regular sus impulsos y estados emocionales, alcanzando con ello una de las primeras piezas clave para el desarrollo de la autorregulación emocional. La influencia del control atencional en la regulación emocional en estas primeras edades se extenderá a la regulación cognitiva al final de la niñez que permite el control del pensamiento y de la ejecución de la acción (Tangney et al., 2004).

En nuestro programa vamos a seleccionar el apego y la autorregulación como los dos pilares fundamentales sobre los que se asienta éste. La razón de ello es que las capacidades autorregulatorias son, junto con la existencia de vínculos afectivos seguros, una de las claves para fomentar la resiliencia en los niños a pesar de la adversidad (Osofsky y Thompson, 2000). Ambas son capacidades que dependen mucho de la calidad de la relación que los padres establecen con los niños, de modo que el énfasis del programa en la mejora de las habilidades parentales está muy justificado. Los niños con apego seguro tienen un buen desarrollo de su yo, presentan una mayor capacidad para establecer relaciones saludables con los demás y se enfrentan a los retos del mundo con una base de seguridad y confianza en sí mismos y en los demás. Por su parte, los niños

## Introducción



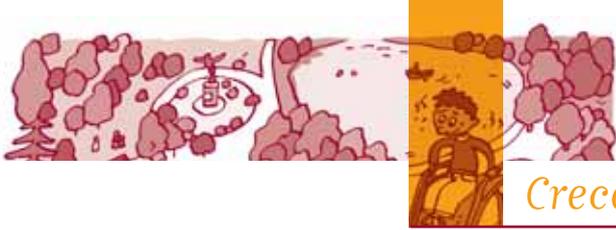
con buenas capacidades autorregulatorias saben controlar su atención de modo flexible, reprimen sus impulsos, controlan o inhiben las emociones según las situaciones, saben suprimir o iniciar una actividad de acuerdo a las demandas afectivas y sociales, toleran la frustración en pequeñas dosis y saben retrasar la obtención de gratificaciones. Ambos tipos de capacidades incrementan la resiliencia de los niños, lo que les protege de presentar futuros problemas de comportamiento como son los problemas de conducta, el comportamiento antisocial o los problemas emocionales.

Según una revisión de los resultados de la evaluación de programas de este tipo realizada por Bakerman-Kranenburg, van Ijzendoorn y Juffer (2003), se llegó al siguiente perfil de eficacia: las intervenciones no deben ser muy largas (hasta 5-6 meses), pueden llevarse a cabo tanto en la casa como en el centro comunitario, deben empezar al menos desde los seis meses de edad del niño/a, deben incluir al padre si es posible, deben ser llevadas a cabo por personas con mentalidad de mediadores y no de expertos, y deben usar *video-feedback* o algún otro procedimiento que implique entrenamiento directo de conductas o pautas educativas.

Asimismo, en la revisión llevada a cabo por Shonkoff y Phillips (2000), los programas que resultan más eficaces son aquellos que fomentan la realización de actividades educativas padres-hijos, haciendo énfasis en entrenar las pautas de interacción concretas y en la construcción de relaciones basadas en el afecto, el poner límites a la conducta del niño y la reflexión de las consecuencias de las pautas educativas de los padres en el comportamiento infantil.

Por último, Cicchetti, Rogosch y Toth (2006) encontraron que tanto los programas basados únicamente en el fortalecimiento de las pautas de apego seguro, como aquellos más psicoeducativos centrados en promover el conocimiento de los padres sobre el desarrollo de los hijos y sobre sus necesidades, así como en la reducción del estrés y el incremento del apoyo social, obtuvieron buenos resultados.

En suma, los programas eficaces tienden a plantear acciones en tres niveles (Iwaniec, Herbert y Sluckin, 2002): a) comunitario, dando respuesta a las múltiples necesidades de los padres para facilitar su labor parental y reducir el estrés que conlleva la realización de dicha tarea; b) grupal, potenciando el aprendizaje de competencias y la combinación de apoyos informales y formales; y c) individual, entrenando secuencias concretas de interacción padres-hijos para estimular su desarrollo. Los niveles c, y b, son imprescindibles para la eficacia del programa, pero deben completarse con el nivel a, si es posible, tratándose sobre todo de familias en desventaja social o con un nivel importante de estrés.



## 2. Características del programa

De acuerdo con los resultados anteriores, el programa tiene las siguientes características:

- Está centrado en promover el desarrollo de los niños desde su nacimiento hasta los 5 años.
- Se compone de un programa grupal y otro de apoyo domiciliario.
- Se estimula la reflexión sobre las cogniciones de los padres respecto al comportamiento con los hijos.
- Tiene una orientación muy práctica dirigida al entrenamiento de pautas concretas de actuación y secuencias de interacción, inspirándose en la metodología experiencial.
- El mediador o mediadora tiene una función de acompañamiento, asesoramiento, apoyo y modelaje para los padres.
- Se sigue un esquema de colaboración con los padres y de su participación en las tareas educativas, mediante el refuerzo de sus capacidades educadoras y de su implicación en la tarea.
- La intervención dura unos 5 meses aproximadamente.
- Es un programa flexible, ya que se puede llevar a cabo según las siguientes combinaciones: 1) sólo el programa grupal en aquellos casos donde la problemática familiar no requiera de una atención domiciliaria continuada; 2) Sólo el programa de apoyo domiciliario para aquellos casos en que se sigue un programa de tratamiento familiar individualizado; 3) la combinación de los dos programas.

La población a la que va dirigido es la siguiente:

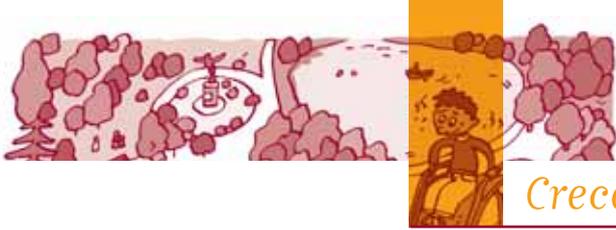
- Madres y padres con historia de negligencia o maltrato físico y/o emocional.
- Madres adolescentes y/o con embarazos no deseados.
- Madres y padres con escasas capacidades parentales y/o que tienen hijos con problemas de salud, y/o temperamento difícil.
- Madres y padres con problemas de salud, con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



### 3. Objetivos

Los objetivos del programa son los siguientes:

- Promover el desarrollo de apegos seguros.
- Animar a los padres a reconocer y reaccionar positivamente ante los progresos evolutivos de los hijos.
- Enseñar habilidades básicas de cuidado y seguridad infantil.
- Ayudar a los padres a identificar y responder a las necesidades de los hijos.
- Ayudar a los padres a distinguir y entender los estados mentales de los hijos y promover su autonomía física y emocional.
- Ayudar a los padres a identificar los intentos de comunicación verbal y no verbal de los hijos.
- Animar a los padres a que hablen a sus hijos y respondan a sus verbalizaciones.
- Enfatizar la riqueza cognitiva y afectiva del juego y resolución de tareas conjuntas padres e hijos.
- Orientar a los padres sobre la enseñanza de hábitos durante las rutinas cotidianas.
- Ofrecer pautas para la regulación del comportamiento de los hijos de acuerdo a las normas.
- Hacer conscientes a los padres sobre sus percepciones y atribuciones del comportamiento infantil y los estados emocionales que éste les suscita.
- Promover la reflexión sobre las consecuencias de la propia conducta en el desarrollo de los hijos.
- Favorecer los factores de protección y reducir los de riesgo mediante la reducción del estrés, el incremento del apoyo social y la satisfacción de las necesidades de los padres a múltiples niveles.
- Fomentar el disfrute de la parentalidad y de la relación con el niño.



## 4. Competencias que fomenta el programa

### 4.1 Competencias parentales

#### *Habilidades educativas*

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

#### *Habilidades de autonomía personal y búsqueda de apoyo social*

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

### 4.2 Competencias infantiles

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

- Desarrollo de apegos seguros.
- Adquisición de hábitos.



- Desarrollo del lenguaje y de la comunicación.
- Aprendizajes básicos para estimulación del desarrollo: atención, juego, planificación y resolución de tareas.
- Regulación emocional, cognitiva y conductual.
- Ajuste positivo a los contextos primarios mediante el fomento de la autoestima y de las competencias sociales.

## 5. Estructura y contenidos del programa

### 5.1 Programa grupal para madres y padres

**Modulo 1:** El desarrollo del vínculo afectivo.

**Módulo 2:** Conocer a nuestro hijo/a.

**Módulo 3:** Aprender a regular el comportamiento infantil.

**Módulo 4:** La primera relación con la escuela.

**Módulo 5:** Educar, ¿una tarea en solitario?

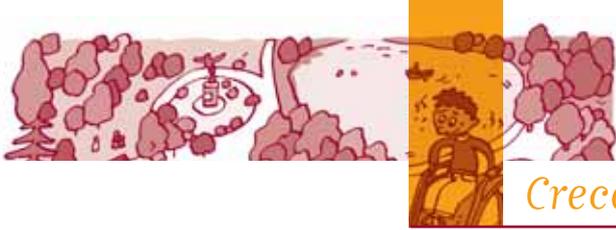
### 5.2 Programa de apoyo domiciliario

- Materiales para el mediador:
  - > Secuencias y ejercicios de estimulación por edades.
  - > Guía de cuidados básicos.
- Materiales para el padre/madre o cuidador:
  - > Cuaderno de experiencias.
  - > Conoce más a tu hijo/a.

## 6. Metodología

### 6.1 Programa grupal para padres

El programa sigue la metodología experiencial que ha sido ya validada en programas de educación para padres (Máiquez, Rodrigo, Capote y Vermaes, 2000; Martín, Máiquez, Rodrigo, Correa y Rodríguez, 2004; Rodrigo, Martín, Máiquez y Rodríguez, 2005). Con ella intentamos promover la interpretación de una gran diversidad de situaciones vitales para que los padres tengan la ocasión de repensar su acción diaria. Es a partir del acceso consciente al por qué



## Crecer Felices en Familia

---

realizan determinadas acciones y al análisis de las consecuencias de las mismas como es posible llegar a un compromiso de cambio que sea realista. Además, el escenario de la intervención grupal no debe ser un escenario de transmisión formal de conocimientos, sino un escenario sociocultural en el que se van a compartir conocimientos e ideas con otras personas, y donde la experiencia cobra un papel fundamental.

La tarea del mediador (se utilizará el genérico de aquí en adelante) es la de ayudar y facilitar el proceso de construcción compartida del conocimiento en el grupo. Esto se consigue adoptando los siguientes principios: construcción del conocimiento como un miembro más del grupo; apoyar la iniciativa personal y reforzar los sentimientos de competencia; invitar a la negociación y a la búsqueda de consenso; partir de las preocupaciones y necesidades de los padres; proporcionar pistas que ayuden a los padres a descubrir los medios necesarios para solucionar los problemas y regular el clima emocional. Además de estas características, el mediador debe poseer dominio en el desarrollo de dinámicas de grupos (manejo de estados emocionales, recursos motivacionales, normas, turnos de palabra, respeto hacia las intervenciones de los demás).

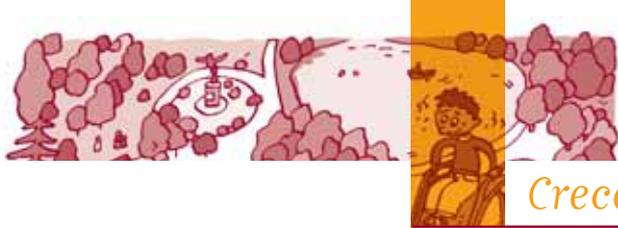
En el marco de esta metodología experiencial se utilizan una serie de técnicas específicas:

- > **Diálogos simultáneos.** Consisten en la organización del grupo en parejas o subgrupos para la discusión, debate, o estudio de un material presentado en el programa, de un asunto propuesto por el mediador o surgido en el grupo.
- > **Discusión dirigida.** Se trata de discutir sobre un tema entre todos los miembros del grupo. El tema a discutir tiene que ser susceptible de ser tratado desde diferentes perspectivas, pues de otra forma la discusión será inexistente.
- > **Trabajo en pequeños grupos.** Se divide al grupo en parejas o pequeños subgrupos, cada uno de los cuales trabaja un tema con objeto de llegar a conclusiones parciales. Más tarde, de los informes de todos los pequeños subgrupos se extrae la conclusión general.
- > **Estudio de casos.** Trata de la descripción detallada de una situación concreta (real o ficticia) sobre la que se pide a los participantes que, en el grupo grande o en pequeños grupos, analicen todos los factores que hay que tener en cuenta ante esta situación o conducta. Se ponen en común y se sacan conclusiones.
- > **Juego de roles.** Consiste en representar una situación imaginaria, que se pueda transferir a la vida real, en la que las personas expresen sus propias emociones y reacciones ante una situación determinada, con el objeto de dar y obtener información para adquirir una mejor comprensión e interés sobre un tema. Esta representación se puede



hacer con guiones elaborados que los actores sólo tienen que leer y representar, o bien partiendo de una historia base sobre la que los actores tendrán que elaborar sus propios papeles, en función de cómo perciben la situación o de cómo piensan ellos que actuarían en una circunstancia semejante.

- > **Vídeo-fórum.** Se utiliza una película de vídeo para presentar y analizar un caso, unas escenas, o un tema. Previamente, se presenta la película y se destacan ideas. Tras su visionado, el mediador formula una serie de preguntas referidas a su contenido y destinadas a favorecer la reflexión y generar un debate en el grupo sobre el tema de que se trate.
- > **Fantasía guiada.** Consiste en pedir a los participantes que se imaginen una situación determinada, que va siendo descrita por el mediador de la manera más realista posible. Al mismo tiempo, se van dando indicaciones sobre los aspectos o preguntas en las que se debe focalizar la atención. Posteriormente, una vez terminada la fantasía, se pide a los participantes que comenten su experiencia.
- > **Compromisos.** Experiencias de transferencia de aprendizajes adquiridos en el grupo a la vida familiar que fomentan la implicación de los padres en los procesos de cambio que se proponen en las sesiones. Pueden ser los siguientes: a) Selección de una actividad a realizar con su hijo/a; b) Implementar una estrategia a llevar a cabo en determinadas situaciones; c) Reflexionar sobre sus propias actuaciones y crear una solución alternativa; d) Realizar observaciones sobre su propia conducta; e) Realizar observaciones sobre el comportamiento del hijo/a; y f) Identificar pensamientos y sentimientos propios. Es importante transmitir a los padres la importancia de establecer un compromiso personal de cambio que sea espontáneo, pero siempre que éste sea realista y ajustado a las características y realidades de cada familia. El mediador junto con el grupo debe ayudar a establecer los objetivos de cambio en términos específicos y operativos, para que les resulte más sencilla su formulación y su posterior cumplimiento.
- > **Recuerda.** Ejercicios de síntesis y consolidación del conocimiento aprendido durante la sesión.
- > **Entrenamiento con base en rutinas y secuencias de estimulación.** Dentro de las sesiones grupales se establece un espacio para practicar secuencias de interacción padre/madre-hijo/a. Para ello se introduce a los hijos e hijas en la sesión grupal y se plantean ejercicios o prácticas de rutinas dirigidas por el mediador o mediadora. Así, los padres pueden observar cómo lo hacen otros, y el propio mediador recibir refuerzo a sus actuaciones y cobrar confianza y seguridad en la práctica de interacciones concretas. Se puede también llevar a la práctica lo debatido dentro del grupo y terminar la sesión con una interacción que haya sido positiva y relajante con su hijo o hija. Este tipo de entrenamiento es el que mayoritariamente se lleva a cabo en el Programa de apoyo domiciliario.



La periodicidad de las sesiones grupales es de una a la semana de hora y media de duración. La primera hora se destina a los ejercicios grupales, mientras que los niños están en otra sala con un cuidador/a, donde se pueden utilizar los materiales del programa de apoyo domiciliario que se describe a continuación para realizar secuencias de juego y de estimulación con los niños y niñas. En la última media hora se unen los padres y los niños en la sesión y se llevan a cabo secuencias o actividades de interacción con el soporte del propio mediador y de la/s persona/s de apoyo que ha estado con los niños. El tamaño del grupo debe estar entre 8 y 10 padres, con un máximo de 12.

### 6.1.1 CONDICIONES DE IMPLEMENTACIÓN

Para una correcta implementación del programa es necesario disponer de unas instalaciones adecuadas que permitan desarrollar las actividades planificadas para los/as participantes y sus hijos/as durante las diferentes sesiones. Para ello, es necesario disponer de una sala grande con una mesa redonda y sillas, acorde al número de participantes, así como de un espacio de relajación con colchonetas y/o mantas para las actividades de relajación y/o fantasías guiadas, y un espacio de café y refrescos, que se utilizarán para la merienda de los/as participantes. En el espacio de colchonetas se llevarán a cabo las actividades de estimulación que se van a realizar con los/as participantes y sus hijos/as al final de la sesión grupal. Se requiere además otro espacio para que los niños jueguen bajo la supervisión del otro mediador mientras los/as participantes desarrollan las sesiones grupales con el mediador.

Respecto a los profesionales necesarios para la correcta implementación del programa, es necesario formar a tantos mediadores como sean necesarios en función de las características de los/as destinatarios (número de participantes, número de hijos/as, edades de los/as hijos/as, etc.); no obstante, el número mínimo de mediadores para desarrollar el programa de manera adecuada es de dos. Todos los mediadores tienen que ser formados en los módulos teóricos y sesiones del programa, con la finalidad de prevenir cualquier imprevisto que no permitiera desarrollar el programa como había sido planificado. Sin embargo, uno de los mediadores será el encargado de desarrollar de manera individual las actividades grupales de cada sesión con los/as participantes, mientras el resto de los mediadores están en el espacio arbitrado para estar con los/as hijos/as de los/as participantes.

Una propuesta que hacemos es que el tiempo que el otro mediador o mediadores estén con los niños (una hora) sería bueno plantear actividades extraídas del programa de apoyo domiciliario. Para ello habría que agrupar a los niños por edades y realizar con ellos dichas actividades. Así se aprovechan todas las ocasiones para estimular el desarrollo de los niños.



Con el fin de facilitar al máximo la coordinación entre los mediadores y se aprovechen al máximo los ejercicios programados es importante que durante el desarrollo de las actividades de estimulación entre los/as participantes y sus hijos/as todos los mediadores participen en las mismas.

### 6.2 Programa de apoyo domiciliario

- Entrenamiento en situaciones reales de observación de comportamientos infantiles y de pautas educativas.
- Entrenamiento con base en rutinas y secuencias de estimulación.
- Cuadernillo personal que recoge los conocimientos, experiencias y consejos que se van adquiriendo durante el programa domiciliario.
- Adquisición de conocimientos acerca del desarrollo de los hijos y de las pautas básicas de cuidado.

Es muy importante establecer una relación de confianza con la madre o padre, ya que se pueden sentir criticados, vigilados, se pueden sentir avergonzados por las condiciones de su hogar o pueden tener miedo de que se puedan derivar consecuencias negativas de las visitas (vg., retirada del hijo o hija). Es una relación en la que no se debe prejuzgar, "dar una clase" o criticar lo negativo que observamos, puesto que con esto va a decrecer su confianza básica en nosotros y nuestros propósitos de ayuda. Por el contrario hay que remarcar los aspectos positivos, los puntos fuertes para, a partir de éstos, ir desarrollando un acercamiento positivo.

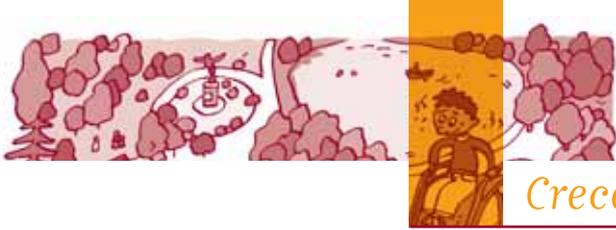
A continuación se detalla la *secuencia básica* para el establecimiento de una buena y fructífera relación con los padres durante las visitas (adaptado del Programa "Parents too soon" del Departamento de Human Services del Estado de Illinois, USA):

#### 1. Comienzo de la relación: **Orientación**

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

#### 2. Escuchar y comprender: **Aceptación**

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



## Crecer Felices en Familia

---

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

### 3. Ayudar a considerar alternativas: **Comprensión mutua**

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

### 4. Apoyar la experimentación: **Acuerdo**

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

### 5. Cambio: **Nuevos compromisos**

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



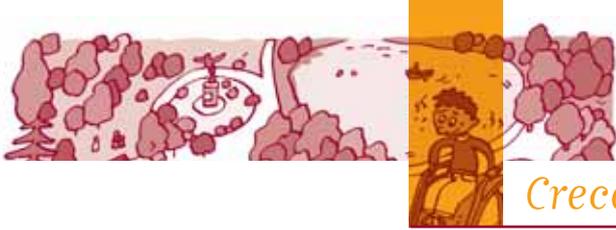
### 6. Despedida: **Confianza en el futuro**

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

La duración de las visitas será de una hora u hora y media y la frecuencia recomendada es quincenal o como mínimo mensual. El número más adecuado de familias por mediador es de 6 a 8. Si los padres están siguiendo el programa grupal y el domiciliario se deben propiciar reuniones de coordinación entre los técnicos responsables de ambos.

## 7. Evaluación

Se ha planteado un sistema de evaluación centrado en analizar los cambios parentales y en el ambiente educativo familiar obtenidos con el programa teniendo en cuenta el nivel de riesgo psicosocial de partida y la calidad del sistema de apoyo. Además se valora el impacto del programa en el servicio y en el técnico/mediador que lo ha llevado a cabo. Asimismo, se valora a medio plazo (seis meses) el impacto del programa en la salud de los padres y del niño/a y el uso de recursos. Los informantes son los padres y los técnicos/mediadores según sea el caso (ver cuaderno de evaluación con todos los instrumentos).



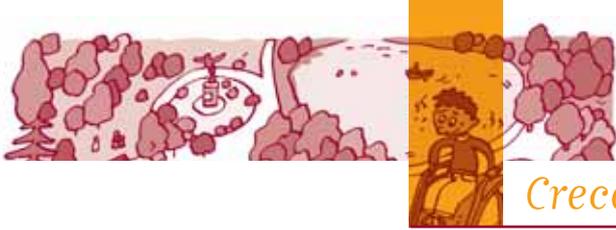
## 8. Referencias

- AINSWORTH, M.D.S., BLEHAR, M., WATERS, E., y WALL, S. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the Strange Situation*. Hillsdale, NJ: Erlbaum Assoc.
- BAKERMAN-KRANENBURG, M.J., VAN IJZENDORN, M.H., y JUFFER, F. (2003). Less is more: Meta-analyses of sensitivity and attachment interventions in early childhood. *Psychological Bulletin*, 129, 195-215.
- BOWLBY, J. (1969). *Attachment and loss: Attachment* (2<sup>nd</sup> ed.). London: The Hogarth Press.
- BOWLBY, J. (1977). The making and breaking of affection bonds: Aetiology and psychopathology in the light of attachment theory. *British Journal of Psychiatry*, 130, 201-210.
- BOWLBY, J. (1980). Attachment and loss: Vol. 3. *Loss, sadness and depression*. New York: Basic Books.
- BRUNER, J. (1988). *Realidad mental y mundos posibles*. Barcelona: Gedisa.
- CICCHETTI, D, ROGOSCH, F.A. y TOTH, S.L. (2006). Fostering secure attachment in infants in maltreating families through preventive interventions. *Development and Psychopathology*, 18, 623-649.
- EGELAND, B., WEINFELD, N., BOSQUET, M. y CHENG, V. (2000). Remembering, repeating, and working through: Lessons from attachment-based interventions. En J. Osofsky (Ed.), *WHIMH Handbook of Infant Mental Health* (vol. 4, pp. 35-89). New York: John Wiley & Sons.
- FONAGY, P., LEIGH, T., STEELE, M., STEELE, H., KENNEDY, R., MATTOON, G., TARGET, M., y GERBER, A. (1996). The relation of attachment status, psychiatric classification, and response to psychotherapy. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 64, 22-31.
- GOLDBERG, S., MUIR, R., y KERR, J. (Eds) (1995). *Attachment theory: social, developmental and clinical perspectives*. New York: Analytic Press.
- IWANIEC, D., HERBERT, M., y SLUCKIN, A. (2002). Helping emotionally abused and neglected children and abusive carers. En K.D. BROWNE, H. HANKS, P. STRATTON, y C. HAMILTON (Eds), *Early Prediction and Prevention of Child abuse*. New York: John Wiley & Sons.
- KAYE, K. (1986). *La vida social y mental del bebé. Cómo los padres crean personas*. Barcelona: Paidós.
- MAIQUEZ, M.L., RODRIGO, M.J., CAPOTE, C. y VERMAES, I. (2000). *Aprender en la vida cotidiana. Un programa experiencial para padres*. Madrid: Visor.

## Introducción



- MARTÍN, J.C., MÁIQUEZ, M.L., RODRIGO, M.J., CORREA, A.D. y RODRÍGUEZ, G. (2004). Evaluación del programa "Apoyo personal y familiar" para madres y padres en situación de riesgo psicosocial. *Infancia y aprendizaje*, 27 (4), pp. 437-445.
- MURAVEN, M., y BAUMEISTER, R.F. (2000). Self-regulation and depletion of limited resources: Does self-control resemble a muscle?, *Psychological Bulletin*, 126, 247-259.
- OSOFSKY, J.D. y THOMPSON, D. (2000). Adaptive and maladaptive parenting, *Handbook of Early Childhood Intervention*, 2<sup>nd</sup> ed., pp. 54-75.
- RODRIGO, M.J., MARTÍN, J.C., MÁIQUEZ, M.L., y RODRÍGUEZ, G. (2005). Informal and formal supports and maternal child-rearing practices in at-risk and non at-risk psychosocial contexts, *Children and Youth Services Review*, vol. 29.
- ROGOFF, B. (1993). *Aprendices del pensamiento. El desarrollo cognitivo en el contexto social*. Barcelona: Paidós.
- SHONKOFF, J.P. y MEISELS, S. (2000). *Handbook of early childhood intervention*. Cambridge: University Press.
- SHONKOFF, J.P. y PHILLIPS, D.A. (2000). *From neurons to neighbourhoods: The science of early childhood development*. Washington, D.C.: National Academic Press.
- STERN, D. (1994). One way to build a clinically relevant baby. *Infant Mental Health Journal*, 15 (1), 9-25.
- TANGNEY, J.P., BAUMEISTER, R.F., y Boone, A.L. (2004). High self-control predicts good adjustment, less pathology, better grades and interpersonal success. *Journal of Personality*, 72, 271-324.
- TREVARTHEN, C. (1993). The self born in Intersubjectivity: The Psychology of infant communication. En U. Neisser (Ed), *The Perceived Self: Ecological and Interpersonal Sources of Self-Knowledge*. New York: Cambridge University Press.
- VOHS, K.D., y BAUMEISTER, R.F. (2004). Understanding self-regulation. En R. F. Baumeister y K.D. Vohs (Eds), *Handbook of self-regulation*. New York: The Guilford Press.
- VYGOTSKY, L.S. (1995). *Pensamiento y Lenguaje*. Barcelona: Paidós.



### Sesión 0. Sesión introductoria

Esta sesión tiene como objetivo principal que todos los participantes se conozcan entre sí, creando un clima de confianza y seguridad en el que poder trabajar a lo largo de todo el programa. Es fundamental que el grupo se sienta cómodo y relajado trabajando juntos, ya que la dinámica de este programa implica mucho trabajo cooperativo y se enriquece con el trato entre las personas y el intercambio de sus experiencias.

#### Objetivos

- Establecer un clima adecuado para el desarrollo del programa.
- Facilitar el conocimiento personal entre los/las participantes del programa.
- Fomentar una relación cordial, de respeto y de ayuda entre los/as participantes del programa.

#### Actividades

- Actividad 1. Nosotros.
- Actividad 2. La tela de araña.
- Actividad 3. Busca tu pareja.
- Actividad 4. Las normas del grupo.
- Actividad 5. Nos identificamos.

#### Recursos

- Cámara de fotos.
- Madeja de lana.
- Puzles.
- Carteles blancos.
- Revistas con fotos sobre padres/madres e hijos.
- Lápices de colores.
- Rotuladores.



## Actividad 1. Nosotros

Para poder realizar esta sesión es necesario que el mediador<sup>1</sup> avise con antelación a los participantes que acudan a la sesión acompañados de sus hijos/as. Al llegar se sacará una foto de cada uno de los participantes con su hijo/a, que posteriormente se utilizará como portada de su propio cuaderno de trabajo en el programa. Asimismo, se sacará una foto colectiva de todo el grupo acompañados por el mediador para dejar constancia del inicio del programa.

## Actividad 2. La tela de araña

Una vez que se hayan tomado todas las fotos el mediador pedirá a los participantes que se sienten formando un círculo, cada uno de ellos con sus hijos/as. La actividad consiste en que el mediador tendrá en su mano una madeja de lana, que se irá lanzando de un participante a otro, manteniendo siempre un trozo del hilo agarrado. Cuando cada uno de los participantes recibe la madeja debe dar una breve descripción de sí mismo y de su hijo/a, de la siguiente manera:

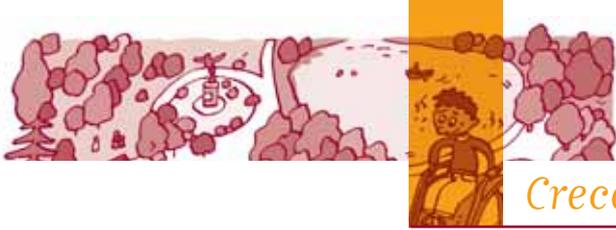
- Participante: nombre, edad, ¿qué le ha llevado a acudir a este programa?, ¿qué espera conseguir del programa?
- Hijo/a: nombre, edad, alguna característica relevante del hijo/a, ¿qué es lo que más te gusta de él o ella?

Para comenzar la ronda el mediador se presentará planteando también sus expectativas y deseos respecto a los/as participantes y a su propio papel de mediador dentro del grupo. Al mismo tiempo tomará la punta de la madeja de lana y lanzará el ovillo o la madeja a un participante, que a su vez tendrá que presentarse a sí mismo y a su hijo/a, sostener el hilo y lanzar la madeja a otro participante.

Esta actividad tendrá como resultado una amplia tela de araña en la que cada uno de sus miembros es importante, todos contribuyen a formarla. El mediador concluirá con la idea de que van a ser un grupo que actúe unido como el entramado de la tela de araña, para conseguir todo aquello que se ha propuesto.

---

<sup>1</sup> Se utilizará el término 'mediador' y 'participante', así como los plurales de manera genérica para referirse a ambos sexos.



### Actividad 3. Busca a tu pareja

Para esta actividad el mediador dispondrá de otro mediador que se encargue de todos los/as niños/as mientras los participantes la realizan. El mediador repartirá una pieza de puzle a cada uno; los puzles están compuestos únicamente por dos piezas, por lo que cada uno tiene que encontrar su pareja encajando la frase que hay en cada una de las piezas. Todas las piezas pueden encajar unas con otras en su forma, lo importante es que encaje el contenido de la frase.

Una vez que se hayan formado todas las parejas, se colocarán juntas y darán sus opiniones sobre la frase que hayan completado. A continuación, cada pareja comentará al grupo lo que han debatido y si añadirían alguna idea más de las que se han presentado hasta el momento.

Los puzles contienen las siguientes frases:

Los padres y madres tienen un papel...	...fundamental en la educación de los hijos/as.
Los que asistimos a este programa...	...creemos que podemos mejorar nuestra capacidad para educar a los/as hijos/as.
La maternidad y la paternidad es un proceso...	...duro y complicado pero con ayuda se puede afrontar.
Trabajando todos juntos...	...es más fácil encontrar una solución a los problemas.
Nuestros problemas no son únicos, hay...	...otras personas que están viviendo lo mismo que nosotros y nos podemos ayudar.
A través de este programa vamos a poder...	...expresar nuestras inquietudes con respecto a nuestros/as hijos/as.

### Actividad 4. Las normas del grupo

En esta actividad que realizarán todos en común se trata de ponerse de acuerdo sobre las normas que van a regir la vida del grupo. Es importante que salgan de todos y que no sean impuestas por el mediador. Para ello los participantes las irán proponiendo a los demás justificando el porqué, y el mediador las irá apuntando en un cartel. Entre las normas deben figurar las siguientes: respetar la confidencialidad de lo que se cuente en la sesión, respetar los turnos de palabra, evitar las críticas directas no constructivas, actitud de colaboración y de apoyo entre todos, no acaparar el tiempo a costa de los demás, ser puntual y asistir con regularidad a las sesiones, entre otras.

## Sesión 0. Sesión introductoria



### Actividad 5. Nos identificamos

Para esta actividad el mediador tendrá una serie de tarjetas en blanco preparadas, y pedirá a los participantes que cada uno elabore su propia tarjeta, en la que aparecerá al menos su nombre y el nombre de sus hijos, y además podrán incluir toda la información que deseen. Pueden dibujar, utilizar recortes de revistas, formar una especie de *colage* con todo aquello que les identifique como personas y como integrantes de una familia.

Una vez elaboradas las tarjetas, el mediador las recogerá y las expondrá en un mural para que todos se familiaricen con los nombres del resto de participantes y de sus hijos. Allí mismo se puede también colgar la foto del grupo o las fotos que se hayan tomado durante la sesión.



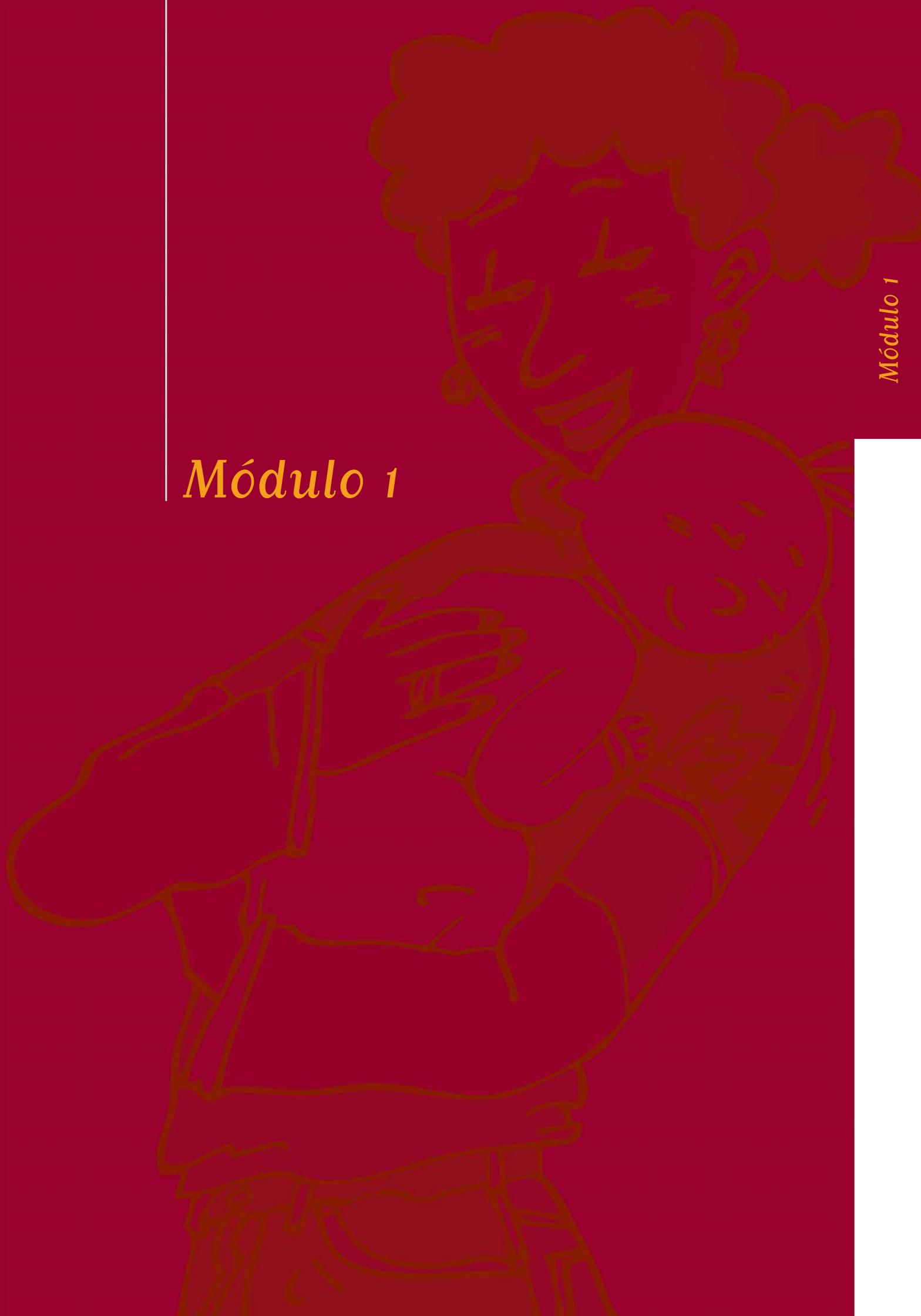
# Actividad 3



Los padres y madres tienen un papel...	...fundamental en la educación de los hijos/as.
Los que asistimos a este programa...	...creemos que podemos mejorar nuestra capacidad para educar a los/as hijos/as.
La maternidad y la paternidad es un proceso...	...duro y complicado pero con ayuda se puede afrontar.
Trabajando todos juntos...	...es más fácil encontrar una solución a los problemas.
Nuestros problemas no son únicos, hay...	...otras personas que están viviendo lo mismo que nosotros y nos podemos ayudar.
A través de este programa vamos a poder...	...expresar nuestras inquietudes con respecto a nuestros/as hijos/as.



# Módulo 1







## Módulo 1. El desarrollo del vínculo afectivo

### Introducción

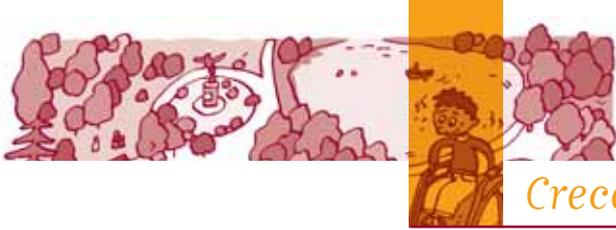
El afecto es uno de los pilares fundamentales en los que se sustentan las relaciones entre padres e hijos<sup>1</sup>. El establecimiento de relaciones afectivas saludables con su madre, con su padre u otros cuidadores próximos permite al niño/a crecer en un entorno en el que se siente seguro/a y confía en las personas que le rodean; lo que le da pie a explorar su entorno y a sentirse más motivado para aprender de cada nueva experiencia.

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

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

---

<sup>1</sup> Se utiliza el genérico de padres, cuidadores, hijos, niños o pequeños para evitar la sobrecarga del texto. En cambio se utiliza padre y madre y niño o niña, hijo o hija cuando el texto se refiera a individuos concretos para no sesgar la imagen del personaje hacia un mismo sexo.



## Crecer Felices en Familia

---

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

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

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

### Objetivos

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

### Sesiones que componen el módulo

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



### Sesión 1. Cómo se establecen las relaciones de apego

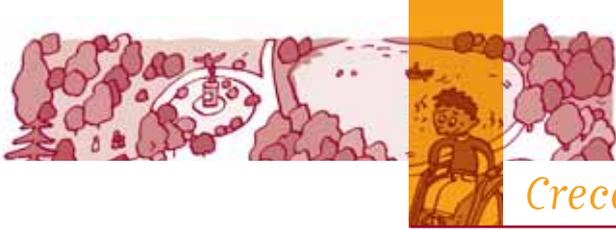
En esta sesión nos proponemos analizar el establecimiento del vínculo de apego entre el bebé y sus cuidadores y su importancia de cara a su desarrollo y bienestar. Para ello, entre otras cosas, vamos a presentar una historia que relata los primeros meses de convivencia entre un bebé y su madre. A partir de esta historia, se pretende que los participantes tomen conciencia de la variedad de situaciones de ser padres, los sentimientos que lleva aparejados desde el comienzo, el papel de las personas de su alrededor, cómo se van estableciendo las primeras relaciones con su bebé, etc. Por último, la narración servirá como guía para reflexionar sobre la propia historia de relación que cada participante ha establecido con su hijo/a. Éste es un paso previo y necesario para despertar la sensibilidad de los cuidadores hacia las necesidades de sus hijos, y promover así que ocupen un papel activo y protagonista dirigido a satisfacer estas necesidades y enriquecer su contexto de desarrollo.

#### Objetivos

- Tomar conciencia de la diversidad de maneras de vivir el papel de padres.
- Reflexionar sobre cómo influyen las distintas maneras de vivir la tarea de ser padres al inicio de la relación afectiva que se establece con los hijos.
- Revisar el tipo de relaciones afectivas que se han establecido con los hijos.

#### Actividades

- Actividad 1. La historia de Berta.
- Actividad 2. ¿Cómo me siento como padre / madre?
- Actividad 3. Compromiso personal.



- Actividad 4. Recuerda.
- Actividad de estimulación padres-hijos. ¿Quién es?

### *Recursos para las actividades grupales*

- Papel y lápiz.
- Pizarra.
- Tizas y/o rotuladores.

### *Recursos para la actividad de estimulación padres-hijos*

- Tarjetas de identificación de los participantes y sus hijos.

### **Actividad 1. La historia de Berta**

Para comenzar la actividad, el mediador lee a los participantes la siguiente historia incompleta:

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

A continuación, los participantes deben escribir, cada uno en su cuaderno, un breve final a la historia de Berta (si tienen dificultades para expresarse por escrito se puede hacer oralmente).

Cuando hayan terminado, el mediador les invita a que narren sus finales. Una vez que varios de ellos hayan participado, el mediador debe dejar claro que hay distintos finales para la misma historia, algunos de los cuales pueden suponer situaciones positivas y otras negativas para Berta y Andrea. Es importante que en el grupo se analicen las consecuencias de los distintos finales de la historia.

*Nota para el mediador: a modo de guía, se proporcionan posibles finales a la historia de Berta. Si los participantes no los aportan, sería interesante que se incluyeran en el debate:*



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

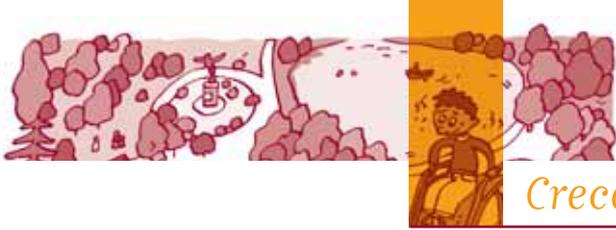
Para finalizar la actividad, el grupo debe escoger cuál es el final que más les ha gustado para la historia de Berta y argumentar por qué.

### Actividad 2. ¿Cómo me siento como madre?

En esta actividad el mediador presentará a los participantes las siguientes historias.

**Historia 1.** María tiene 20 años y es madre soltera, ya que su pareja la abandonó. Su familia, cuando se enteró que iba a ser madre, decidió también abandonarla y desde entonces está ella sola con su hijo. Durante el embarazo se sintió muy sola y en muchas ocasiones pensó que su vida era un desastre; sin embargo, cuando dio a luz en el hospital los servicios sociales la ayudaron a encontrar un trabajo, a buscar una guardería para su hijo, a encontrar a otras personas que le ayuden, y desde entonces cada vez que tiene un problema ya sabe dónde y a quién pedir ayuda.

**Historia 2.** Para Claudia quedarse embarazada fue una gran alegría porque ella y su pareja querían ser padres desde hacía bastante tiempo. Durante el embarazo toda la familia estuvo pendiente de su evolución y el momento del nacimiento fue una gran alegría para todos. Pasados los meses, Claudia y su pareja empezaron a tener muchos problemas porque las responsabilidades parentales no se asumían del mismo modo. Claudia tuvo que dejar de trabajar para ocuparse de su hija



## Crecer Felices en Familia

en solitario, y poco a poco, descubrió que su relación de pareja terminaría en una separación.

**Historia 3.** Cuando Sonia se quedó embarazada fue una gran sorpresa porque ella y su pareja habían pensado en formar una familia en un futuro bastante lejano; sin embargo, la noticia fortaleció aún más su relación. El embarazo fue algo complicado pero Sonia siempre contó con el apoyo de su pareja, su familia y amigos. Actualmente, se las arreglan muy bien en el cuidado del niño, se ayudan mutuamente, por lo que han podido seguir bastante bien, aunque con esfuerzo, con sus actividades profesionales.

**Historia 4.** El embarazo de Yolanda con apenas 17 años y menos de un año de relación con José fue un duro golpe; sin embargo, después de mucha reflexión ambos decidieron que lo mejor era enfrentarse a la situación y seguir adelante con el embarazo. Durante el embarazo ambos querían seguir con su vida anterior, pero poco a poco fueron descubriendo que no era posible, lo que generó un gran número de discusiones y peleas entre la pareja. En el momento del parto, Yolanda ya no tenía mucha relación con el padre de su hija, y su familia siempre le estaba reprochando que lo mejor hubiera sido que hubiera interrumpido su embarazo. En la actualidad su hija tiene 3 meses y Yolanda siente que no es capaz de encargarse de su cuidado.

El mediador pedirá al grupo que reflexione sobre cada una de las historias relatadas utilizando como guión el siguiente esquema: cómo se ha debido sentir cada una de las madres, cómo es su relación con la pareja, con la familia y/o con otras fuentes de apoyo, cómo llevan a cabo la tarea de cuidar a su hijo/a, y qué tipo de relaciones afectivas establecerán con éste/ésta.

Situación	Sentimientos maternos	Relación con la pareja	Relación con las personas de su entorno	Cuidado del hijo/a	Relaciones de afecto con su hijo/a
María					
Claudia					
Sonia					
Yolanda					



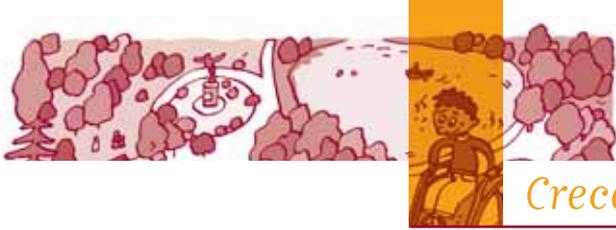
El mediador irá anotando en la pizarra las principales ideas que los participantes han expuesto para cada una de las historias, con la finalidad de tener una síntesis de las reflexiones realizadas. Además, una vez terminada la puesta en común, el mediador les pedirá que reflexionen sobre su propia experiencia y situación personal. Para ello se centrarán en los mismos aspectos de la tabla.

*Nota para el mediador: cómo se sienten los padres en su papel, las personas o instituciones que los ayuden y la percepción sobre cómo llevan a cabo su tarea serán algunos de los elementos fundamentales para generar cambios positivos en la percepción de la tarea de ser padres. Las primeras vivencias de la tarea de ser padres influyen en el establecimiento de las primeras relaciones con sus hijos; por eso, es fundamental trabajar y reflexionar sobre estos aspectos.*

### Actividad 3. Compromiso personal

Durante la semana los participantes observarán cómo se han sentido cada día de la semana en su papel como cuidador. Para ello elegirán una de las tres caras de la tabla: “sonriente” significa que durante ese día se ha sentido alegre, seguro/a, confiado/a, satisfecho/a con tu tarea. La cara “neutra” significa que las cosas no le han ido ni bien ni mal, que no se ha sentido ni alegre ni triste. La cara “triste” o “enfadada” la elegirán cuando sientan que las cosas van mal, está inseguro/a, asustado/a, triste, insatisfecho/a con sus capacidades como madre o padre. Además deben elegir el tipo de emociones y comportamientos que han predominado en su hijo/a. Esta vez la cara alegre significa literalmente que ha visto a su hijo/a en general contento, sonriente, alegre y portándose bien; la cara neutra que ha estado normal y se ha portado normal, ni bien ni mal; la cara triste que ha estado llorando mucho, inquieto/a, enfadado/a, a disgusto y se ha portado mal. Al final, se realizará un balance de cómo ha pasado la semana al ver el cuadro, si hay relación entre cómo se ha sentido cada uno y cómo intentar sentirse lo mejor posible en su rol.

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



## Crecer Felices en Familia

### Actividad 4. Recuerda

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

	Verdadero	Falso
Desde que nacen, los padres quieren a sus hijos. No hace falta hacer nada para que entre ellos surja un vínculo especial	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Cómo te sientes como madre o padre influye en las relaciones afectivas que estableces con tu hijo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Tener ayuda de otras personas facilita el sentirse bien como madre y padre	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Los vínculos afectivos se van creando en la vida cotidiana al tener que atender y cuidar a tu hijo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Los hijos, cuando son bebés, no se enteran de casi nada	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
La situación en la que uno se encuentra cuando va a ser madre o padre puede influir en el modo en que se realiza dicha tarea	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

### Actividad de estimulación padres-hijos. ¿Quién es?

Para realizar esta actividad el mediador reunirá a todos los participantes y todos los niños. Se les pide que se sienten formando un círculo, deben cerrar los ojos y el mediador se pondrá detrás de uno de ellos con un niño/a, y ya pueden abrir los ojos.

La madre o el padre debe adivinar qué niño/a es el que está a sus espaldas (recordemos que los participantes tienen sus carteles con sus nombres y los de sus hijos a la vista en el mural que se confeccionó en la sesión cero). Para ello los demás participantes deben ir dando pistas para que descubra de qué niño/a se trata, pero sin decir nunca su nombre, indicando aspectos tales como:

- **Apariencia física:** color del pelo, color de ojos, edad, altura, peso...
- **Características:** simpático, sonriente, triston, nervioso...
- Etc.

*Nota para el mediador: esta actividad debe realizarse al menos una vez con cada uno de los participantes del programa, para que todos se sientan implicados y se vayan soltando con el grupo.*

# Actividad 1

## Historia de Berta

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





# Actividad 2



Situación	Sentimientos maternos	Relación con la pareja	Relación con las personas de su entorno	Cuidado del hijo/a	Relaciones de afecto con su hijo/a
-----------	-----------------------	------------------------	---	--------------------	------------------------------------

María

Claudia

Sonia

Yolanda



# Compromiso personal



Día	Madre/Padre			Hijo/a		
Lunes	😊	😐	😞	😊	😐	😞
Martes	😊	😐	😞	😊	😐	😞
Miércoles	😊	😐	😞	😊	😐	😞
Jueves	😊	😐	😞	😊	😐	😞
Viernes	😊	😐	😞	😊	😐	😞



# Actividad 4



	Verdadero	Falso
Desde que nacen, los padres quieren a sus hijos. No hace falta hacer nada para que entre ellos surja un vínculo especial	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Cómo te sientes como madre o padre influye en las relaciones afectivas que estableces con tu hijo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Tener ayuda de otras personas facilita el sentirse bien como madre y padre	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Los vínculos afectivos se van creando en la vida cotidiana al tener que atender y cuidar a tu hijo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Los hijos, cuando son bebés, no se enteran de casi nada	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
La situación en la que uno se encuentra cuando va a ser madre o padre puede influir en el modo en que se realiza dicha tarea	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>





### Sesión 2. La sensibilidad del cuidador ante las necesidades del niño/niña

A lo largo de esta sesión veremos que nuestro hijo/a demanda muchas cosas que los padres o cuidadores podemos proporcionarles. Se muestran intranquilos y molestos porque tienen hambre, están sucios, tienen sueño, etc.; pero también demandan nuestra atención porque quieren ser protegidos, estimulados, sentirse cerca de nosotros y que les demos cariño.

Los bebés saben muy bien cómo hacerse entender, pero hace falta que nosotros, los adultos, sepamos atender a sus señales. La principal es el llanto, pero también utilizan la sonrisa, el balbuceo, extender los brazos para “pedirnos cosas”, “señalarnos cosas” o miran sonrientes hacia nosotros, para que les mostremos nuestra satisfacción con otra sonrisa.

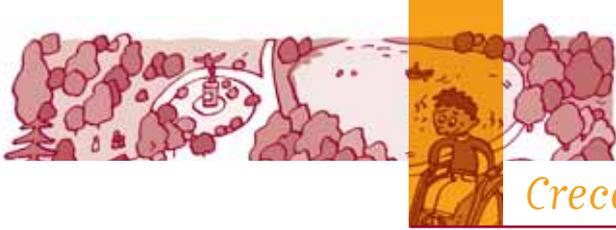
En esta sesión aprenderemos que la manera en que el adulto interpreta y responde a estas señales es fundamental para establecer una buena comunicación con los hijos, incluso antes de que sepan hablar.

#### Objetivos

- Conocer los recursos que utilizan los bebés para expresar sus demandas.
- Relacionar el tipo de respuesta del cuidador con el establecimiento de vínculos afectivos con su hijo o hija.
- Descubrir que el bebé puede establecer relaciones afectivas distintas y con varios adultos.

#### Actividades

- Actividad 1. ¿Qué hacemos ante un niño que llora?
- Actividad 2. ¿Qué consecuencias tienen nuestras reacciones?



## Crecer Felices en Familia

- Actividad 3. Compromiso personal.
- Actividad 4. Recuerda.
- Actividad de estimulación padres-hijos. Conectando con mi hijo/a.

### Recursos para las actividades grupales

- Pizarra.
- Tizas y/o rotuladores.

### Recursos para la actividad de estimulación padre-hijo/as

- Juguetes infantiles.
- Mantas.
- Cojines.
- Legos.

### Actividad 1. ¿Qué hacemos ante un niño que llora?

Para realizar esta actividad, el mediador lee a los participantes una historia en la que se narra la dificultad de Hugo para mantenerse calmado:

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

A continuación, el mediador muestra al grupo cuatro viñetas en las que aparecen una serie de madres que expresan diferentes formas de reaccionar ante esta situación:

- > **M1.2.1.1.** *(La madre aparece sola y pensando):* “Voy a dejarlo llorar hasta que se canse. Lo que tiene son mimos” .
- > **M1.2.1.2.** *(La madre se acerca a la cuna y, molesta, dice a Hugo):* “Cállate ya, me tienes cansada, no sé lo que quieres” .
- > **M1.2.1.3.** *(La madre coge el teléfono y llama a una amiga):* “Tengo un problema con el niño, ¡ven para ocuparte de él!” .
- > **M1.2.1.4.** *(La madre coge al niño en brazos cariñosamente mientras le dice):* “Venga Huguito, chiquitín, tranquilo. Pobrecito, parece que tiene gases” .
- > **M1.2.1.5.** *(La madre se dirige a su marido y le dice, orgullosa,):* “Tú no hagas nada, el niño sólo se calma conmigo. Está muy unido a mí y me necesita todo el tiempo” .



La pregunta que el mediador planteará a los participantes en la discusión será la siguiente:

*¿Con cuál de estas situaciones te sientes más identificado/a? ¿Podrías darnos un ejemplo de reacciones similares a éstas en tu caso?*

### **Actividad 2. ¿Qué consecuencias tienen nuestras reacciones?**

La dinámica de esta actividad es muy parecida a la anterior; sin embargo, en cada una de las viñetas se presentan historias familiares de niños y niñas con diferentes edades, con la finalidad de que los participantes puedan reflexionar sobre los diferentes modos que los niños utilizan para demandar algo y las formas en que sus padres les responden.

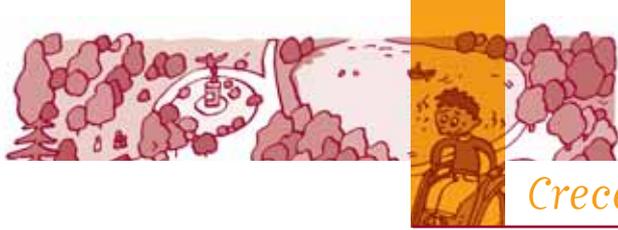
El mediador divide al grupo en parejas (si el grupo es numeroso se pueden hacer subgrupos de 4 ó 5 personas), de manera que cada subgrupo trabaje todos los episodios. La finalidad es que los participantes puedan reflexionar sobre las diferentes formas de actuar ante las demandas de los hijos y las posibles consecuencias de sus actuaciones.

A continuación, el mediador muestra al grupo las dos historias familiares y las diferentes formas de actuar ante las demandas de sus hijos, presentado con un soporte gráfico. En las que deben detectar:

- ¿Se ha percibido la demanda o no?
- ¿Cuál ha sido la actuación del padre/madre?
- ¿Consecuencias que podría tener esta actuación?

**Historia 1.** (M1.2.2.1). Alba es una niña de 5 años que acaba de tener un hermanito. Está todo el rato pendiente del niño y quiere jugar con él. Siempre parece que está acechando al niño y casi nunca está jugando tranquila, como hacía antes. El otro día, casi quema a su hermano con el biberón porque se puso a dárselo antes de enfriarlo, sin darse cuenta de que estaba todavía caliente para el bebé. La madre se enfadó mucho y la mandó fuera de la habitación por no haber cuidado del hermano...

**Historia 2.** (M1.2.2.2). Pedro es un niño de 3 años que siempre ha sido muy miedoso. Su madre se pasa el día pendiente de su hijo por si necesita su ayuda o tiene miedo, pero su padre considera que su hijo es un "miedica" y culpa a su mujer de sobreprotegerlo demasiado. El pasado sábado cuando Pedro estaba en el parque con su padre se subió al tobogán, pero cuando se disponía a bajar le entró mucho miedo y empezó a llorar. Su



## Crecer Felices en Familia

padre se dio media vuelta y le dejó solo allí arriba para que viera que no le pasaba nada y que podía bajar solo...

El mediador irá anotando en la pizarra las principales ideas que los participantes han expuesto para cada uno de los episodios, con la finalidad de tener un resumen de las reflexiones realizadas. Para ello podrá utilizar el siguiente esquema, que irá rellenando a medida que vayan aportando ideas (*La información que aparece en el cuadro es para uso del mediador, no de los participantes*):

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

Tras reflexionar sobre las dos historias, se muestra una tercera viñeta en blanco, con la pregunta: "¿Y yo?". Se piden ejemplos de situaciones en la que nuestro hijo/a nos ha necesitado y nosotros/as hemos tenido que responder a esa demanda.

- ¿Qué hago yo ante una situación parecida?
- ¿Qué pienso y cómo me siento?
- ¿Cómo reacciona mi hijo/a ante lo que yo hago?

Para finalizar la actividad, se realiza una puesta en común, que se centrará en discutir las consecuencias de las distintas reacciones de los padres ante las demandas de sus hijos.



### Actividad 3. Compromiso personal

El compromiso de esta sesión consiste en que los/as participantes anoten, a lo largo de la semana, cuáles son las distintas formas que tiene su hijo/a de comunicarse con ellos para pedirles cosas, cómo manifiestan sus sentimientos y emociones para conseguir algo.

Los participantes tendrán que seleccionar una de las situaciones ocurridas durante la semana y analizar cómo se ha comportado su hijo/a y qué dificultades han tenido ellos para responder de manera satisfactoria a la demanda de su hijo/a.

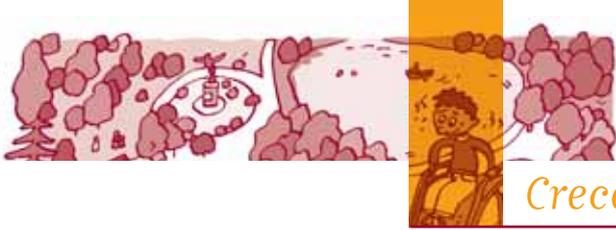
Para ello realizarán el registro en la hoja "Compromiso personal", escribiendo en la primera columna el compromiso que desean conseguir y en la siguiente columna el grado de cumplimiento que han conseguido: total, medio o bajo grado de cumplimiento.

Compromiso 1		
Situación	Reacción del hijo/a	Dificultades
		  

### Actividad 4. Recuerda

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

	Verdadero	Falso
Los bebés lloran porque quieren mimos. Es mejor dejarlos en su cuna para no acostumbrarlos mal		
Los niños tienen muchas formas de manifestar lo que quieren y lo que sienten (el llanto, la sonrisa, los balbuceos...)		
A un bebé le da igual que le dejen solo porque es muy pequeño para darse cuenta		
Los niños tienen que vivir en un entorno predecible donde los adultos se pongan de acuerdo sobre la forma de atenderlos		



### **Actividad de estimulación padres-hijos. Conectando con mi hijo/hija**

Para esta actividad el mediador debe dividir a los participantes en dos grupos: por un lado aquellos que tengan hijos entre 0 y 2 años, y por otro lado los que tengan hijos entre 3 y 5 años.

#### *Grupo de 0-2 años. ¿Qué me quiere decir mi hijo?*

Se preparará una zona de la sala con juegos, mantas, cojines, etc., para que los niños puedan jugar tranquilamente. La tarea de los participantes consistirá en entender lo que su hijo/a le quiere decir, no sólo con el llanto, sino también con miradas, gestos, acciones, balbuceo, etc., comunicándole al mediador y a los demás participantes lo que va observando en cada momento. Los demás pueden ayudar a interpretar con lo que se dan cuenta de que los adultos estamos capacitados para hacerlo aunque no sea nuestro propio hijo o hija.

El mediador debe estar atento a las señales del niño o niña para indicar a los participantes que presten atención a aquellas que no se hayan dado cuenta por sí mismos, y ayudarles a interpretarlas correctamente.

Por ejemplo: si el bebé mira un objeto y sonríe querrá decir que es un objeto que le resulta agradable. O si el bebé llora o se pone nervioso cuando le hablamos en un tono de voz determinado será que le resulta desagradable.

#### *Grupo de 3-5 años. ¿Hacemos algo juntos?*

Para esta actividad se reúne a los participantes con sus hijos por parejas para realizar un juego de construcción (lego). La instrucción que debe dar el mediador es que cada pareja debe decidir qué es lo que quiere construir; a continuación debe ir poniendo una pieza cada uno, y no se puede seguir construyendo si el anterior no ha puesto su pieza. Así es necesaria la colaboración de ambos para poder llegar a realizar la construcción.

El mediador debe estar atento a las reacciones de los participantes ante los comportamientos de sus hijos, para solicitarles que ellos mismos sean los que controlen la reacción de su hijo/a.

Por ejemplo: si su hijo se adelanta, intentando poner una pieza cuando no le toca, hay que explicarle que es necesario seguir un orden y debe aprender a esperar.

# Compromiso personal



## Compromiso 1

Situación    Reacción del hijo/a    Dificultades





# Actividad 4



Verdadero

Falso

---

Los bebés lloran porque quieren mimos.  
Es mejor dejarlos en su cuna para  
no acostumbrarlos mal

---

Los niños tienen muchas formas de manifestar  
lo que quieren y lo que sienten (el llanto,  
la sonrisa, los balbuceos...)

---

A un bebé le da igual que le dejen solo  
porque es muy pequeño para darse cuenta

---

Los niños tienen que vivir en un entorno  
predecible donde los adultos se pongan  
de acuerdo sobre la forma de atenderlos

---





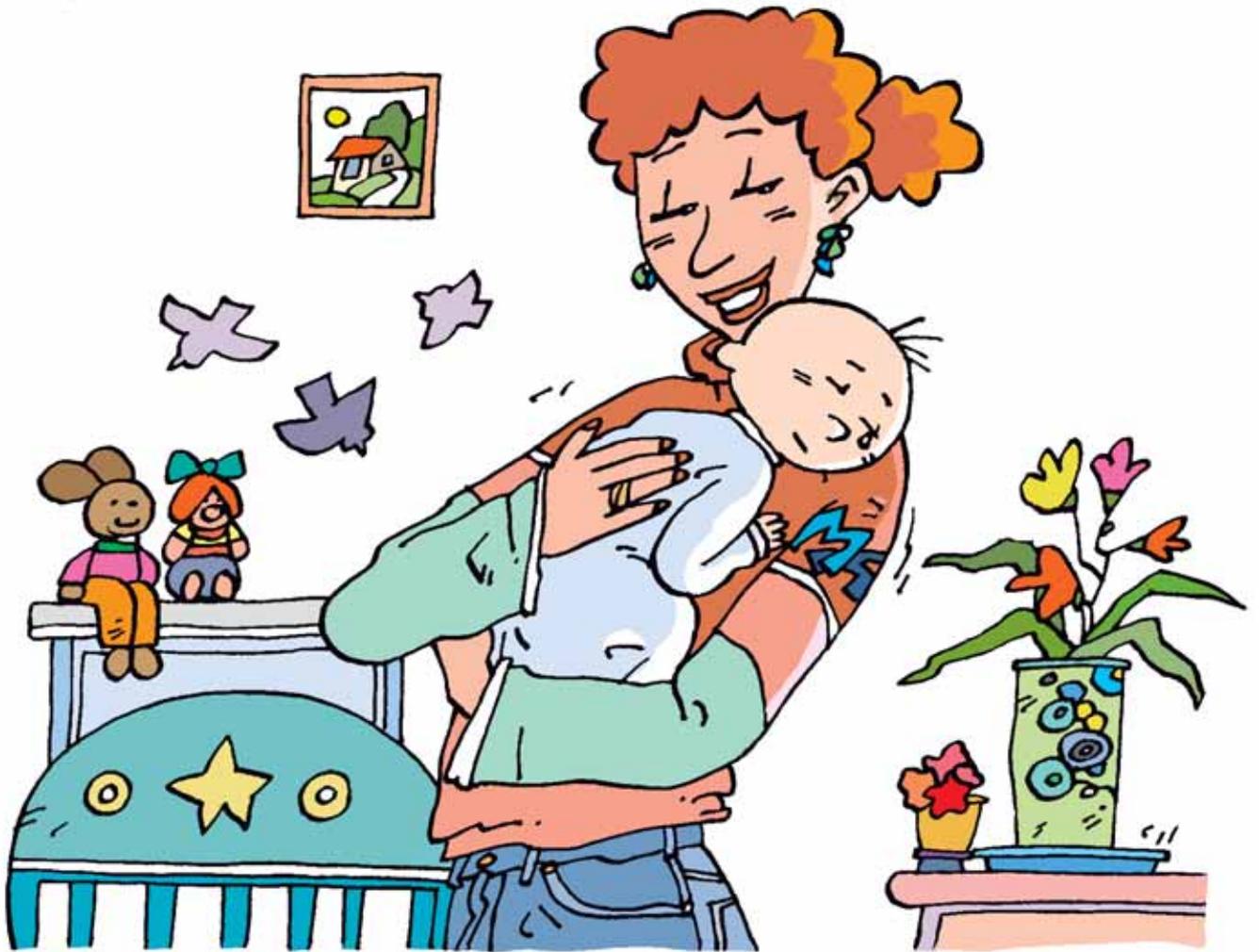




























## Sesión 3. Cuando el niño nos lo pone difícil

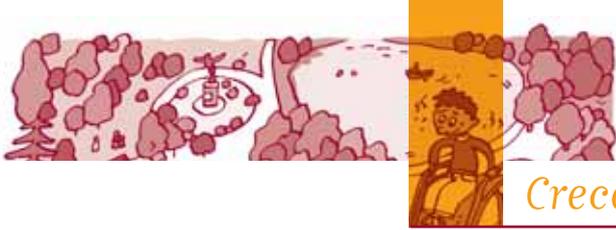
Hemos visto que las relaciones afectivas dependen de cómo se porte el cuidador con el bebé. Eso es cierto, pero también la manera de ser del niño/a influye en esa relación. En esta sesión vamos a analizar las características de los niños que influyen en la relación afectiva que establecen con el padre, la madre o el cuidador principal. Su temperamento, su capacidad de comunicación, la frecuencia con la que se pone enfermo, etc., son aspectos que pueden afectar a la manera en que nos comportamos con nuestros hijos.

Además, vamos a debatir qué lugar queda para los padres y las madres: ¿son ellos los únicos responsables del vínculo que establecen con sus hijos o, por el contrario, no tienen nada que hacer al respecto?; es decir, en este baile de los afectos, ¿quiénes llevan el compás, los padres o los hijos?

Por último, proponemos la realización de una reflexión personal dirigida a tratar de comprender qué circunstancias de nuestra propia vida pueden estar dificultando que podamos disfrutar al máximo la relación afectiva con nuestros hijos.

### Objetivos

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



### Actividades

- Actividad 1. No todos los niños son iguales.
- Actividad 2. ¿Quién lo pone más difícil: los padres o los hijos?
- Actividad 3. Cómo somos mi niño/a y yo.
- Actividad 4. Compromiso personal.
- Actividad 5. Recuerda.
- Actividad de estimulación padres-hijos. Aprendiendo el idioma de los niños.

### Recursos para las actividades grupales

- Pizarra.
- Tizas y/o rotuladores.
- Tarjetas de color verde, amarillo y rojo.
- Cartulinas.
- Cinta adhesiva y/o pegamento de barra.

### Recursos para la actividad de estimulación padre-hijo/as

- Bañera.
- Toalla.
- Polvos de talco.
- Pañales.
- Asiento cómodo.
- Biberón.
- Mesa.
- Tazas.
- Cubiertos.
- Mantas.
- Parques de estimulación.
- Jabón de baño.
- Crema.
- Cambiador.
- Toallitas.
- Cojines.
- Leche.
- Sillas.
- Vasos.
- Alimentos de merienda.
- Juegos infantiles.

### Actividad 1. No son todos los niños iguales

Para comenzar la actividad, el mediador presenta al grupo las siguientes historietas, acompañadas de una viñeta gráfica.

- > **Óscar, el niño llorón (M1.3.1.2).** Óscar tiene ocho meses. Desde que nació ha sido un niño muy difícil de cuidar, llora casi todo el rato, da



problemas para comer y todavía no duerme bien por las noches. Es difícil comunicarse con él, porque se inquieta y se pone a llorar. La gente no suele querer quedarse con él porque no saben cómo tratarlo.

- > **Isabel, la niña tranquila (M1.3.1.2).** Isabel tiene ocho meses. Desde que nació ha sido una niña muy tranquila, siempre ha comido bien, se acostumbró rápido a dormir toda la noche, y a menudo sonríe y se muestra dispuesta a comunicarse con su madre. La gente suele pensar que es muy divertido pasar un rato con la niña.
- > **María, la niña enferma (M1.3.1.3).** María tiene doce meses y siempre ha sido muy enfermiza, cuando no tiene un catarro tiene gases. Desde que llegó a casa, su madre ha tenido mucho miedo de que se ponga enferma, ya que la niña es muy delicada y se pone enferma con frecuencia. Su madre siente que no ha podido disfrutar de su hija.

A continuación, los participantes responderán a las siguientes cuestiones. En primer lugar las responderán en parejas y a continuación se realizará una puesta en común.

### Cuestiones

1. ¿Crees que el comportamiento del niño/a influye en la relación entre su madre y él/ella?

---

---

2. ¿Cuáles son los sentimientos de una madre cuando su hijo/a llora mucho o está siempre enfermo? ¿Crees que sus sentimientos afectan a la relación con su hijo/a?

---

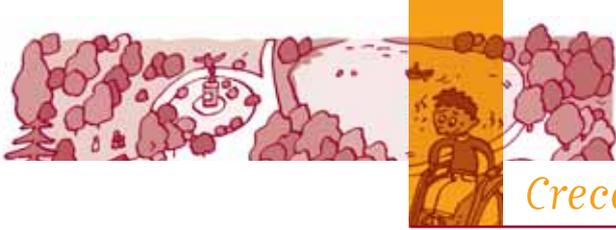
---

3. ¿Qué puede hacer la madre de la primera historietta para establecer una buena relación afectiva con su hijo? (hacer la misma pregunta respecto a la segunda y la tercera historietta).

---

---

Las propuestas que los participantes expongan en la puesta en común se anotarán en la pizarra para extraer, a partir de ellas, las conclusiones de la actividad.



### Actividad 2. ¿Quién lo pone más difícil: los padres o los hijos?

Para realizar esta actividad el mediador organiza a todos los participantes, salvo a tres, que actuarán de presentadores y observadores, en dos grupos, de forma aleatoria. A continuación, les propone realizar un simulacro de un debate de televisión. En el debate, uno de los grupos debe defender la idea de que las características de los niños pueden dificultar la relación adecuada y saludable con sus padres (p.e., porque son muy nerviosos, porque están enfermos, porque demandan demasiado, etc.). Mientras, el otro grupo tratará de defender que son los propios padres quienes, por su forma de comportarse con los niños, pueden establecer relaciones poco adecuadas con sus hijos (p.e. porque están deprimidos, porque tienen muchos problemas que las alteran y terminan con su paciencia, porque tienen muchas cosas que hacer, porque se comunican poco con sus hijos/as y no les prestan atención, etc.).

De los tres participantes restantes, una de ellos será el/la presentador/a del programa de televisión y moderador/a del debate, mientras que los otros dos serán observadores.

El debate durará 15 minutos, durante los cuales el mediador no intervendrá. No importa que los participantes compartan o no la idea que tienen que defender. La actividad consiste en buscar argumentos a favor de la opción que les ha tocado independientemente de que compartan o no los argumentos.

Cuando el tiempo del debate haya terminado será el turno de los observadores, quienes deberán dar sus impresiones sobre el debate y sus propias opiniones.

Finalmente, entre todos los participantes tratarán de obtener las conclusiones de la actividad, que deberán responder a la pregunta:

*¿Quién desempeña un papel más importante en el establecimiento de relaciones afectivas: los padres, los hijos o ambos?*

*Nota para el mediador: en el caso de que sean pocos participantes, el mediador puede adoptar el papel de moderador y eliminar el del observador, de modo que al terminar la actividad todos comenten y den sus impresiones sobre el debate.*

### Actividad 3. Cómo somos mi niño/a y yo

En esta actividad se propone a los participantes que identifiquen tipos de situaciones, comportamientos de su hijo/a y comportamientos propios que dificultan el establecimiento de un vínculo afectivo saludable entre ellos y sus niños.

## Modulo 1



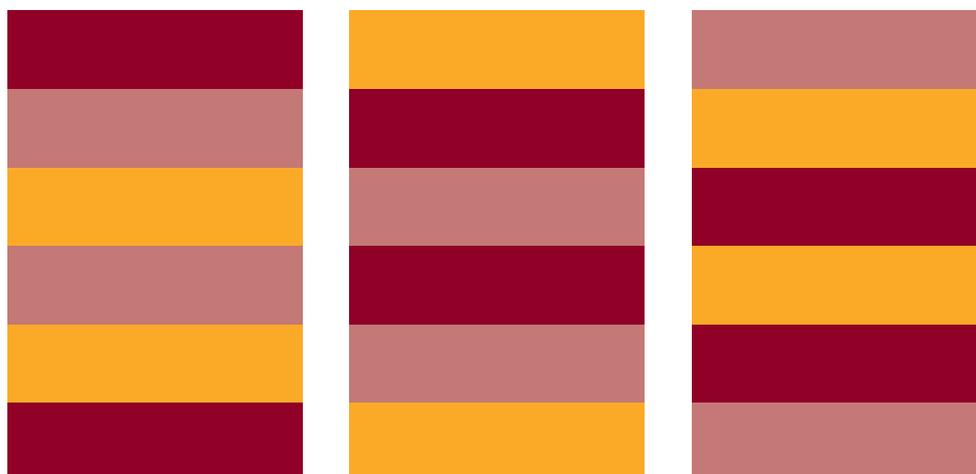
La primera parte de la actividad es individual, ya que consiste en que cada uno reflexione sobre sus circunstancias particulares. Para ello, el mediador planteará al grupo las siguientes preguntas y cada participante tendrá que responderlas anotándolas en una cartulina de color diferente.

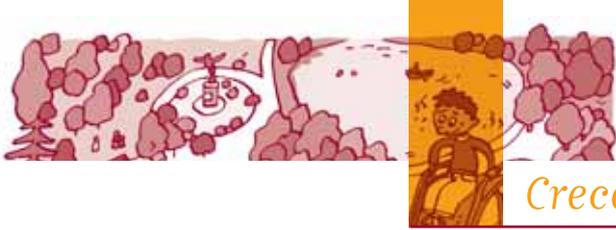
- ¿Qué problemas con mi pareja, familia, amigos o mi trabajo hacen difícil que mi hijo/a y yo nos comuniquemos? (trabajo, familia, amigos, pareja...) → Tarjeta color rojo.
- ¿Qué cosas de mi hijo o hija hacen difícil que nos comuniquemos? → Tarjeta color verde.
- ¿Qué cosas de mi carácter y comportamiento hacen difícil que me comunique con mi hijo/a? → Tarjeta color amarillo.

Cada una de estas cosas son obstáculos que dificultan el establecimiento de buenas relaciones con los niños. Así es que para visualizarlo cada uno será un ladrillo de un determinado color que va formando un muro entre el bebé y su padre/madre, que es el que impide la comunicación entre ellos. Se construye un muro entre todos los/as participantes, con las tarjetas que ellos/as mismos/as han rellenado, y se reflexiona sobre: ¿qué tipo de obstáculos son los que más predominan? ¿qué podemos hacer para superarlos?

Entre todos, se tratará de dar alternativas sobre estrategias que deben seguirse para superar dificultades específicas a la hora de establecer relaciones afectivas con los/as hijos/as.

**Bebé → ← Padre**





**Actividad 4. Compromiso personal**

El compromiso que se propone consiste en que cada uno de los participantes a través de la actividad anterior reflexione sobre cuáles son los obstáculos propios, de sus hijos, de la situación, etc., y seleccione al menos una estrategia para superar los obstáculos y mejorar la relación con su hijo/a.

Los participantes realizaran el registro en la hoja "Compromiso personal", escribiendo en la primera columna el compromiso que desean conseguir y en la siguiente columna el grado de cumplimiento que han conseguido: total, medio o bajo grado de cumplimiento.

**Cuadernillo de registro**

Compromiso 1	
Obstáculo	Estrategia
	  

**Actividad 5. Recuerda**

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

	Verdadero	Falso
La forma de ser de los hijos afecta al modo en que los padres se relacionan con ellos		
Los problemas de los padres no afectan a la relación con sus hijos		
Si tengo problemas o me siento mal, no puedo hacer nada para mejorar la relación con mi hijo/a		
Si un niño llora o es muy nervioso, es siempre por culpa del padre o de la madre		



### **Actividad de estimulación padres-hijos. Aprendiendo el idioma de los niños**

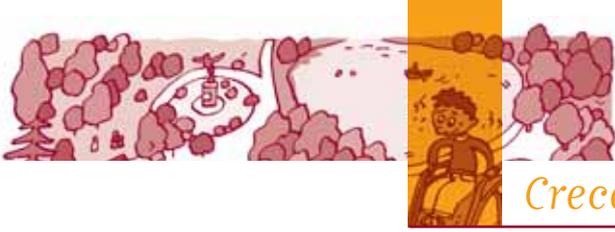
Para esta actividad el mediador debe preparar la sala dividiéndola en rincones, que son los siguientes:

- Rincón “ Baño ” . Este rincón está destinado a bañar al bebé, y por tanto debe estar habilitado con una pequeña bañera, jabón de baño, toalla, crema, polvos de talco, etc.
- Rincón “ Pañales ” . Este rincón está destinado a cambiar los pañales al bebé, y por tanto debe estar habilitado con un cambiador, pañales, toallitas, etc.
- Rincón “ Toma ” . Este rincón está destinado a dar la toma de biberón o pecho a los bebés, y por tanto debe estar habilitado con un asiento cómodo, un cojín, biberón, leche, etc.
- Rincón “ Merienda ” . Este rincón está destinado a dar la merienda a los/as niños/as mayores, y por tanto debe estar habilitado con una mesa, varias sillas, tazas, vasos, cubiertos, alimentos de merienda, etc.
- Rincón “ Juego ” . Este rincón está destinado a jugar con los/as niños/as mayores, y por tanto ha de estar habilitado con juegos que faciliten la interacción madre/padre-hijo.
- Rincón “ Juego con bebés ” . Este rincón está destinado a jugar y estimular a los bebés, y por tanto debe estar habilitado con mantas, cojines, juegos infantiles, parques de estimulación, etc.

A continuación, se dividirá a los participantes por rincones dependiendo de la edad que tengan sus hijos, cada rincón tendrá un participante que tendrá que fijarse en el modo en que hablan con sus hijos, y cómo éstos intentan comunicarse con ellos durante la actividad típica del rincón. Dependiendo del número de personas en el grupo se podrán practicar más o menos rincones, pero no importa porque esta misma actividad se repite en la siguiente sesión.

El resto de los participantes debe estar atento a la interacción y sugerir a la persona que está en el rincón cosas que puede decir, o cómo las puede decir, y por otro lado, también interpretar la comunicación que el o la niña está estableciendo con él/ella.

Toda la actividad y los comentarios deben estar supervisados por el mediador ya que, si no, se corre el riesgo de adquirir pautas inadecuadas unos de otros.



## Crecer Felices en Familia

---

*Nota para el mediador: hay que tener en cuenta en todo momento que emitir sonidos o ruido, por parte del padre/madre, no es comunicación. Se debe dejar claro que en la comunicación es muy importante la entonación, el tono de voz, el uso de diminutivos, la repetición de las palabras, etc., y que se establece un turno de palabra en la interacción con un niño aunque éste todavía no sea capaz de hablar.*

Por ejemplo: Una madre está bañando a su bebé cuando éste comienza a sonreír, y en la madre no se observa ninguna reacción. En este caso, otro de los participantes podría proponerle cosas como: decirle que está muy guapo, o que sabe que le gusta el agua.

# Cuestiones



1. ¿Crees que el comportamiento del niño/a influye en la relación entre su madre y él/ella?

---

---

2. ¿Cuáles son los sentimientos de una madre cuando su hijo/a llora mucho o está siempre enfermo? ¿Crees que sus sentimientos afectan a la relación con su hijo/a?

---

---

3. ¿Qué puede hacer la madre de la primera historieta para establecer una buena relación afectiva con su hijo? (hacer la misma pregunta respecto a la segunda y la tercera historieta).

---

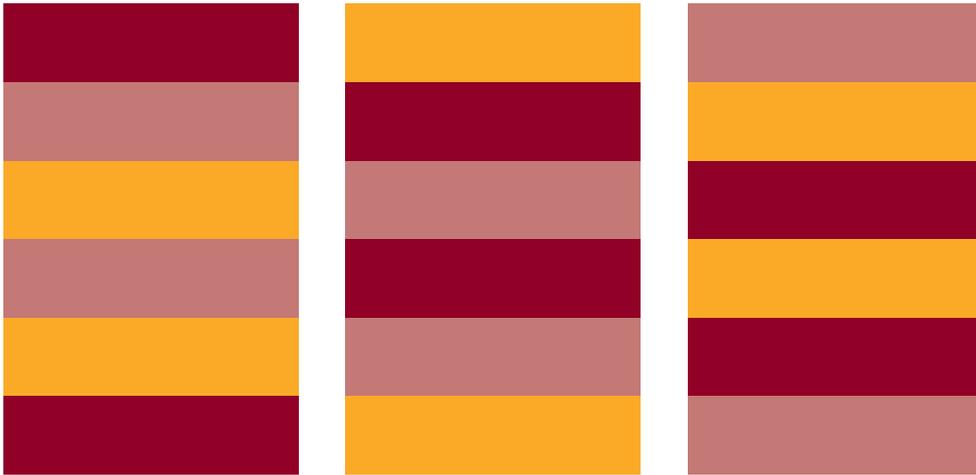
---



# Actividad 3



Bebé → ← Padre





# Actividad 5



Verdadero

Falso

La forma de ser de los hijos afecta al modo en que los padres se relacionan con ellos

Los problemas de los padres no afectan a la relación con sus hijos

Si tengo problemas o me siento mal, no puedo hacer nada para mejorar la relación con mi hijo/a

Si un niño llora o es muy nervioso, es siempre por culpa del padre o de la madre



# Compromiso personal



## Compromiso 1

Obstáculo      Estrategia



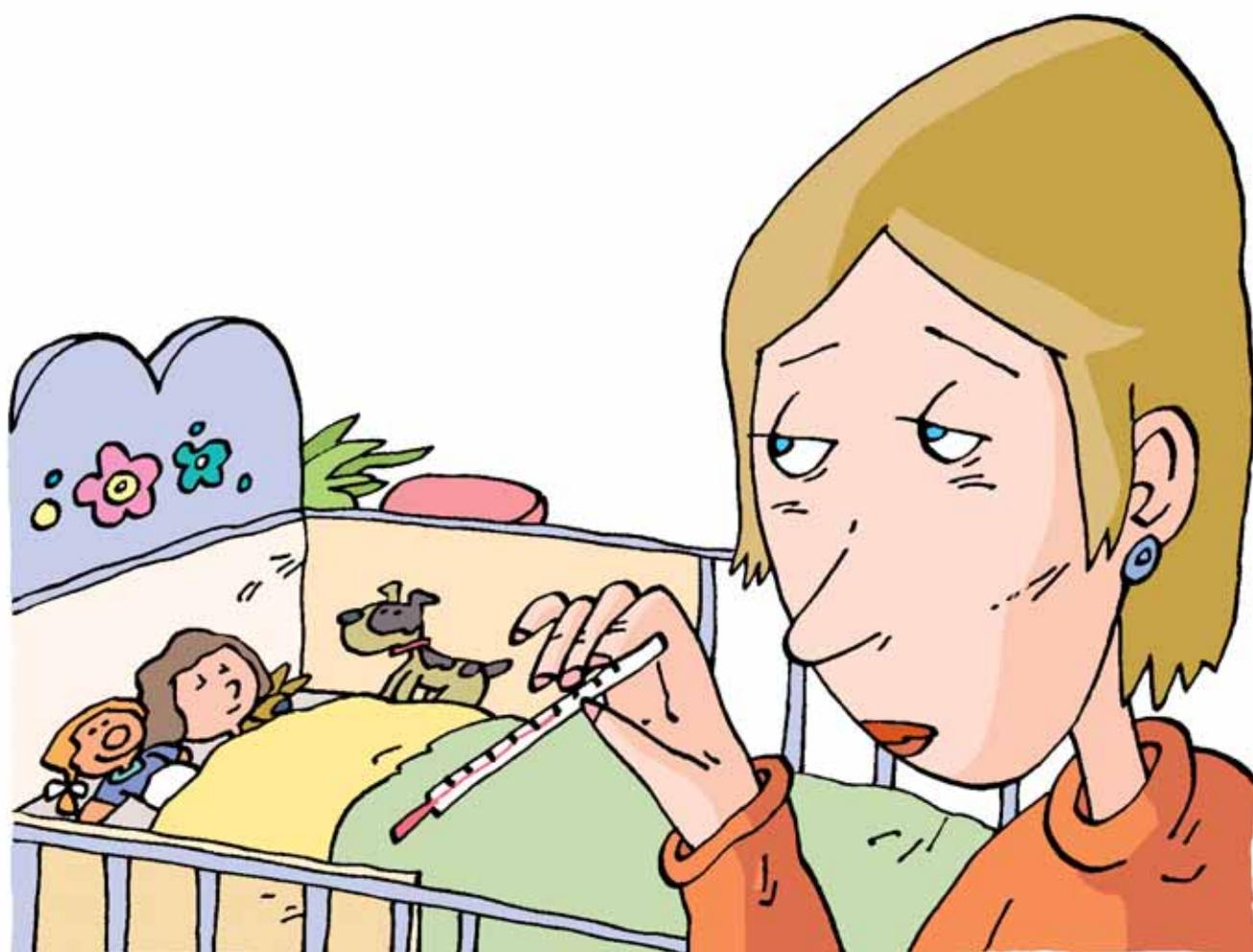
















## Sesión 4. Los tipos de apego y sus consecuencias para el/la niño/a

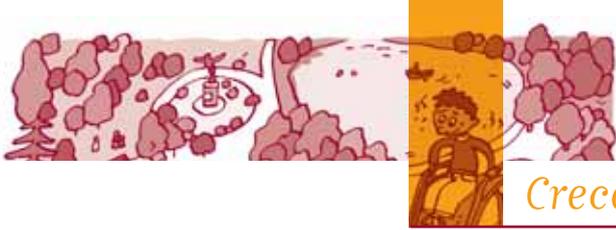
En esta sesión proponemos explorar cómo el/a niño/a va estableciendo vínculos afectivos con las personas que le cuidan y le quieren a lo largo del primer año de vida y los posteriores. Además, vamos a profundizar un poco más en estas relaciones identificando los distintos tipos de vínculos que los padres pueden establecer con sus hijos. Esto nos va a ayudar a comprenderlos mejor y a entender cuáles son sus consecuencias de cara al desarrollo de nuestros hijos.

Por eso, hoy también vamos a pensar en el futuro. Ahora nuestros hijos son muy pequeños pero, como ya hemos visto, las relaciones afectivas se establecen muy temprano en la vida del ser humano. La relación de afecto que el bebé establezca con sus padres o cuidadores va a influir en muchos aspectos de su vida. Por un lado, en su manera de comunicarse con los demás y vivir las relaciones afectivas. Por otro, en su forma de comportarse y conocer el mundo. Y, finalmente, en su manera de pensar sobre sí mismo/a.

Seguro que la sesión de hoy nos va a ayudar a reforzar la idea del importante papel que tenemos como madres y padres.

### Objetivos

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



### Actividades

- Actividad 1. ¿Quién me ayuda de verdad?
- Actividad 2. El camino del apego.
- Actividad 3. Distintas maneras de relacionarnos con nuestros hijos.
- Actividad 4. Compromiso personal.
- Actividad 5. Recuerda.
- Actividad de estimulación padres-hijos: Aprendiendo el idioma de los niños (continuación).

### Recursos para las actividades grupales

- Objeto que esconder (bolígrafo, móvil, etc.)
- Pizarra.
- Tizas y/o rotuladores.
- Carteles blancos grandes.
- Televisión.
- Reproductor de vídeo o DVD.

### Recursos para la actividad de estimulación padre-hijo/as

- Bañera.
- Toalla.
- Polvos de talco.
- Pañales.
- Asiento cómodo.
- Biberón.
- Mesa.
- Tazas.
- Cubiertos.
- Mantas.
- Parques de estimulación.
- Jabón de baño.
- Crema.
- Cambiador.
- Toallitas.
- Cojines.
- Leche.
- Sillas.
- Vasos.
- Alimentos de merienda.
- Juegos infantiles.

### Actividad 1. ¿Quién me ayuda de verdad?

Para realizar esta actividad el mediador pedirá un voluntario/a del grupo, para realizar una actividad conjunta. Una vez elegida la persona se le pedirá que abandone el aula o sala donde se desarrolla la sesión y que espere fuera



unos minutos. Mientras tanto, el mediador organiza al resto en dos grupos de forma aleatoria y les explica la dinámica del juego.

La actividad consiste en que cuando entre el/la participante que está fuera tiene que encontrar un objeto que se ha escondido y que él/ella no sabe dónde está. Uno de los grupos ayudará mucho a la persona a buscar el objeto, sus respuestas serán adecuadas a lo que se busca; mientras que el otro grupo no prestará ninguna atención y cuando se le pregunte no responderá de manera correcta.

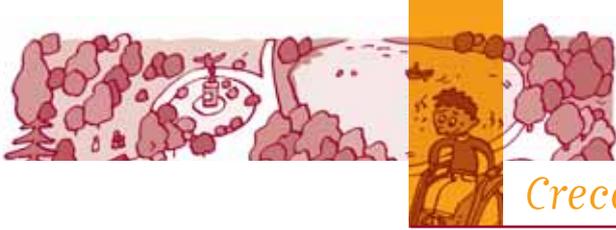
Cuando la persona consiga encontrar el objeto escondido, el mediador reflexionará con el grupo sobre cuáles han sido las personas a las que se preguntaba con mayor frecuencia y, por lo tanto, a las que más se les pedía ayuda, haciéndoles notar que se pide más ayuda a las personas que mejor respondían

*Nota para el mediador: es importante reflexionar con los participantes que las personas de las que se obtienen respuestas seguras serán a las que más ayuda van a solicitar los niños y niñas; con los que más seguros y contentos se sentirán por haber sido atendidos y guiados. En la medida en que los padres y las madres manifiesten respuestas adecuadas a sus hijos e hijas, éstos desarrollarán una mayor seguridad.*

### Actividad 2. El camino del apego

Para comenzar esta actividad, el mediador muestra a los participantes una serie de viñetas en las cuales se muestra a Víctor, desde su nacimiento hasta los cinco años, interactuando con otras personas.

- > **M1.4.2.1.** Víctor recién nacido en el hospital. Varios adultos se lo pasan de unos brazos a otros, y el niño se muestra tranquilo.
- > **M1.4.2.2.** Víctor de 3 meses. Situación similar a la anterior, pero esta vez en el salón de una casa.
- > **M1.4.2.3.** Víctor de 7 meses. Otro adulto lo coge de los brazos de su madre, y el niño llora y se muestra incómodo.
- > **M1.4.2.4.** Víctor de 1 año. Varias personas llegan a casa diciendo "Feliz cumpleaños", pero el niño esconde su cara en los brazos de su madre.
- > **M1.4.2.5.** Víctor de 3 años. En el parque, el niño se aleja de su madre hacia los columpios, donde hay otros niños/as, pero gira la cabeza para mirar a su madre.
- > **M1.4.2.6.** Víctor de 5 años. En el baño, el niño se baña solo pero le pide ayuda a la madre para secarse el pelo.



## Crecer Felices en Familia

Tras mostrar las viñetas, el mediador hará una pregunta al grupo:

*“¿Qué cambios ves en Víctor desde que nació hasta ahora?”*

Los participantes deben dar sus interpretaciones a la historieta que muestran las viñetas.

*Nota para el mediador: para guiar el debate, puede proponer cuestiones como: “¿Es que Víctor es cada vez más tímido?”, “¿Es normal lo que le ocurre?”, “¿Tal vez la madre lo ha mimado demasiado y por eso no quiere ir con otras personas?”. Paulatinamente, irá dirigiendo el debate hacia cuestiones como que Víctor ha ido estableciendo una relación afectiva o de apego con su madre. Esto no sucede desde el principio, sino a partir de los 6 u 8 meses. Por eso cuando era recién nacido estaba bien con distintas personas, pero cuando creció un poco prefería a su madre. En realidad, es una buena señal. “¿Y qué le sucede cuando es mayor, en la última viñeta?”, pues que Víctor se siente lo suficientemente seguro como para explorar el mundo que le rodea, especialmente cuando su madre está cerca.*

*El mediador enfatizará la idea de que el apego en los niños de más edad se manifiesta de muchas maneras, como por ejemplo: pidiendo ayuda o consejo, buscando apoyo, comentando problemas y preocupaciones, etc.*

Para finalizar, el mediador lanzará al grupo la pregunta:

*“¿Cuál es la historia de apego de tu hijo/a?” ¿En qué momento está?*

Los participantes irán narrando cómo han vivido la relación de su hijo/a con otras personas, desde su nacimiento hasta el momento actual. El mediador pedirá que narren también las interpretaciones que han dado a las distintas reacciones de su hijo/a ante las personas que le rodean o le visitan.

### **Actividad 3. Distintas maneras de relacionarnos con nuestros hijos**

Para realizar esta actividad el mediador presentará al grupo un vídeo con cuatro situaciones en cada una de las cuales se muestra a un niño de 4 años, que se acaba de despertar asustado de una pesadilla y necesita a su padre o a su madre. En cada situación se describe un tipo de apego materno-filial.

#### *Apego Seguro*

Lucas lleva dos horas dormido en su cama; de pronto se despierta asustado tras una pesadilla. Lucas llama desconsolado a su madre (Carmen): “Mamá, mamá”, y ésta, que está en el salón, se acerca a ver qué le ha pasado.



Al abrazarle para consolarle, Lucas se agarra a ella y se va tranquilizando poco a poco, mientras la madre le dice, mientras le acaricia la espalda: "No pasa nada, ya pasó, ya pasó".

Carmen se queda un rato con Lucas, lo vuelve a meter en la cama y se va cuando observa que se ha quedado tranquilo.

### *Apego Huidizo*

Pedro lleva dos horas dormido en su cama; de pronto se despierta asustado tras una pesadilla. Ana le oye llorando desde el salón y se acerca a ver qué le ha pasado.

Al intentar abrazarle para consolarle, Pedro la rehúye y se queda en la esquina de la cama entristecido. Aunque Ana sigue intentando acercarse para acariciarle, diciendo: "Pero, Pedro, ven aquí", Pedro sigue evitando su contacto, como si prefiriera estar solo.

En vista de que Pedro no quiere el consuelo de su madre, Ana se marcha y lo deja en la habitación.

### *Apego Ambivalente*

Felipe lleva dos horas dormido en su cama; de pronto se despierta asustado tras una pesadilla. Felipe llama desconsolado a su padre (Carlos): "Papá, papá", y éste que está en el salón se acerca a ver qué le ha pasado.

Al llegar Carlos, Felipe le extiende los brazos para que le coja. Carlos le coge entre sus brazos pero no consigue que Felipe se calme, sino todo lo contrario, el niño se pone más nervioso y llora aún más.

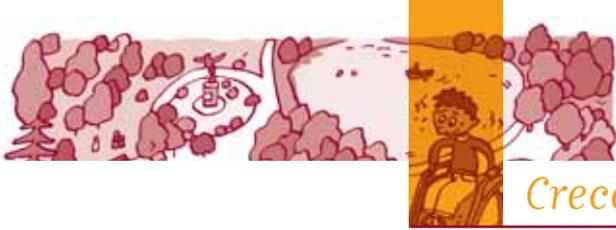
En vista de que no consigue nada, Carlos le dice: "Como no te tranquilizas, me marcho", y se dirige hacia la puerta. A lo que Felipe reacciona inmediatamente diciendo: "No, no, papá no te vayas".

### *Apego Desorganizado*

Daniel lleva dos horas dormido en su cama; de pronto se despierta asustado tras una pesadilla. Daniel llama desconsolado a su madre (Rosa): "Mamá, mamá", y ésta, que está hablando por teléfono, le oye, pero continúa su conversación durante unos minutos más. Después se acerca a la habitación a ver qué le ha pasado.

Al llegar, Daniel ha dejado de llorar pero sigue cabizbajo, y cuando Rosa se acerca a él, éste reacciona pegándola y escondiéndose en un rincón de la habitación.

Rosa se enfada y le dice: "¿Me haces venir hasta aquí y ahora te escondes?, pues no me vuelvas a llamar", y se va de la habitación.



## Crecer Felices en Familia

Para guiar el análisis, el mediador organizará a los participantes en parejas (en caso de que el grupo sea numeroso se pueden organizar grupos de 3 ó 4 personas), para que reflexionen, sobre cada uno de los vídeos, con respecto a las siguientes preguntas:

### Preguntas sobre las historias

1. ¿Cómo actúa la madre/padre ante la demanda del hijo?

---

---

2. ¿Cómo crees que se siente el hijo tras la reacción de su madre/padre?

---

---

3. ¿Cómo dirías que es la relación afectiva entre ambos?

---

---

Posteriormente, el mediador propone a los participantes que existen cuatro formas muy diferenciadas de establecer las relaciones afectivas con los hijos, como se ha visto en las historietas, y hará un breve resumen de las características más importantes que han visto en los vídeos de ellas, principalmente a través de ejemplos.

*Nota para el mediador: al hilo de esta última parte de la actividad se podrán definir o recalcar en forma de resumen final las características de los cuatro tipos de apego: seguro, ambivalente, huidizo y desorganizado, que señalamos a continuación (si no se ve al grupo con capacidad para entender estas etiquetas, lo importante es que entiendan bien cada tipo y lo llamen como quiera el grupo:*

#### A. Apego Seguro

*Conducta respecto al padre y la madre:*

- *Los niños seguros muestran una interacción positiva y afectiva con sus padres.*
- *Ante su ausencia pueden no afligirse, pero todos tienen conductas de búsqueda de los padres en mayor o menor grado.*
- *Cuando se reúnen se observa siempre un buen recibimiento y pueden variar en el grado de búsqueda de proximidad y deseo de contacto con ellos.*



- *Si están afligidos se consuelan con facilidad al verlos y suelen reanudar la actividad anterior.*

*Conductas respecto a los extraños:*

- *Los niños seguros o los rechazan abiertamente o pueden interactuar con ellos con cierta cautela.*
- *Pueden llegar a ser consolados por los extraños pero los padres lo consiguen con mayor facilidad.*

### **B. Apego Ambivalente**

*Conducta respecto al padre y la madre:*

- *Estos niños apenas se atreven a despegarse de ellos.*
- *Se afligen extraordinariamente cuando se va y cuando se reúnen con ellos buscan consuelo, pero al mismo tiempo se resisten a ser consolados, y es muy difícil lograrlo.*
- *Su conducta es de clara ambivalencia hacia sus padres: quieren ser cogidos pero a la vez lloran y/o patalean en su intento por mostrarle su enfado por haberse marchado.*

*Los niños ambivalentes rechazan abiertamente a las personas extrañas, muestran un gran recelo hacia ellas y no se dejan consolar.*

*Por lo tanto, son niños/as que están pegados a sus padres, son niños/as que no exploran. Suelen ser niño/as que en el primer día de colegio, o ante el pediatra, lloran constantemente, pero cuando llegan sus padres están enfadados/as y son resistentes. Son niños/as que más adelante van a desarrollar pautas disruptivas.*

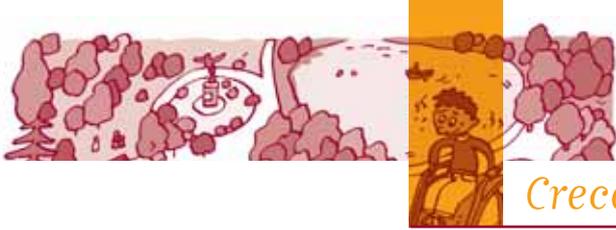
### **C. Apego Huidizo**

*Conductas respecto a los padres:*

- *Los niños huidizos o evitativos se muestran indiferentes hacia los padres y suelen evitar o ignorar los intentos paternos y maternos por lograr contacto o interacción.*
- *Durante las separaciones, aparentemente, no los echan de menos y no tienen conductas de búsqueda.*
- *Si lloran durante la separación únicamente lo hacen cuando son dejados solos/as y la causa del llanto es la soledad y no la ausencia de su figura de apego.*

*Conducta respecto a los extraños:*

- *Los niños huidizos o evitativos tienden a tratar a los extraños más que a los padres, les muestran menos evitación.*



## Crecer Felices en Familia

- Pueden incluso buscar activamente proximidad e interacción con ellos.
- Por lo tanto, se caracterizan por haber aprendido a reprimir conductas de apego, no activan dichas conductas, aunque se sientan amenazados, aunque vean a sus padres y sientan querer estar con ellos, lo evitan.

### D. Apego Desorganizado

- Presentan conductas extrañas en presencia de su madre/padre: tics, acercarse hacia ella con la cabeza hacia abajo, tirarse al suelo, quedarse inmóvil, balanceos, golpearse la cabeza, posturas de abatimiento, etc.
- Muestran de forma simultánea pautas de conducta contradictoria: aproximación seguida de evitación, evitación y llanto, evitación y resistencia, etc.
- Muestran índices de temor o recelo hacia su madre/padre.
- Presentan una secuencia conductual incongruente. Por ejemplo: el/a niño/a llora y busca al padre o la madre durante las separaciones pero muestra indiferencia y evitación de la interacción cuando se reúnen.

Éste es el patrón extremo de insensibilidad, no hay pautas, la pauta es la desorganización, depende de cada caso y de cada niño/a. Los niños maltratados en un 80% suelen ser diagnosticados como desorganizados, aunque hay un 20% que no. Esto no significa que todos los niños con un patrón desorganizado sean maltratados, aunque un 15% de la población presenta este patrón. Entre las causas de un patrón desorganizado, se ha investigado que se da más en padres con depresión, con trastornos emocionales, traumas no resueltos.

### Actividad 4. Compromiso personal

El compromiso que se propone en esta sesión consiste en que los participantes registren conductas y comportamientos de indicios de apego que sus hijos les manifiesten durante la semana, y reflexionar sobre el modo en que han actuado (por ejemplo, no se quiso quedar con la vecina y lloró cuando me fui).

Los participantes realizarán el registro en la hoja "Compromiso personal", escribiendo en la primera columna los indicios de apego que han detectado y en la siguiente columna el grado de cumplimiento que han conseguido: total, medio o bajo grado de cumplimiento.



**Compromiso 1**



**Compromiso 2**



**Actividad 5. Recuerda**

El mediador, para hacer un repaso de la sesión, propondrá a los participantes una actividad de síntesis de los aspectos más importantes trabajados durante la sesión, con la finalidad de ayudar a recordar y sintetizar las ideas claves.

	Verdadero	Falso
Da igual lo que hagamos porque siempre vamos a tener una buena relación afectiva con nuestro hijo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Cuando nos mostramos contradictorios con nuestros hijos, los estamos confundiendo y hacemos que no sepan cómo reaccionar	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Es sano que nuestros hijos exploren el mundo que les rodea. Es una forma de descubrir y aprender	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
La relación afectiva entre un padre y su hijo influye en la manera en que el niño se va a relacionar en el futuro con otras personas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
El bebé sólo puede tener una relación de apego con sus padres pero no con otros familiares próximos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**Actividad de estimulación padres-hijos.  
Aprendiendo el idioma de los niños**

Esta actividad es la continuación de la actividad 6 de la sesión anterior, en la que se realizará la misma actividad aunque cambiando a los participantes de rincones para que experimenten diferentes situaciones.



# Actividad 3



## Preguntas sobre las historias

1. ¿Cómo actúa la madre/padre ante la demanda del hijo?

---

---

2. ¿Cómo crees que se siente el hijo tras la reacción de su madre/padre?

---

---

3. ¿Cómo dirías que es la relación afectiva entre ambos?

---

---



# Compromiso personal



## Compromiso 1



## Compromiso 2





# Actividad 5



Verdadero

Falso

Da igual lo que hagamos porque siempre vamos a tener una buena relación afectiva con nuestro hijo

Cuando nos mostramos contradictorios con nuestros hijos, los estamos confundiendo y hacemos que no sepan cómo reaccionar

Es sano que nuestros hijos exploren el mundo que les rodea. Es una forma de descubrir y aprender

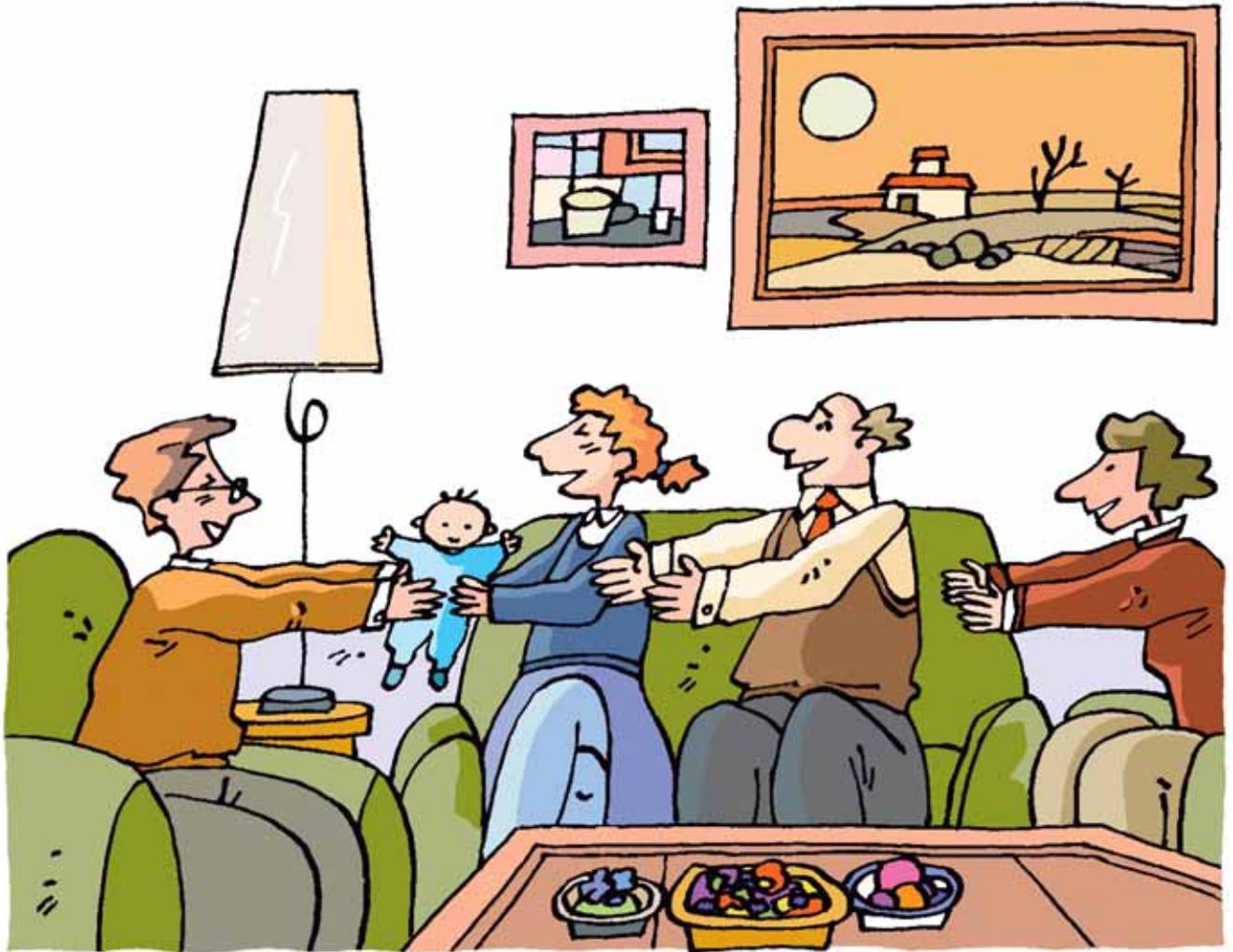
La relación afectiva entre un padre y su hijo influye en la manera en que el niño se va a relacionar en el futuro con otras personas

El bebé sólo puede tener una relación de apego con sus padres pero no con otros familiares próximos















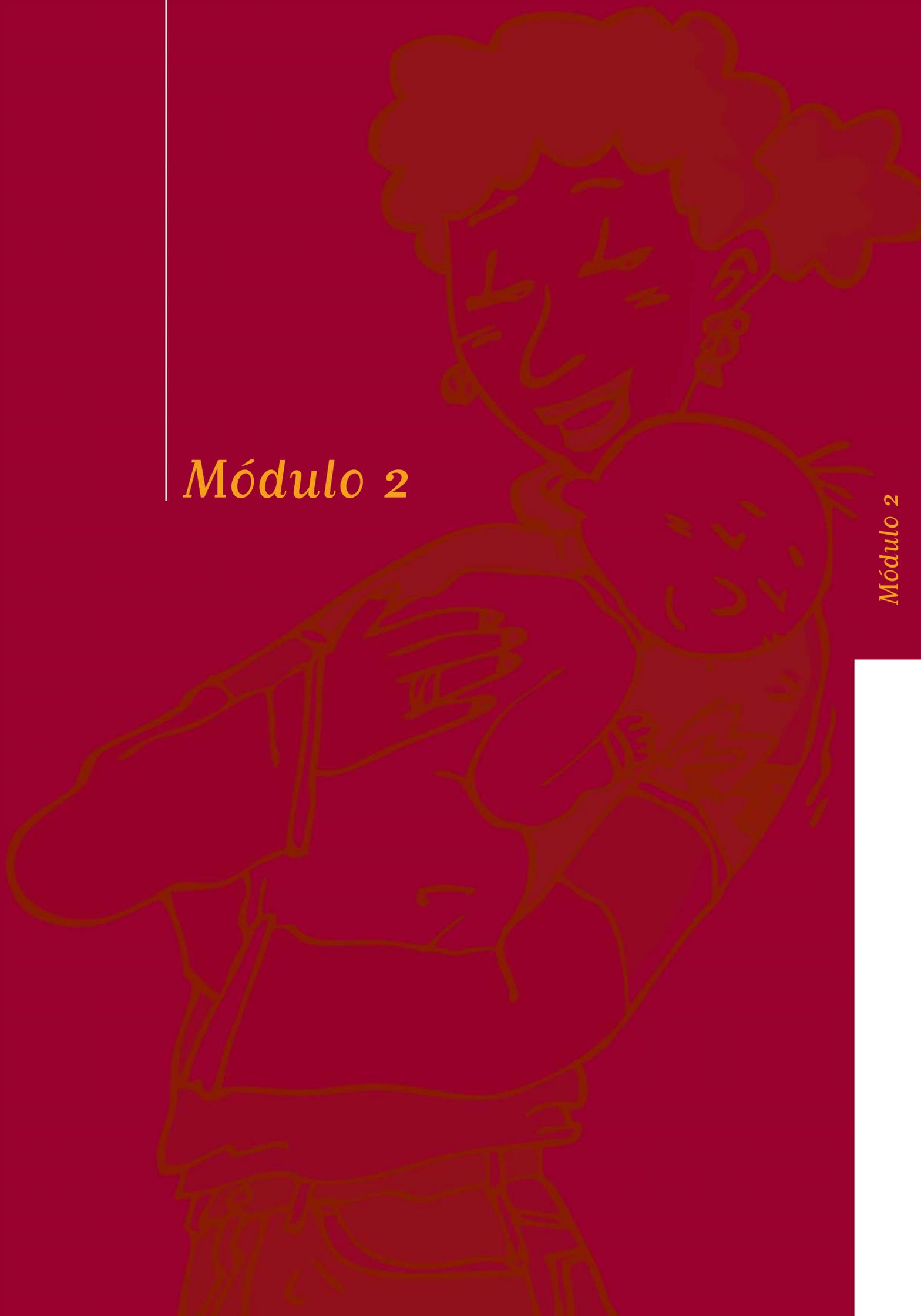








## Módulo 2







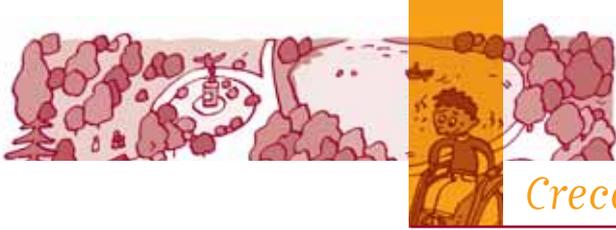
## Módulo 2. Aprender a conocer a nuestro/a hijo/a

### Introducción

En este módulo nos embarcaremos en la aventura de conocer a nuestros hijos. Seguro que todos los padres dicen conocer a sus hijos, pero aquí nos proponemos adoptar un punto de vista un poco diferente. Vamos a reflexionar sobre cómo son y qué necesidades tienen los niños en general por el mero hecho de serlo, como un modo de repensar y profundizar en las características de nuestros hijos y sus necesidades. Además, vamos a analizar qué esperan los padres de los hijos, qué quieren para ellos, y cómo se relacionan estas expectativas con su comportamiento cotidiano. Por último, si lo que queremos es conocer a nuestros hijos, debemos saber que son seres, como nosotros mismos, en continuo cambio en función de cada momento del desarrollo; por lo tanto, vamos a analizar el calendario evolutivo que nos va a ir marcando los cambios que se irán sucediendo con la edad. Veamos con más detalle los contenidos que tratar.

En primer lugar, los padres deben aprender a observar y conocer a su hijo/a. Seguro que ya pasan todo el día con él/ella, pero ¿cuántas veces se detienen a pensar en cómo es realmente? Porque los hijos no son una extensión de sus padres ni han venido al mundo para completar los proyectos que sus progenitores dejaron incompletos. Son seres únicos, y la misión de los padres es enseñarles y acompañarles para que se conviertan en esa persona que ellos desean ser.

Los niños, desde que nacen, necesitan que a su alrededor se cumplan una serie de condiciones para poder crecer y estar bien. Necesitan amor, necesitan



## *Crecer Felices en Familia*

---

que se les cuide, necesitan jugar, aprender y relacionarse con otras personas. Conocer bien cuáles son estas necesidades, no sólo las básicas, sino también las más complejas, nos va a ayudar a proporcionarle a nuestro/a hijo/a el mejor entorno posible para su desarrollo.

Para ello no hay nada mejor que intentar ponernos en su lugar. Alguna vez fuimos niños y también veíamos el mundo de manera diferente. Normalmente, cuando nos ponemos en el lugar de otra persona –en este caso, un bebé–, nos resulta más fácil comprenderla y ayudarla. Esto es, entre otras cosas, lo que vamos a intentar en este módulo.

Por último, trataremos de sintonizarnos con el ritmo del desarrollo de los niños. Unas veces los padres tienen mucha prisa y hacer crecer demasiado rápido al niño que tienen en su cabeza. Otras veces son demasiado protectores y no dejan crecer a ese mismo niño al ritmo que deberían. En este módulo vamos a proporcionar algunas claves que nos ayuden a “ponernos en hora” con nuestros hijos, para poder sacar lo mejor que hay en ellos, acompañarles y estimularles en este proceso pero sin forzar demasiado su ritmo de desarrollo.

### *Objetivos*

- Conocer y analizar cuáles son las necesidades que tienen los niños y cuáles son las situaciones en las que pueden estar desprotegidos.
- Reflexionar sobre las expectativas que cada madre/padre tiene con respecto a su hijo/a.
- Analizar cómo las expectativas que tienen los padres sobre los hijos se relacionan con su forma de comportarse con ellos.
- Identificar los hitos más relevantes del calendario evolutivo en la primera infancia.
- Analizar qué consecuencias tiene acelerar o frenar el ritmo del calendario evolutivo de los hijos.

### *Sesiones que componen el módulo*

- Sesión 1. Las necesidades de los niños.
- Sesión 2. Mi hijo/a.
- Sesión 3. El reloj del desarrollo.



### Sesión 1. Las necesidades de los niños

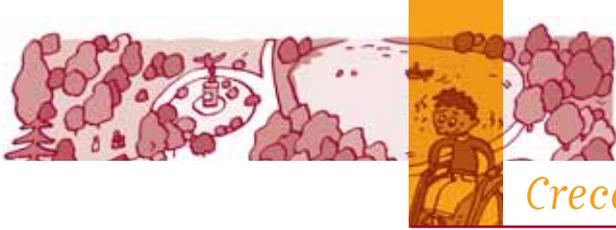
A lo largo de esta sesión vamos a reflexionar sobre cuáles son las necesidades de nuestros hijos y cómo podemos responder a ellas. Todos sabemos que los niños necesitan que se cumplan una serie de condiciones para poder crecer de forma saludable, tanto física como psicológicamente. Como son muy pequeños,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

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

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

#### Objetivos

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



## Crecer Felices en Familia

---

### Actividades

- Actividad 1. Lo que los niños necesitan.
- Actividad 2. Satisfacer las necesidades de los hijos.
- Actividad 3. Me pongo en su piel, ¿cómo ven el mundo los bebés?
- Actividad 4. Compromiso personal.
- Actividad 5. Recuerda.
- Actividad de estimulación padres-hijos. Las necesidades de mi hijo/a.

### Recursos para las actividades grupales

- Pizarra.
- Tizas y/o rotuladores.
- Mantas.
- Cojines.

### Recursos para la actividad de estimulación padres-hijos

- Juegos infantiles.

### Actividad 1. Lo que los niños necesitan

Para realizar esta actividad, el mediador muestra al grupo una serie de viñetas en las que se ven diferentes interacciones entre padres e hijos.

- > **M2.1.1.1.** Rosa le da la papilla de verduras a Alberto de 1 año.
- > **M2.1.1.2.** Javier le pone un abrigo a Susana, de 2 años, porque empieza a hacer frío.
- > **M2.1.1.3.** Lucas le enseña a Beatriz, de 2 años, todo lo que ven cuando van de paseo.
- > **M2.1.1.4.** Patricia lleva a Paco, de 3 años, al parque para que juegue con los otros niños/as.
- > **M2.1.1.5.** Mónica consuela a Iván, de 3 años, después de una pesadilla.
- > **M2.1.1.6.** Lucía abraza a Adrián, de 4 años, cuando éste viene corriendo al salir de la escuela.
- > **M2.1.1.7.** Carlos ayuda a Natalia, de 5 años, con sus deberes escolares.
- > **M2.1.1.8.** Paula ayuda a bañar a su hijo Pablo, de 6 años.

A continuación, el mediador proporciona a los participantes las 8 viñetas y les pide que las ordenen según la importancia que otorguen a la necesidad



de los niños que su padre o madre está atendiendo. Para ello, tendrán que responder a las siguientes cuestiones: ¿cuál de las viñetas representa a la necesidad más importante?, ¿cuál colocaríamos en segundo lugar?, ¿y en tercer lugar?, y así sucesivamente hasta que hayan ordenado todas las viñetas.

### Organización de las necesidades por orden de importancia

---

1.ª Necesidad

---

2.ª Necesidad

---

3.ª Necesidad

---

4.ª Necesidad

---

5.ª Necesidad

---

6.ª Necesidad

---

7.ª Necesidad

---

8.ª Necesidad

---

Cuando hayan terminado, los participantes discutirán sobre el orden que han dado a las situaciones, de forma que traten de llegar a la conclusión de cuáles son, por orden de prioridad, las necesidades más importantes de los hijos.

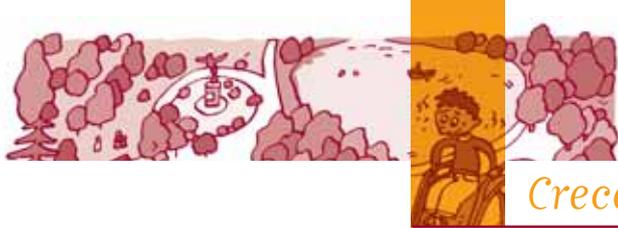
*Nota para el mediador: es importante que en el debate quede claro que todas las necesidades son fundamentales para el desarrollo integral del niño. Posiblemente los participantes lleguen a la conclusión de que las necesidades más importantes son las físicas –y en concreto la alimentación–. Sin embargo, éstas sólo garantizan la supervivencia del niño, pero no su bienestar ni su desarrollo como sujeto individual y social. Las necesidades deben verse interrelacionadas y formando un todo, en el cual cada pieza permite asegurar una faceta del desarrollo del niño. Aclarar también que una misma actividad puede satisfacer varias necesidades a la vez.*

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

*¿Qué otras cosas necesitan los hijos para crecer y estar bien?*

Pueden ilustrar sus ejemplos con situaciones de la vida cotidiana.

Una vez terminada la primera parte de la actividad, el mediador muestra al grupo cuatro fichas en las que se presenta la clasificación de las necesidades de la infancia (Félix López, 1995):



## Crecer Felices en Familia

Necesidades Físicas	Necesidades Estimulación
Comer, dormir, estar limpios, estar sanos...	Aprender, descubrir, explorar
Necesidades Emocionales	Necesidades Sociales
Sentirse querido, protegido, seguro, confiado, acompañado...	Participar, compartir, negociar, jugar...

Los participantes, con la ayuda del mediador, clasificarán siguiendo este esquema las necesidades que se han citado en las viñetas.

Una vez que han terminado esta clasificación se coloca en un gran cartel blanco, en el que podrán escribir ejemplos de la vida cotidiana en los que satisfacen las necesidades de sus hijos de los cuatro tipos, bajo el rótulo de "Protección de la infancia". Se utilizará también un gran cartel rojo en el que los participantes pondrán ejemplos en los que no se satisfacen de manera positiva las necesidades de los niños, generándose situaciones de desprotección para el niño o la niña, todo ello bajo el rótulo de "Desprotección de la infancia".

Al terminar la actividad, se hará mucho énfasis en señalar que, cuando no se satisfacen las necesidades de los niños porque los cuidadores que los tienen a su cargo no cumplen bien sus funciones, los servicios de protección a la infancia pueden intervenir para asegurar que ese niño o niña vaya a tener cubiertas todas sus necesidades. Para ello suelen asegurarse primero de ayudar a la familia para que pueda cumplir su tarea y darle un buen trato al niño, esto es, que cubra todas sus necesidades. Pero si a pesar de ello los padres no son capaces de cumplir con su tarea entonces hay que recurrir a separar al menor del hogar familiar y darle otra nueva oportunidad en otro sitio donde pueda recibir el trato adecuado que necesita para su desarrollo (familia de acogida, adopción, un centro residencial para menores).

### Actividad 2. Satisfacer las necesidades de los hijos

*Nota para el mediador: satisfacer las necesidades de los hijos no se refiere a mimarlos o darles todo lo que pidan. Se utiliza en el sentido de aprovechar las situaciones de la vida cotidiana para dar cobertura a las necesidades de los hijos que son fundamentales para su buen desarrollo.*

Esta actividad consiste en debatir si los distintos modos de reaccionar ante las necesidades de los hijos son igualmente adecuados. Para realizarla, el mediador le va presentando al grupo diferentes reflexiones que hacen los padres sobre su modo de proceder ante las necesidades de los hijos.



**Reflexión 1.** “ Mi hijo recién nacido llora mucho. Cuando ha comido y está limpio prefiero no cogerlo para que no se acostumbre a los brazos y no se vuelva caprichoso” (*necesidad de seguridad emocional*).

**Reflexión 2.** “ Me siento ridícula hablando con un bebé. ¿Para qué voy a hablar con un/a niño/a que no puede entender lo que le digo?” (*necesidad de lenguaje y comunicación*).

**Reflexión 3.** “ Me pone muy nervioso que el niño quiera repetir una y otra vez las mismas cosas. Por ejemplo, cambiar las cosas de sitio una y otra vez. Me enfado con él y le digo que pare” (*necesidad de explorar y conocer el mundo*).

**Reflexión 4.** “ Para darle el biberón a mi hijo, se lo apoyo en el carrito y se lo toma él solo. Así mientras tanto yo puedo hacer otras cosas” (*necesidad de sentirse acompañado*).

**Reflexión 5.** “ Se me va mucho tiempo en bañar a mi hija, pero la veo tan a gusto en el agua y lo pasamos tan bien, que me encanta aprovechar ese momento para jugar con ella” (*necesidad de estimulación*).

*Las dos últimas reflexiones hacen referencia a aprovechar las situaciones de la vida cotidiana para enriquecer la relación con nuestro hijo. Así respondemos no sólo a las necesidades físicas, sino también a las necesidades emocionales, mentales e incluso sociales.*

Además, en el grupo los participantes tendrán que reflexionar sobre las siguientes cuestiones respecto a cada una de las reflexiones:

### **Preguntas sobre el modo de satisfacer las necesidades de los hijos**

1. ¿A qué necesidad hace referencia esta situación? ¿Está siendo cubierta?

---

---

2. ¿Qué hago yo en situaciones parecidas?

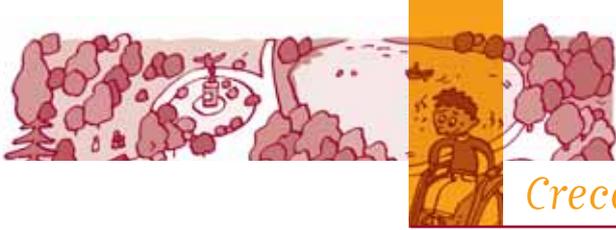
---

---

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

---

---



4. ¿Qué otras cosas podría hacer?

---

---

Mientras se realiza el debate, el mediador o cualquier otro participante va anotando en la pizarra los comentarios más relevantes respecto a cada una de las situaciones, lo cual servirá para establecer las conclusiones de la actividad.

**Actividad 3. Me pongo en su piel. ¿Cómo ven el mundo los bebés?**

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

**Bebé 1.** Estoy solo en mi cuna y tengo hambre. Ya me toca comer, pero mi mamá no aparece por ninguna parte, ¿cómo me siento?, ¿cuál es la necesidad que está manifestando el bebe en ese momento? .....

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

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

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

*Nota para el mediador: siempre es importante identificar correctamente las necesidades de los hijos, y por ello es necesario que padres y madres sepan detectar el origen de la necesidad, que siempre es del bebé, aunque haya sido provocada por factores externos.*

A continuación, se incorporan y comienzan a decir en voz alta las cosas que han pensado y cómo han completado algunas frases para que compartan entre todos cómo se han sentido siendo bebés. Como conclusión, el mediador



formula las siguientes cuestiones, que van a servir para orientar el debate y establecer las conclusiones de la actividad.

### ¿Cómo ven el mundo los bebés?

1. ¿Qué puede hacer un bebé para que los mayores sepan qué necesita?

---

---

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

---

---

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

---

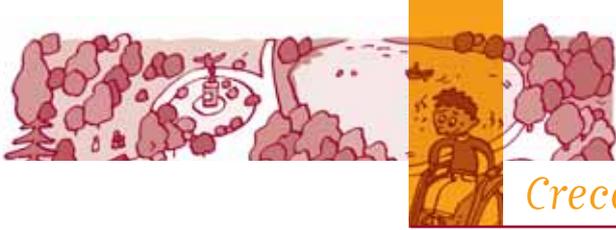
---

*Nota para el mediador: no se trata de si los bebés pueden detectar emociones positivas o negativas que si pueden y desde muy temprano, sino de si son capaces de comprender la causa de las emociones en los adultos.*

### Actividad 4. Compromiso

Para establecer el compromiso de esta sesión, cada participante tendrá que poner un ejemplo de su vida cotidiana en el que su hijo/a haya manifestado una necesidad y hayan sabido responderla de manera adecuada. Durante la semana se pueden proponer satisfacer necesidades que no estén cubiertas y mejorar la respuesta que han dado a las mismas.

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



Los participantes realizaran el registro en la hoja "Compromiso personal", escribiendo en la primera columna el compromiso que desean conseguir y en la siguiente columna el grado de cumplimiento que han conseguido: total, medio o bajo grado de cumplimiento.

### Hoja de registro

#### Compromiso 1



#### Actividad 5. Recuerda

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

	Verdadero	Falso
Para crecer bien, los niños sólo necesitan que sus necesidades físicas (comida, higiene y sueño) estén cubiertas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jugar y reír con nosotros o con otros niños también son necesidades importantes para el desarrollo de los niños	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Cuando los padres no satisfacen alguna necesidad de los niños no pasa nada porque no están poniendo a sus hijos en peligro	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Podemos aprovechar las actividades cotidianas que hacemos con nuestros hijos para que aprendan cosas nuevas y enriquecer así nuestra relación con ellos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Para satisfacer las necesidades de los niños tengo que darles todo lo que me pidan y hacer todo lo que quieran	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Cuando las necesidades no quedan cubiertas se crea una situación de desprotección que debe atenderse para que el niño no sufra daños en su desarrollo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



### **Actividad de estimulación padres-hijos. Las necesidades de mi hijo/a**

Para realizar esta actividad el mediador pedirá a los participantes que lleven a sus hijos a la zona de juegos, y que mientras juegan con ellos intenten darse cuenta de las necesidades que está teniendo su hijo/a en cada momento, y cómo la va a responder.

Para ello, el mediador debe estar atento en todo momento a las interpretaciones que el padre o la madre realiza de las necesidades de su hijo/a, e intentar orientarles y ayudarles a dar una respuesta más apropiada a estas necesidades.

*Ejemplo 1:* Cuando un bebé ya ha comido y llora, puede que esté manifestando una necesidad física de higiene, por lo que puede ser necesario cambiarle el pañal.

*Ejemplo 2:* Si una madre está jugando con su hijo de 2 años con una pelota y el niño camina hacia otro juguete que le ha llamado la atención, la madre debe detectar que se trata de una necesidad de estimulación y no de que no quiera jugar más con ella.



# Hoja de registro



Compromiso 1





# Actividad 5

**Verdadero****Falso**

Para crecer bien, los niños sólo necesitan que sus necesidades físicas (comida, higiene y sueño) estén cubiertas

Jugar y reír con nosotros o con otros niños también son necesidades importantes para el desarrollo de los niños

Cuando los padres no satisfacen alguna necesidad de los niños no pasa nada porque no están poniendo a sus hijos en peligro

Podemos aprovechar las actividades cotidianas que hacemos con nuestros hijos para que aprendan cosas nuevas y enriquecer así nuestra relación con ellos

Para satisfacer las necesidades de los niños tengo que darles todo lo que me pidan y hacer todo lo que quieran

Cuando las necesidades no quedan cubiertas se crea una situación de desprotección que debe atenderse para que el niño no sufra daños en su desarrollo

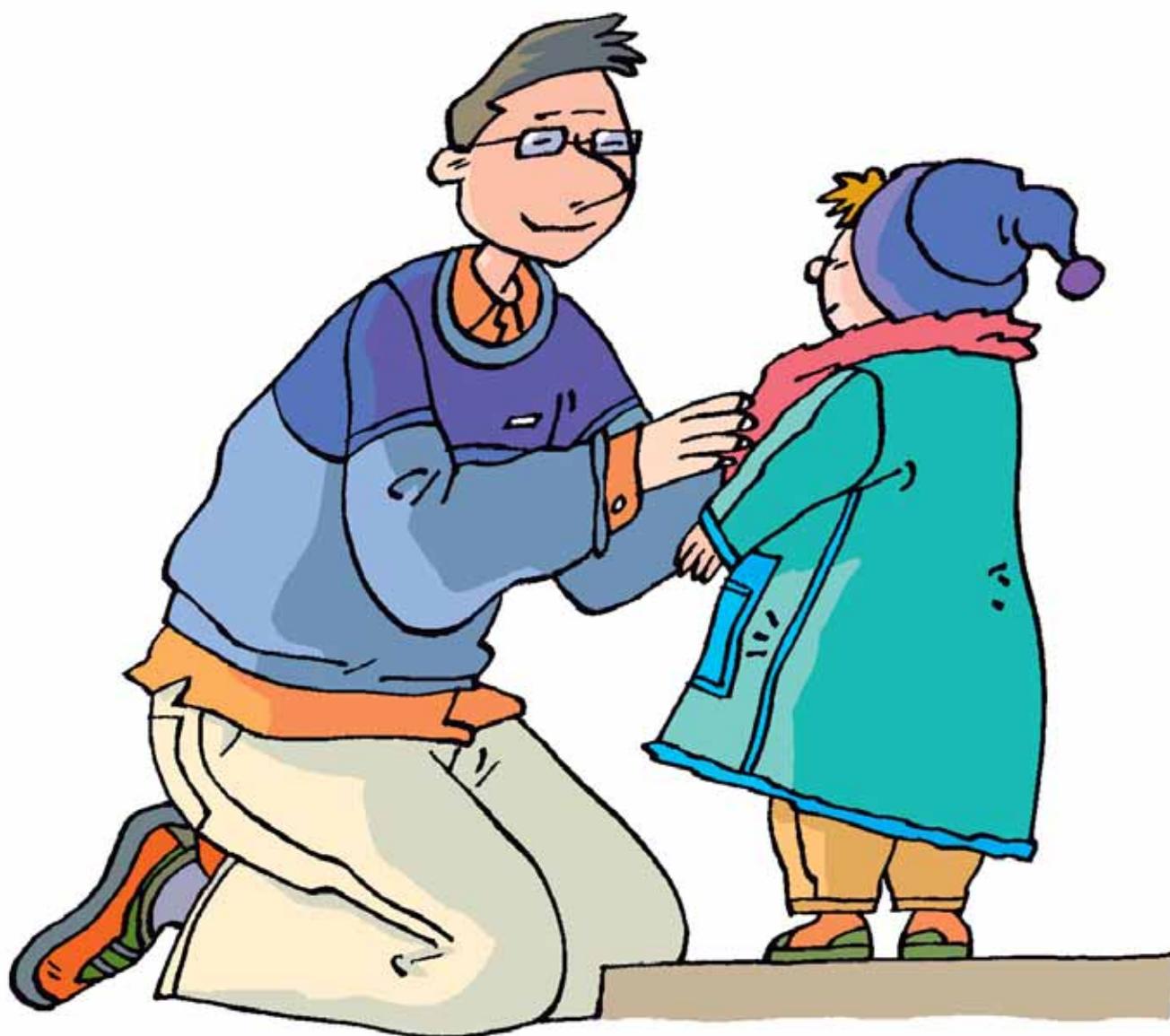




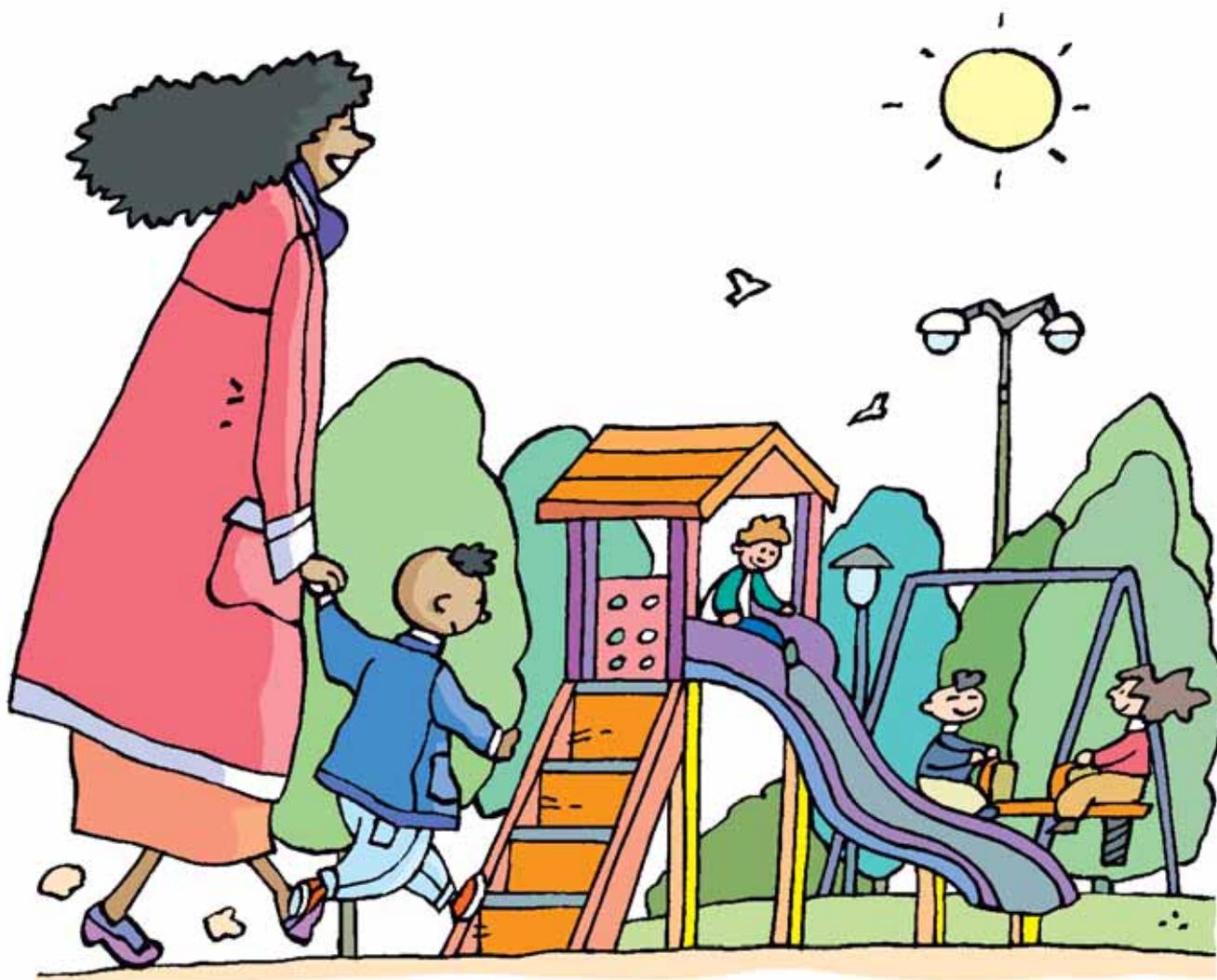
































### Sesión 2. Mi hijo/a

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

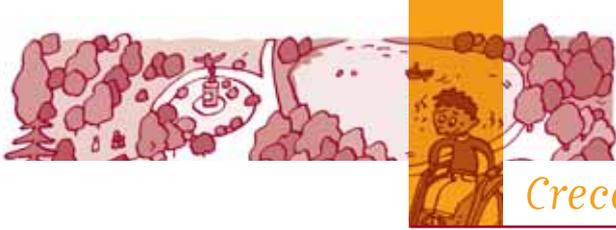
Esta imagen o fotografía va a influir en lo que podemos esperar de nuestro/a hijo/a, tanto respecto al presente como al desarrollo futuro. Además, es importante saber a partir de qué momento comenzamos a pensar en nuestros hijos como personas, ¿ya desde el embarazo? o ¿cuando nacieron?

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

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

#### Objetivos

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



### Actividades

- Actividad 1. Mi historia como madre/padre.
- Actividad 2. Cómo son nuestros hijos.
- Actividad 3. Describo a mi hijo/a.
- Actividad 4. Compromiso personal.
- Actividad 5. Recuerda.
- Actividad de estimulación padres-hijos. El momento de la limpieza.

### Recursos para las actividades grupales

- Pizarra.
- Tizas y/o rotuladores.
- Televisión.
- Reproductor de vídeo o DVD.
- Cartulinas.
- Revistas viejas.
- Tijeras y pegamento

### Recursos para la actividad de estimulación padre-hijo/as

- Bañera.
- Jabón de baño.
- Toalla.
- Crema.
- Polvos de talco.
- Cambiador.
- Pañales.
- Toallitas.
- Cepillos de dientes.
- Lavabo.
- Jabón para las manos.
- Jabón para la cara.

### Actividad 1. Mi historia como madre/padre

Para realizar esta actividad se presentan una serie de viñetas que representan a una mujer en distintas fases de su embarazo y del parto.

- > **M2.2.1.1.** Una mujer mira una prueba de embarazo.
- > **M2.2.1.2.** La mujer se toca la barriga, todavía plana.
- > **M2.2.1.3.** La mujer se toca la barriga, ya más abultada.

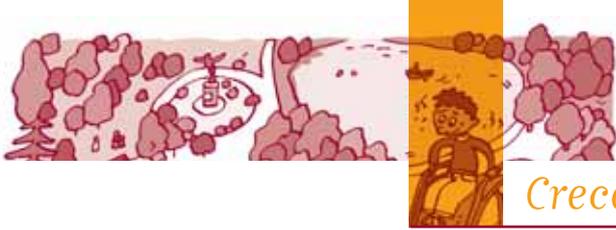


- > **M2.2.1.4.** La mujer se toca la barriga, muy embarazada a pocos días de dar a luz.
- > **M2.2.1.5.** La mujer está en el hospital, le acaban de traer a su bebé.
- > **M2.2.1.6.** La mujer llega con su bebé a casa.
- > **M2.2.1.7.** La mujer da de mamar a su hija.
- > **M2.2.1.8.** La mujer baña por primera vez a su hija.
- > **M2.2.1.9.** La mujer intenta calmar a su hija, que está llorando.

Los/as participantes deben reflexionar sobre cuáles eran sus sentimientos y sus preocupaciones durante ese mismo proceso, ya sea desde la perspectiva de la madre o desde el padre según su situación. Para ello tendrán una serie de tarjetas donde por una cara está el nombre del sentimiento y por otra una frase que aclara lo que significa. Deberán elegir aquellos sentimientos que más han predominado durante todo el proceso y comentarlos unos con otros.

- **Feliz:** " Estoy muy contento/a y satisfecho/a" .
- **Incapaz:** " No me puedo enfrentar a las cosas, lo hago todo mal" .
- **Seguro/a:** " Sé que puedo hacer las cosas porque tengo los conocimientos y habilidades necesarias" .
- **Cansado/a:** " Tengo muy pocas fuerzas y no estoy motivado/a" .
- **Frustrado/a:** " Siento que hay obstáculos que no me dejan alcanzar lo que quiero" .
- **Responsable:** " Todo depende de mí, yo soy el/la encargado/a de todo" .
- **Sobrecargado/a:** " Hay demasiadas cosas que hacer y poco tiempo" .
- **Maduro/a:** " Ahora me siento un/a hombre/mujer completo que tiene que cumplir sus compromisos con los/as hijos/as" .
- **Aburrido/a:** " Estoy cansado/a de las rutinas y de tener que hacer siempre las mismas cosas" .
- **Importante:** " La gente me toma más en serio porque soy padre/madre y eso me hace sentir bien" .
- **Angustiado/a:** " Tengo muchas dudas y pienso que no seré capaz de desarrollar mi tarea con éxito" .

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



## Crecer Felices en Familia

¿Cuándo empecé yo a sentirme padre/madre?

---

---

¿Cuándo empecé a sentir que quería a mi hijo/a?

---

---

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

---

---

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

*Nota para el mediador: es interesante analizar si los participantes pensaron en su hijo/a ya desde el nacimiento, o si de repente se vieron con el niño/a, sin haberse hecho a la idea de lo que significaba ser padre/madre.*

### Actividad 2. ¿Cómo son nuestros hijos?

Para realizar esta actividad se presentan al grupo una serie de vídeos de diferentes madres realizando una descripción de sus hijos/as.

#### Descripciones de los hijos

**Madre 1.** Mi hijo es un niño muy guapo, rubito, regordete, blanquito de piel y con unos ojos azules enormes. No sé qué más decir de él, de repente nació y era como un muñequito, aunque claro, no es exactamente igual, porque los muñecos no lloran tanto y no hay que darles de comer. Me agobia un poco porque no pensé que fuera tan difícil.

**Madre 2.** Mi hijo tiene mucho carácter. Cuando hago o le digo algo que no le gusta se "enfurruña" y evita mirarme, es muy orgulloso. A mí me gusta que tenga esa personalidad fuerte, aunque a veces es un niño difícil porque trata de imponerse y llevarme la contraria. Sin embargo, otras veces se pone muy mimoso, le encanta que le haga arrumacos y lo abrace.



**Madre 3.** A mi hijo le encanta jugar con la tierra. Creo que de mayor va a ser jardinero, como su padre. Es igualito a él y por eso creo que no será un buen estudiante, porque ha salido como su padre y sólo le gusta la tierra y las plantas.

**Madre 4.** Desde que estaba embarazada me encantaba pensar que se estaba formando una persona nueva, distinta a mí aunque fuera parte de mí. Sentir sus movimientos era como saber algo más de ella. Ahora que ya tiene dos años he ido aprendiendo que es una niña muy sensible, se fija mucho en las otras personas cuando lloran o están tristes. Es cariñosa y alegre, casi siempre se está riendo. Yo creo que es una niña feliz. Me encanta observarla para ver cómo se va formando su personalidad.

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

### Cuestiones sobre las descripciones de los/as hijos/as

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

---

---

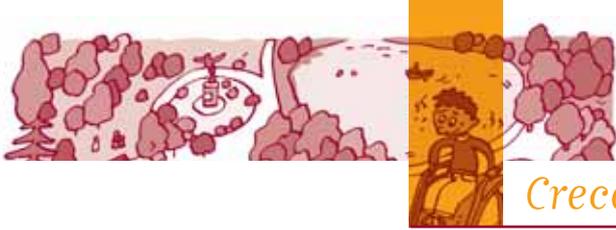
2. ¿Qué cosas crees que son más importantes a la hora de describir a nuestros hijos?

---

---

El mediador irá anotando en la pizarra los comentarios más relevantes de los participantes para, finalmente, establecer las conclusiones de la actividad.

*Nota para el mediador: Es interesante que no sólo los padres se fijen en las cualidades físicas de su hijo o hija, sino que observen otras características más psicológicas como su manera de ser o su comportamiento.*



### Actividad 3. Describo a mi hijo/a

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

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

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

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

### Actividad 4. Compromiso

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

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

---

---



Los participantes realizarán el registro en la hoja "Compromiso personal", escribiendo en la primera columna el compromiso que desean conseguir y en la siguiente columna el grado de cumplimiento que han conseguido: total, medio o bajo grado de cumplimiento.

### Hoja de registro

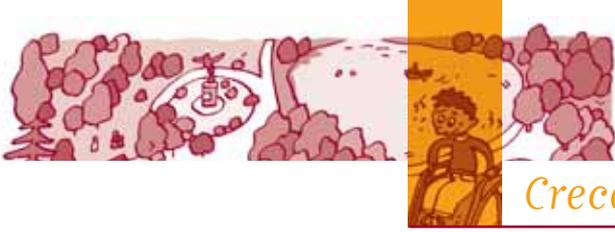
Compromiso 1	☀️	☁️	☁️⚡️
--------------	----	----	------

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

### Actividad 5. Recuerda

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

	Verdadero	Falso
Los hijos son como muñecos graciosos, no tienen personalidad hasta que crecen		
Los padres deben hacer un esfuerzo por comprender realmente a sus hijos: mirarlos y escucharlos es un buen comienzo		
Los hijos no son una extensión de sus padres, sino que deben seguir sus propios sueños		
Es bueno que los hijos consigan las metas que sus padres no pudieron alcanzar		
La imagen que yo tengo de mi hijo influye en mi manera de comportarme con él		



### **Actividad de estimulación padres-hijos. El momento de la limpieza**

Para esta actividad el mediador debe dividir a los participantes en dos grupos: por un lado aquellos que tengan hijos entre 0 y 2 años, y por otro lado aquellos cuyos hijos tengan entre 3 y 5 años.

#### *Grupo de 0-2 años. Los pañales y el baño*

Para esta actividad se tendrán dos rincones preparados, el rincón del cambio de pañales y el rincón del baño, como ya hemos habilitado en anteriores sesiones.

El mediador debe hacer de modelo de cómo se debe cambiar un pañal y bañar al niño/a. Pero no sólo se indicará el modo de realizar la actividad, sino también cómo hablar al bebé mientras lo hace, cómo mirarlo, etc. El resto de los participantes lo observará y luego realizarán la actividad mientras los demás les aportan diferentes opciones y alternativas a realizar.

#### *Grupo de 3-5 años. Dientes, manos y cara*

Para realizar esta actividad es necesario que el mediador prepare un rincón destinado al lavado de dientes, cara y manos. Para ello debe tener cepillos de dientes para todos los niños, un lavabo, jabón para las manos y la cara, toallas, etc.

El mediador servirá como modelo explicando a un/a niño/a cómo debe lavarse las manos, luego los dientes y por último la cara, de modo que todos vean cómo se hace. A continuación, cada participante lo hará con su hijo/a bajo la supervisión del mediador que las ayudará y orientará en todo momento, con las aportaciones de los demás.

# Actividad 1



*Feliz*

**“Estoy muy contento/a  
y satisfecho/a”.**

*Incapaz*

**“No me puedo enfrentar  
a las cosas, lo hago  
todo mal”.**

*Seguro/a*

**“Sé que puedo hacer  
las cosas porque tengo  
los conocimientos  
y habilidades  
necesarias”.**

*Cansado/a*

**"Tengo muy pocas  
fuerzas y no estoy  
motivado/a".**

*Frustrado/a*

**"Siento que hay  
obstáculos que no  
me dejan alcanzar  
lo que quiero".**

*Responsable*

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

# Actividad 1



*Sobrecargado/a*

**“Sé que puedo hacer las cosas porque tengo los conocimientos y habilidades necesarias”.**

*Cansado/a*

**“Hay demasiadas cosas que hacer y poco tiempo”.**

*Maduro/a*

**“Ahora me siento un/a hombre/mujer completo que tiene que cumplir sus compromisos con los/as hijos/as”.**

*Aburrido/a*

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

*Importante*

**"La gente me toma más en serio porque soy padre/madre y eso me hace sentir bien".**

*Angustiado/a*

**"Tengo muchas dudas y pienso que no seré capaz de desarrollar mi tarea con éxito".**

# Compromiso



## Compromiso 1



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



# Actividad 5



Verdadero

Falso

Los hijos son como muñecos graciosos, no tienen personalidad hasta que crecen

Los padres deben hacer un esfuerzo por comprender realmente a sus hijos: mirarlos y escucharlos es un buen comienzo

Los hijos no son una extensión de sus padres, sino que deben seguir sus propios sueños

Es bueno que los hijos consigan las metas que sus padres no pudieron alcanzar

La imagen que yo tengo de mi hijo influye en mi manera de comportarme con él





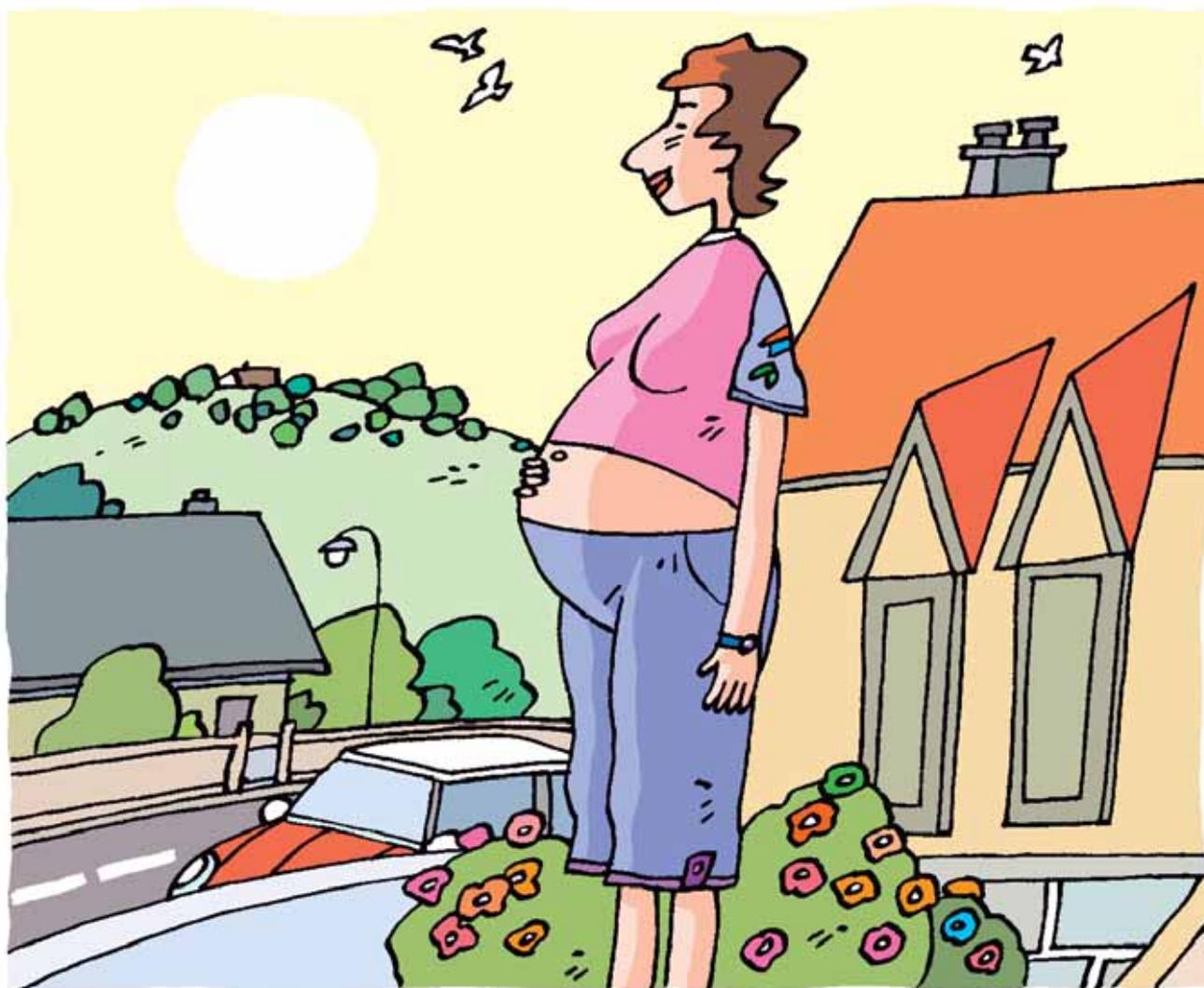




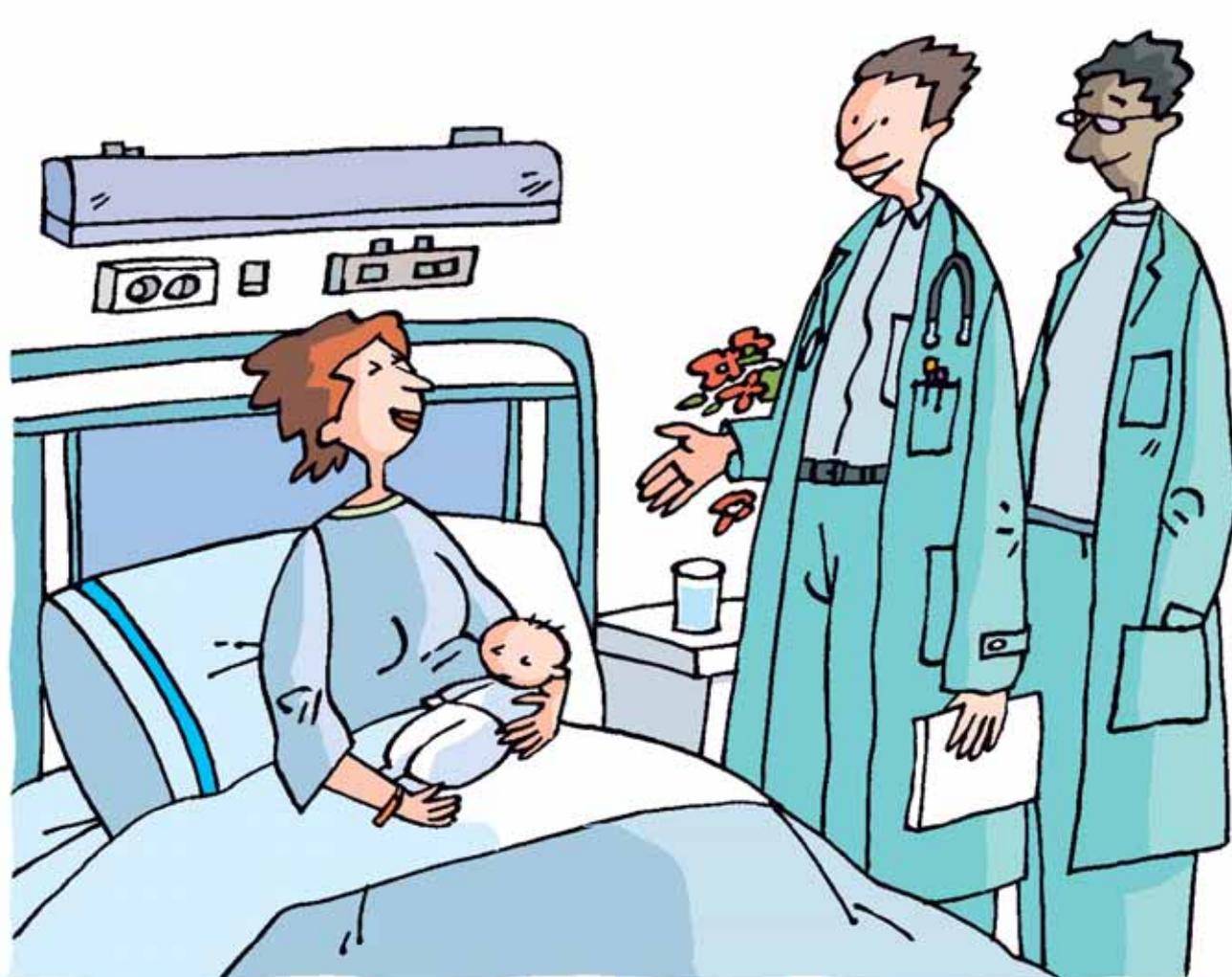
































### Sesión 3. El reloj del desarrollo

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

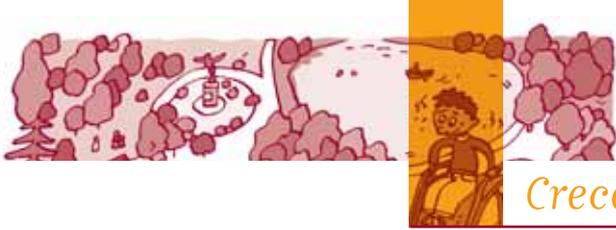
Conocer cuál es el ritmo que siguen nuestros hijos para crecer es muy importante, porque así sabremos qué podemos pedirles y qué no, cuándo es demasiado pronto o cuándo demasiado tarde para que hagan determinadas cosas.

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

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

#### *Objetivos*

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



### Actividades

- Actividad 1. Pongamos en hora el reloj del desarrollo
- Actividad 2. ¿Qué pasa si desajustamos el reloj?
- Actividad 3. El reloj de las emociones.
- Actividad 4. Compromiso personal.
- Actividad 5. Recuerda.
- Actividad de estimulación padres-hijos. Es la hora de la comida

### Recursos para las actividades grupales

- Pizarra.
- Tizas y/o rotuladores.

### Recursos para la actividad de estimulación padre-hijo/as

- Asiento cómodo.
- Cojines.
- Biberón.
- Leche.
- Mesa.
- Sillas.
- Tazas.
- Vasos.
- Cubiertos.
- Alimentos de merienda.

### Actividad 1. Pongamos en hora el reloj del desarrollo

Para realizar esta actividad, se presenta a los participantes el dibujo de un reloj en el que aparecen distintos momentos del desarrollo de un niño/a (M2.3.1.1)

- A las 12, está el dibujo de un recién nacido.
- A las 3, un niño de 1 año.
- A las 6, un niño de 2 años.
- A las 9, un niño de 5 años.

En primer lugar, el mediador pide a los participantes que comenten, a modo de lluvia de ideas, qué creen que pueden hacer los niños en cada uno de esos momentos.



El mediador, u otra persona del grupo, irá anotando las ideas que surjan en la pizarra.

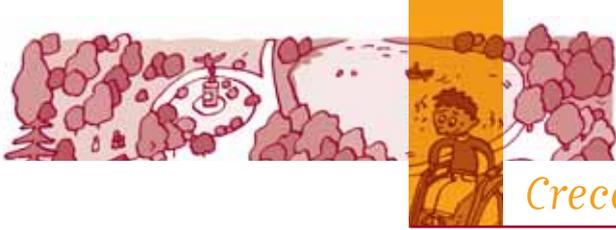
En segundo lugar, el mediador presenta a los participantes tarjetas en los que aparecen una serie de cosas que los niños pueden hacer. La tarea consiste en decir a qué hora (edad), de las cuatro señaladas en el reloj, pueden los niños realizar esa actividad.

En caso de que haya diferentes respuestas, cada participante tendrá que defender la suya, de forma que se llegue a acuerdos entre todo el grupo.

### A qué edad los niños pueden...

Reír (8 meses)
Manifestar que necesitan cariño (1 mes)
Cuidar a su hermano/a pequeño/a (11-12 años)
Gatear (8-9 meses)
Caminar (un año)
Comer solo/a (2 años)
Dormir sin chupete (3 años)
Preguntar por las cosas del mundo que les rodea (3 años)
Hablar (año y medio-2 años)
Sentirse culpable por haber hecho algo malo (dos años)
Dejar de utilizar pañales durante el día (2 años y medio)
Consolar a otra persona que se siente triste (3 años)
Saber leer (5-6 años)
Reconocer a su padre/madre y sentirse a gusto a su lado (7-9 meses)
Sentir miedo de los desconocidos (7-9 meses)
Vestirse solo (3 años)
Quitar el biberón (dos años)
Recoger y guardar sus juguetes (dos años)
Andar en bicicleta con ruedas (3 años)

*Nota para el mediador: no se deben enseñar las edades para que sean ellos los que las digan. Las edades son aproximadas, así es que se les corregirá sólo cuando sea una diferencia ostensible.*



### Actividad 2. ¿Qué pasa si desajustamos el reloj?

En esta actividad se presentan una serie de dibujos en los que se muestra a un/a niño/a que realiza alguna cosa para la que es demasiado mayor o demasiado pequeño/a. En primer lugar, se pide que observen los dibujos:

- > **M2.3.2.1.** Un niño de unos 4 años que duerme con chupete y desayuna con biberón.
- > **M2.3.2.2.** Una madre deja que su hijo de 5 meses tome el biberón solo en su cuna.
- > **M2.3.2.3.** Una madre se enfada con un niño de 9 meses porque gateando ha roto una figura de la casa.
- > **M2.3.2.4.** Un niño de 2 años se baña solo en la bañera con su hermana de 4 años.
- > **M2.3.2.5.** Un niño de 3 años necesita dormir todas las noches en la cama de su madre.
- > **M2.3.2.6.** Una niña de 5 años cuida de su hermano de meses mientras su madre se marcha.

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

1. ¿Está el reloj de este niño en hora? ¿Crees que está atrasado o adelantado? Poniendo cada uno de los dibujos debajo de su reloj correspondiente, en los que aparece uno con la hora atrasada, otro que tiene la hora bien y otro que tiene la hora adelantada.

---

---



Una vez colocados todos los dibujos se pregunta:

2. ¿Qué consecuencias tiene para este niño que se haya atrasado/adelantado su reloj del desarrollo?

---

---



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

*Nota para el mediador: es importante que comprendan que la estimulación del niño va a depender de que el reloj esté ajustado, retrasado o adelantado en la mente del padre o de la madre.*

### Actividad 3. El reloj de las emociones

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

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

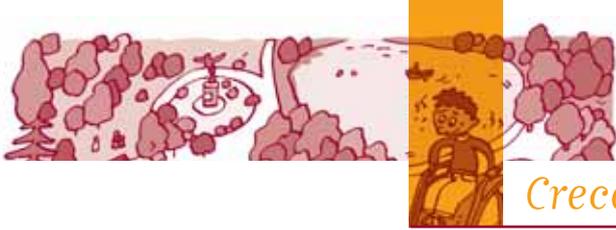
**Historieta 2.** Cristina está quedándose dormida. De repente, oye unos ruidos muy fuertes que vienen del salón de la casa. Su padre está gritando mucho y dando golpes, parece muy enfadado. Cristina siente **miedo**.

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

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

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

A continuación, el mediador pide a los participantes que traten de ponerle una edad a cada uno de los niños que aparecen en las historietas individualmente y a continuación se debatirá en grupo.



## Crece Felices en Familia

---

Edad de Álvaro

Edad de Cristina

Edad de Adela

Edad de Eduardo

Edad de Lucía

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

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

### Actividad 4. Compromiso personal

El compromiso de esta sesión consiste en que los participantes detecten actividades, habilidades o emociones que su hijo/a ha hecho o ha experimentado antes de la edad establecida, cosas que ha hecho después de la edad establecida y cosas que ha hecho a la misma edad que sus iguales.

Antes	Al mismo tiempo	Después
-------	-----------------	---------

---

### Actividad 5. Recuerda

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



	Verdadero	Falso
Los niños aprenden a un ritmo determinado, y los padres debemos intentar acelerar ese ritmo todo lo posible	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Los niños pueden sentir miedo desde que nacen, por lo que debemos proporcionarles un entorno seguro	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Los niños de 5 años ya tienen edad suficiente para cuidar de sus hermanos pequeños. Es bueno darles responsabilidades	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Los niños de 1 año son demasiado pequeños para sentirse responsables de algo que han hecho mal	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Debemos dejar que el niño nos muestre el camino de lo que debe hacer e ir detrás de él	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Las emociones de los niños expresan sus caprichos y no hay que hacerles caso	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Según sea el reloj de los padres así será el desarrollo del niño	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>

### Actividad de estimulación padres-hijos. Es la hora de la comida

Para realizar esta actividad el mediador debe tener la sala habilitada como el rincón "toma" y el rincón "merienda", como ya hemos visto en anteriores sesiones.

En esta actividad los participantes darán la toma, comida o merienda a los niños. Tienen que hablar con sus hijos mientras lo hacen y poner en práctica lo que han visto a lo largo de la sesión.

El mediador debe ir guiando a los participantes sobre cómo hacer que los niños coman tranquilos, cómo tranquilizarles si están nerviosos, si se manchan al comer, si les dejan coger la cuchara, cómo les colocan, etc. Además se puede ver qué tipo de comidas son las más adecuadas, el darles la opción a masticar, evitar que se atraganten, etc.



# Actividad 1



*Reír*

*Manifiestar que necesitan cariño*

*Cuidar a su hermano/a pequeño/a*

*Gatear*

*Caminar*

*Comer solo/a*

*Dormir sin chupete*

*Preguntar por las cosas del mundo que les rodea*

*Dejar de utilizar pañales durante el día*

*Sentirse culpable por haber hecho algo malo*

*Consolar a otra  
persona que  
se siente triste*

*Saber leer*

*Reconocer a su  
padre/madre  
y sentirse a gusto  
a su lado*

*Sentir miedo de  
los desconocidos*

*Vestirse solo*

*Quitar el biberón*

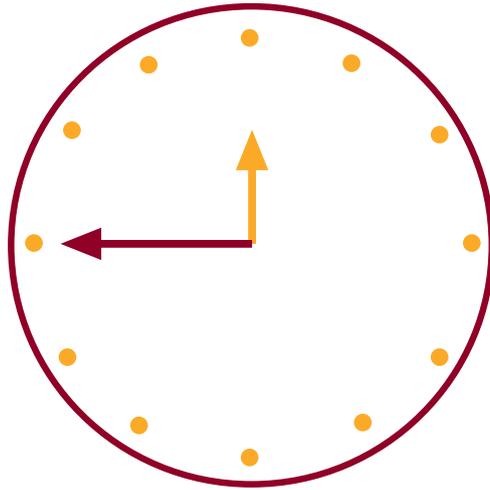
*Recoger y guardar sus  
juguetes*

*Andar en bicicleta  
con ruedas*

# Actividad 2



Atrasado

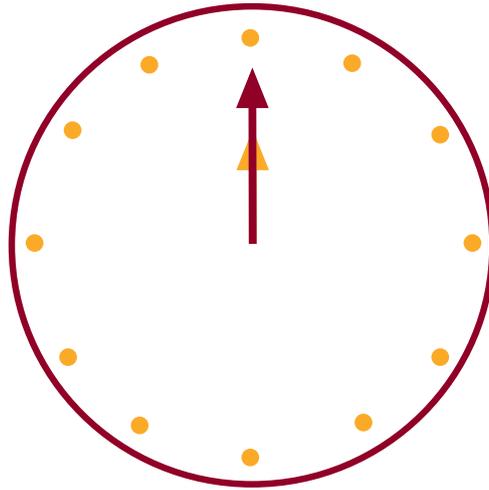




# Actividad 2



En hora

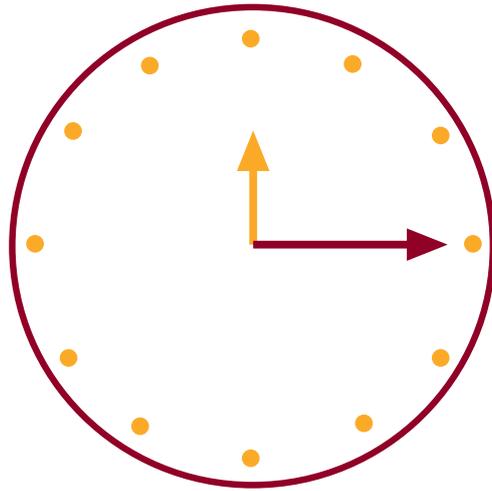




# Actividad 2



Adelantado





# Compromiso personal



Antes

Al mismo tiempo

Después



# Actividad 5



Verdadero

Falso

Los niños aprenden a un ritmo determinado, y los padres debemos intentar acelerar ese ritmo todo lo posible

Los niños pueden sentir miedo desde que nacen, por lo que debemos proporcionarles un entorno seguro

Los niños de 5 años ya tienen edad suficiente para cuidar de sus hermanos pequeños. Es bueno darles responsabilidades

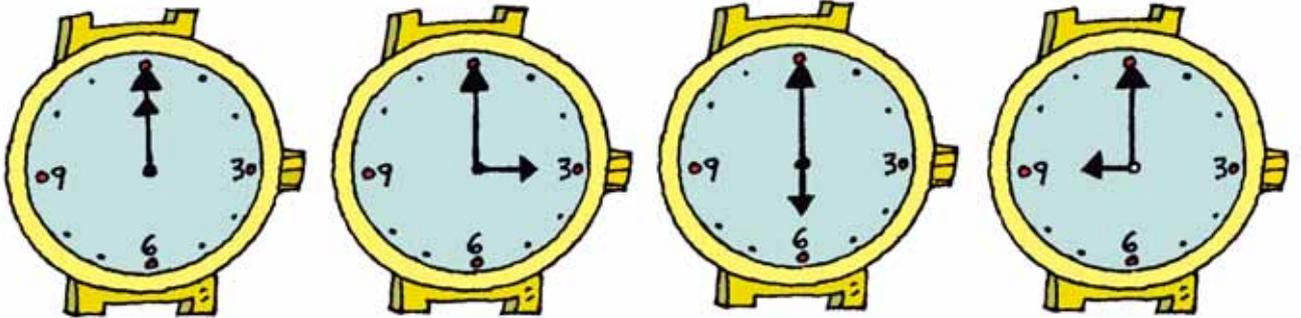
Los niños de 1 año son demasiado pequeños para sentirse responsables de algo que han hecho mal

Debemos dejar que el niño nos muestre el camino de lo que debe hacer e ir detrás de él

Las emociones de los niños expresan sus caprichos y no hay que hacerles caso

Según sea el reloj de los padres así será el desarrollo del niño





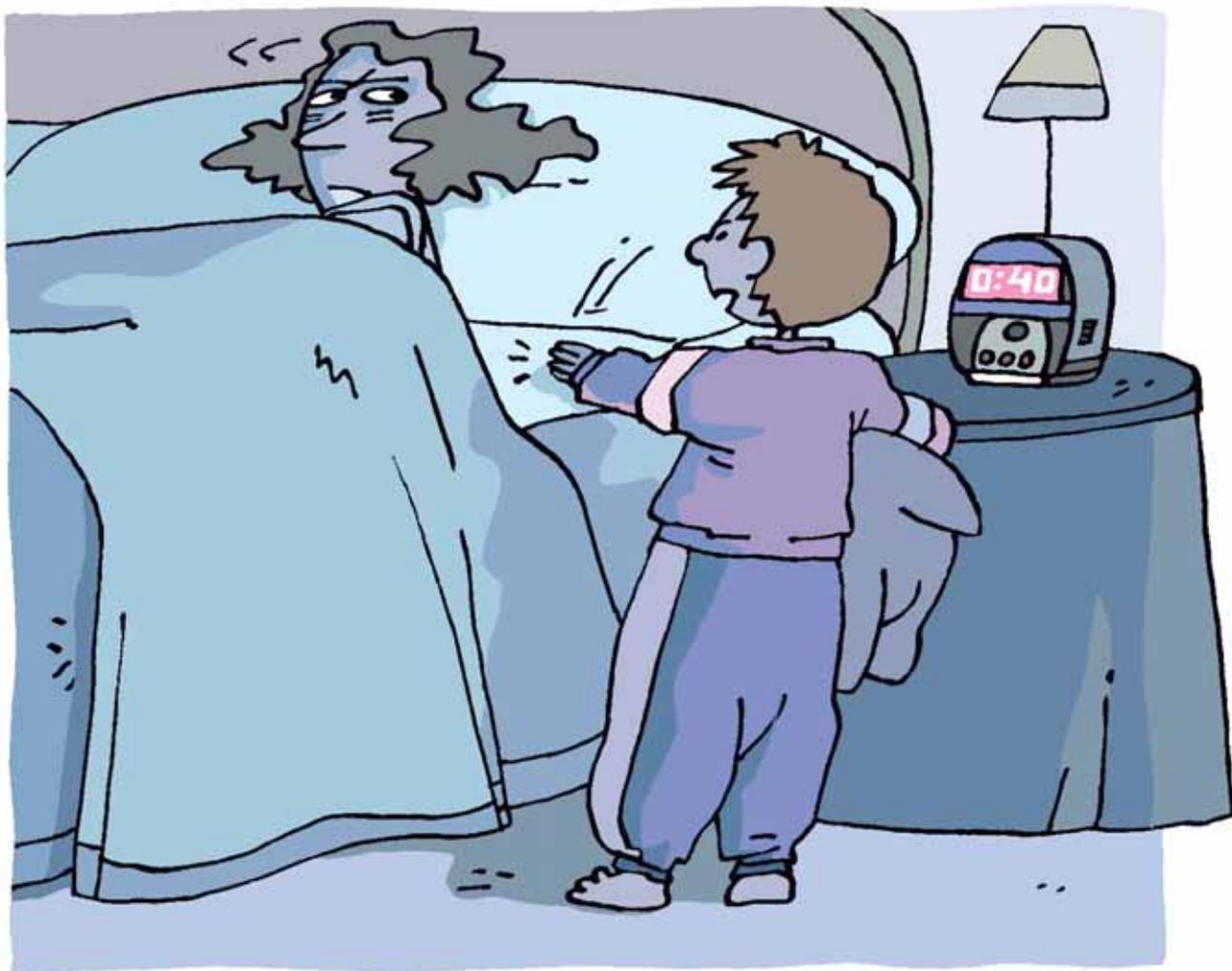








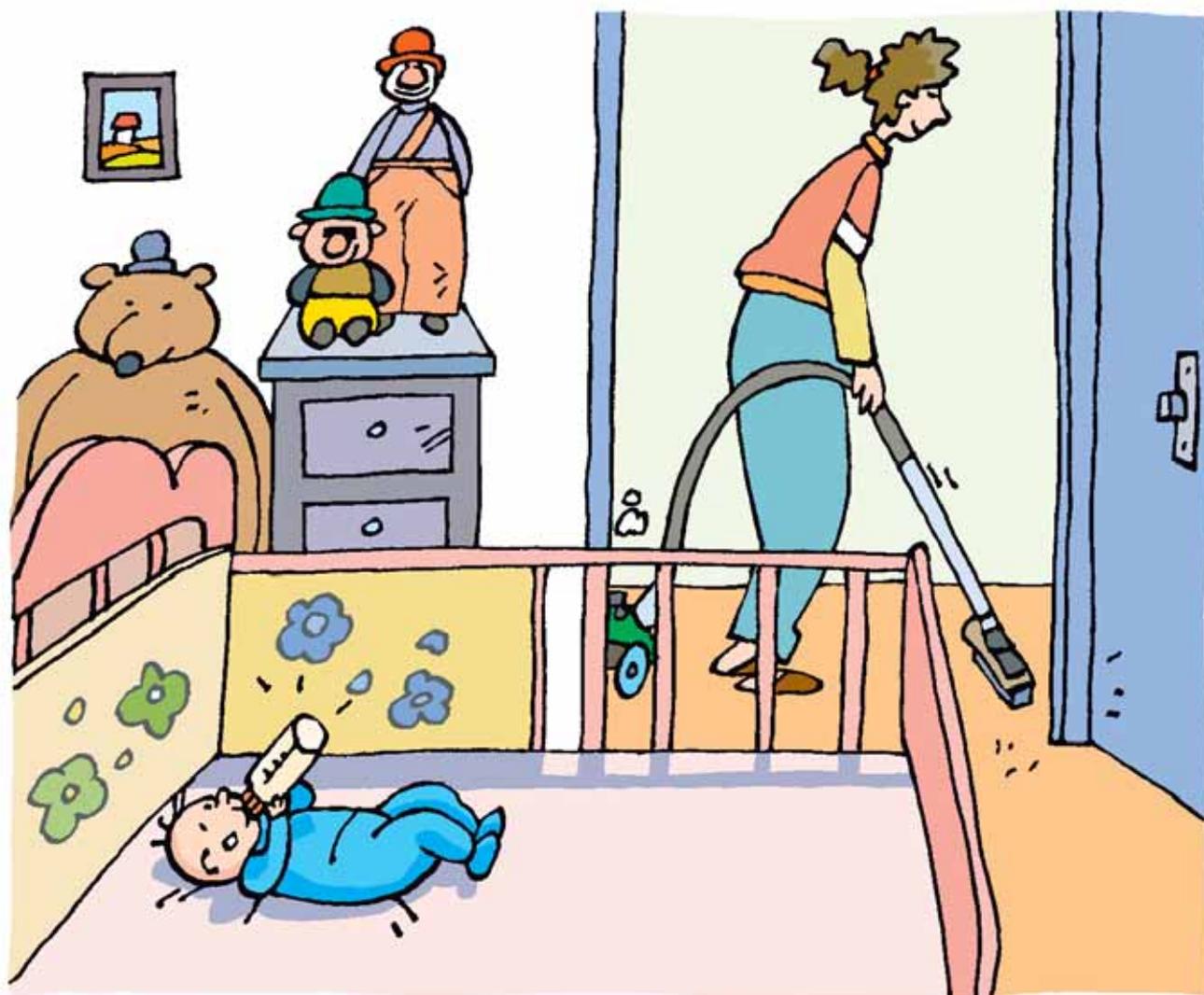




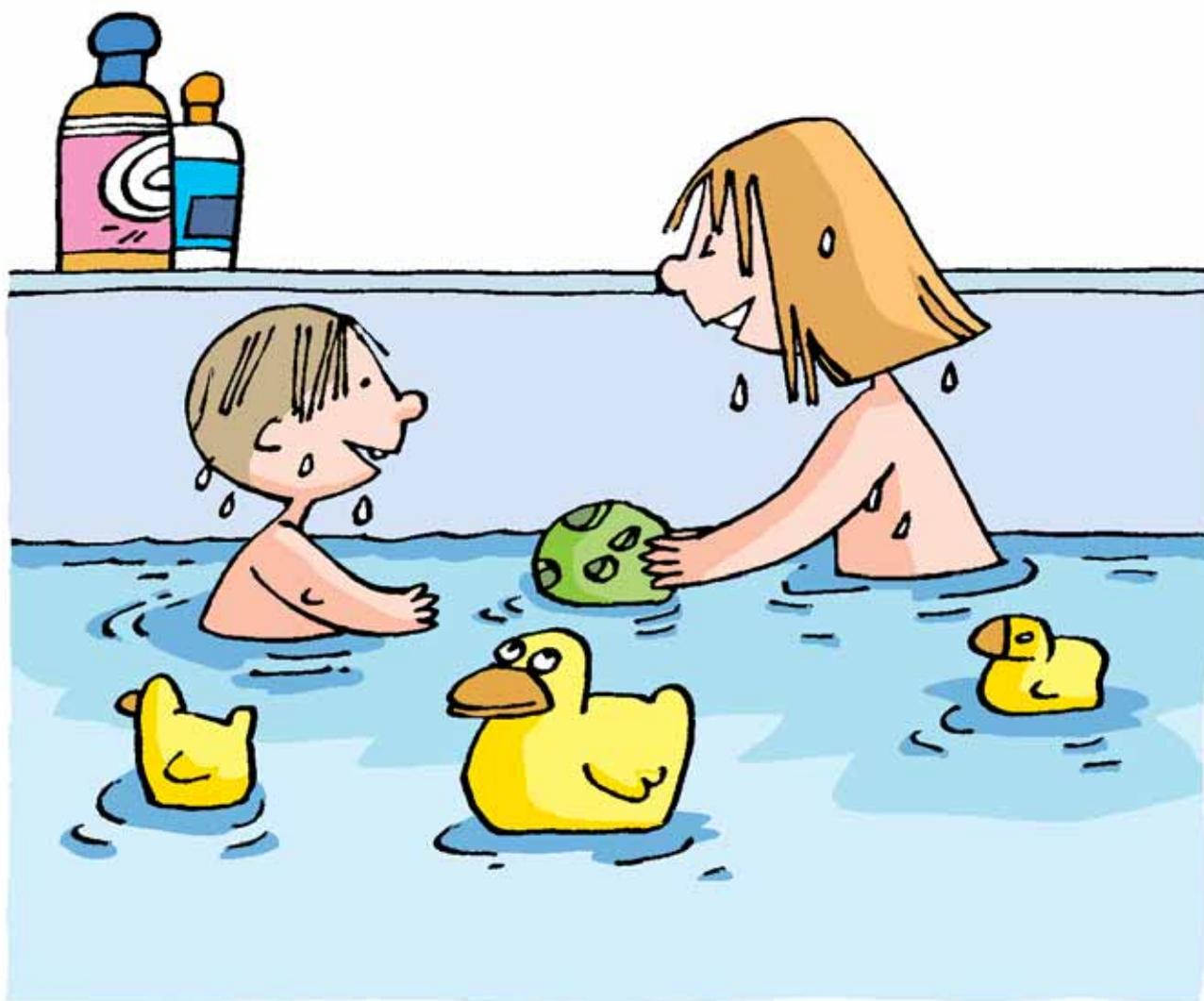






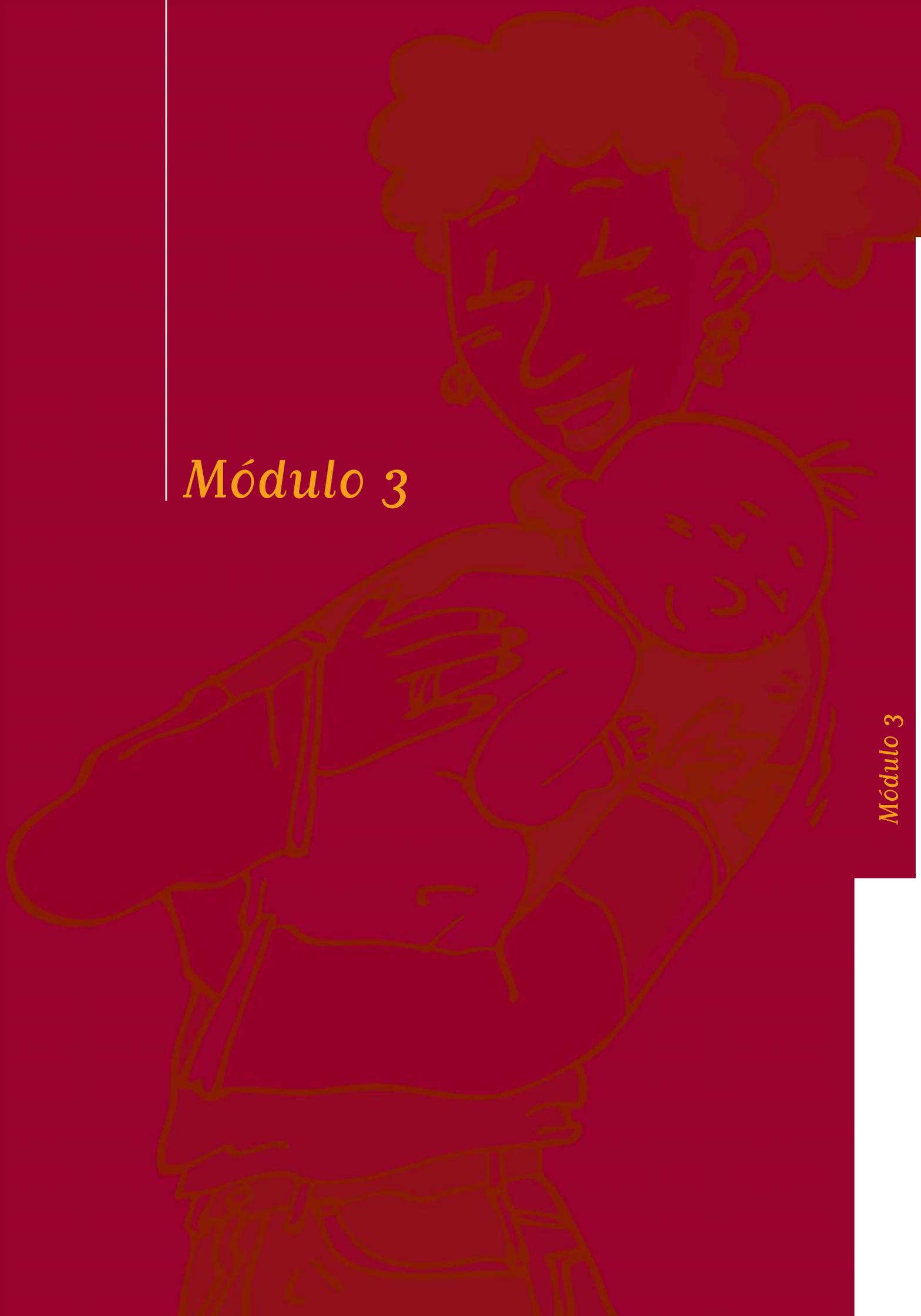








# Módulo 3





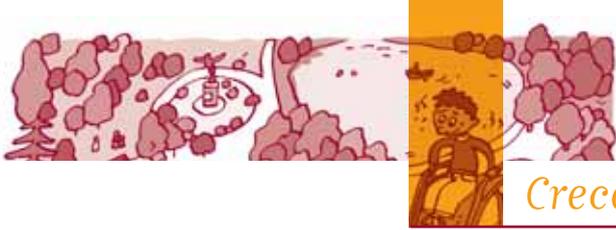


## Módulo 3. Aprender a regular el comportamiento infantil

### Introducción

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

¿Cómo se siente la madre, el padre o el cuidador más cercano a este niño o a esta niña?, ¿qué piensa sobre todo ello?, ¿se pone en el punto de vista del niño o la niña?, ¿entiende sus afanes de conocer y explorar el mundo?, ¿se apresta a la tarea de atenderlo con optimismo o se siente abrumada/o, frustrada/o y hasta enfadada/o por la enorme tarea que se la ha venido encima? y ¿cómo se prepara para reaccionar ante ese/a niño/a que parece que sólo



## Crecer Felices en Familia

---

sigue los dictados de su propia voluntad?; está claro que tendrá que reaccionar ante esta impulsividad del niño/a, pues de otro modo no sería posible la socialización. El quid está en cómo lo hace, cómo pone sus límites, cómo enseña las normas y cómo reacciona cuando su hijo/a las sigue o no las sigue, pues de todo ello va a depender el propio desarrollo del niño/a.

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

### Objetivos

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

### Sesiones que componen el módulo

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



### Sesión 1. Observamos el comportamiento de nuestros hijos

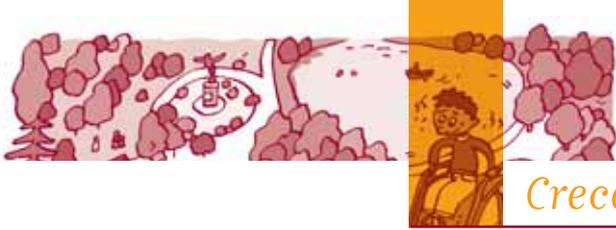
En esta sesión vamos a fomentar que la madre, el padre o el cuidador principal se acostumbre a observar el comportamiento del niño o de la niña. Esto es fundamental para que vea que es una personita que juega, que quiere explorarlo todo, que está llena de ideas, de intenciones, de deseos, de planes y de metas. Pero también le ayudaremos a observar cómo lleva a cabo su hijo/a las rutinas cotidianas y cuál es el estado de salud habitual del niño/a, porque estos son aspectos que le pueden llenar de satisfacción o por el contrario pueden inquietarle o preocuparle. Además, facilitaremos sus reflexiones sobre cómo se siente y qué pensamientos le vienen a la cabeza cuando observa a su hijo/a en estas situaciones. Queremos tener ante nosotros una variedad de sentimientos y de interpretaciones que suscita el comportamiento infantil para que nos sea más fácil identificar los nuestros propios entre ellos. Cómo sentimos y cómo percibimos el comportamiento de nuestro/a hijo/a es el punto de partida que nos llevará a tomar decisiones y a reaccionar de un modo u otro.

#### Objetivos

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

#### Actividades

- Actividad 1. Mi hijo/a no para ni un segundo.
- Actividad 2. El día a día con mi hijo/a.
- Actividad 3. Compromiso personal.



- Actividad 4. Recuerda.
- Actividad de estimulación padres-hijos. Vamos a aprender a calmar al niño/a.

### *Recursos para las actividades grupales*

- Cartulina.

### *Recursos para la actividad de estimulación padre-hijo*

- Chupetes.
- Sonajeros.
- Mordedores.
- Encajables.
- Juguetes manipulativos.
- Juguetes tactos, formas y colores.
- Pelota.

### **Actividad 1. Mi hijo/a no para ni un segundo**

En esta actividad los participantes van a recordar algunas situaciones recientes en las que se han visto abrumados por el comportamiento de sus hijos. Situaciones en las que los niños rompieron algo valioso, querían meterse cosas peligrosas en la boca, no paraban quietos, querían jugar cuando no debían, no nos dejaban hacer algo que queríamos hacer, lloraban sin motivo aparente, etc. Para ello, los participantes se ponen en corro y un/a participante empieza con la frase: El otro día me pasó... Me sentí... Pensé que...; y así sucesivamente con los que quieran intervenir contando alguna anécdota de este tipo. El mediador va tomando nota de todo ello en un mural separado en tres partes, a la izquierda: el suceso; al centro mis sentimientos; a la derecha lo que pensé en aquel momento de ese comportamiento de mi hijo/a, como se muestra a continuación.

Suceso	Sentimientos	Pensamientos
--------	--------------	--------------

---



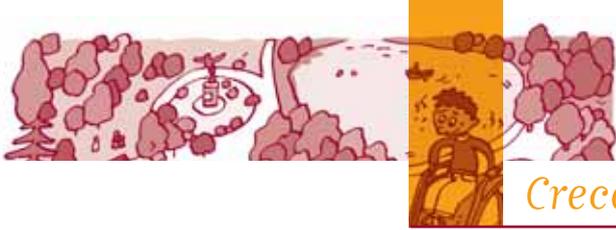
El mediador debe estar atento por si surgen los siguientes puntos de vista:

- La madre o el padre se pone en el punto de vista del niño/a, lo comprende y tiende a interpretar el suceso como un signo de sus necesidades de exploración, curiosidad, relativiza el suceso porque están aprendiendo, hay que tener paciencia con ellos, controlo mi primer pensamiento de disgusto, etc.
- La madre o el padre le atribuyen intenciones negativas y hasta hostiles al niño/a: me sabe sacar de quicio, me enfada, lo hace para fastidiarme, basta que tenga un día malo para que..., no me deja hacer nada para tenerme a su disposición, etc.
- La madre o el padre no están accesibles desde el punto de vista emocional: me pone triste, me agota, me siento sin vitalidad, siento que no puedo seguirle, no entiendo lo que se propone, le dejo que haga lo que quiere con tal de que me deje tranquilo/a un poco, etc.
- La madre o el padre confiesan que actúan sin pensar y dejándose llevar por el momento, no se preguntan nada sobre la conducta del niño/a, sino que reaccionan ante ésta con la finalidad de buscar alivio a la tensión que les produce: me dejo llevar, no me puedo controlar, unas veces tengo paciencia pero otras..., depende de cómo me encuentre de humor o de estado de ánimo tengo más o menos paciencia, etc.

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

### **Actividad 2. El día a día con mi hijo/a**

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



## Crece Felices en Familia

- > **M3.1.2.1.** Mi hijo/a no duerme, se despierta varias veces durante la noche y luego está de mal humor durante el día.
- > **M3.1.2.2.** Mi hijo/a come mal cualquiera que sea la comida que yo le hago y tiene bajo peso.
- > **M3.1.2.3.** Mi hijo/a coge un catarro tras otro y tengo que estar siempre en casa con él/ella.

En los tres casos aparece una viñeta central con el suceso y el mediador planteará varias reacciones de los padres a su alrededor:

- La madre o el padre se preocupa y se pregunta por qué le pasa eso, qué puede hacer por su parte para cambiar la situación, qué consecuencias negativas puede tener para el niño/a.
- La madre o el padre se enfadan y se frustran porque piensan que es un problema del niño/a, que parece que lo hace a propósito, por sus manías, que les condiciona la vida.
- La madre o el padre no entienden lo que pasa y no saben cómo actuar, sólo saben que están agotados, y piensan que el/la niño/a estará mejor con su abuela u otra persona que sepa cómo tratarlo.
- La madre o el padre a veces tienen paciencia pero otras veces se desesperan y las cosas van a peor; lo que quieren es que pase todo como quien hace magia.

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

### Actividad 3. Compromiso personal

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



Los participantes realizarán el registro en la hoja "Compromiso personal", escribiendo en la primera columna el compromiso que desean conseguir, para comentar los pensamientos positivos que han surgido en la siguiente sesión, y en la siguiente columna el grado de cumplimiento que han conseguido: total, medio o bajo grado de cumplimiento.

### Compromiso 1



### Actividad 4. Recuerda

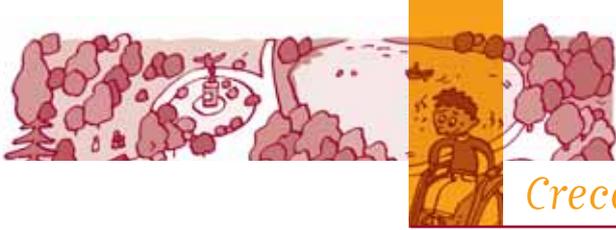
El mediador para finalizar la sesión propondrá a los participantes una actividad de síntesis de los aspectos más importantes trabajados durante la sesión, con la finalidad de ayudar a recordar y sintetizar las ideas claves.

Ante el comportamiento de los hijos...

	Verdadero	Falso
Los padres deben estar atentos y observarlos para ver lo que quieren y necesitan.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Los padres no pueden hacer nada para cambiarlo.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Lo que piensan y sienten los padres no influye para nada en los hijos.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hay que tener paciencia y hacer todo lo que nos pidan nuestros hijos.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Cuando tengo dudas sobre cómo reaccionar me pongo en el punto de vista del niño.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

### Actividad de estimulación padres-hijos. Vamos a aprender a calmar al niño/a

Para esta actividad el mediador debe dividir a los participantes en dos grupos: por un lado, aquellos que tengan hijos entre 0 y 2 años, y por otro lado, los que sus hijos/as tengan entre 3 y 5 años.



## *Crecer Felices en Familia*

---

### ***Grupo de 0-2 años***

La finalidad principal de la actividad es que los participantes quiten a su hijo/a un juguete que les gusta, por ejemplo el chupete, el sonajero, etc., para generar un episodio de angustia, nerviosismo, excitación, etc., y trabajar con sus hijos como calmarlos ante estas situaciones y poner en práctica los contenidos trabajados durante la sesión.

Para realizar la actividad, y teniendo en cuenta que no es adecuado generar en todos los bebés estados de angustias y/o nerviosismo, el mediador seleccionará a uno/a o dos para poder realizar la actividad, de tal manera que el resto de las madres ayudarán a calmar a estos bebés a través de canciones, distraerles con otros objetos, acunarles, hablarles, etc. Si la situación de llanto se ha producido espontáneamente, mejor.

### ***Grupo de 3-5 años***

La finalidad principal de la actividad es, al igual que con los participantes anteriores, trabajar las estrategias para calmar a los hijos frente a un estado de frustración al no poder hacer algo que quieren hacer.

Para ello, los niños estarán jugando con la pelota y los padres les tienen que decir a los niños que no pueden seguir jugando, lo que genera en ellos un estado de enfado, desobediencia, nerviosismo, etc., que los padres tendrán que conseguir calmar a través de sus explicaciones, de la utilización de estrategias de distracción, de proponer nuevos juegos, etc. Todos estarán atentos para ver de qué modo se calman mejor los niños.

# Actividad 1



Suceso

Sentimientos

Pensamientos



# Compromiso personal



## Compromiso 1





# Actividad 4



Verdadero

Falso

Los padres deben estar atentos y observarlos para ver lo que quieren y necesitan.

Los padres no pueden hacer nada para cambiarlo.

Lo que piensan y sienten los padres no influye para nada en los hijos.

Hay que tener paciencia y hacer todo lo que nos pidan nuestros hijos.

Cuando tengo dudas sobre cómo reaccionar me pongo en el punto de vista del niño.









### Sesión 2. Establecemos normas y ponemos límites al comportamiento infantil

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

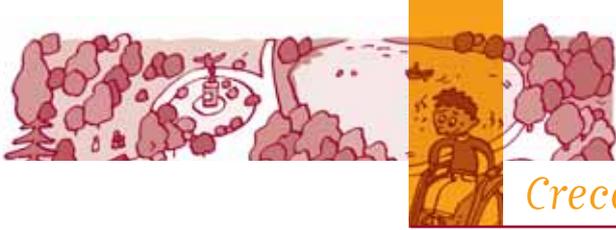
Para ello, realizaremos una serie de actividades donde nos pondremos en el punto de vista del niño/a, veremos distintas formas de reaccionar ante caprichos y ante el aprendizaje de determinados hábitos, con el fin de que todos reflexionen sobre el mejor modo de ayudar a sus hijos a que superen este primer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

#### Objetivos

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

#### Actividades

- Actividad 1. El planeta de las normas desconocidas.
- Actividad 2. Cómo actúo ante los caprichos de mi hijo/a.
- Actividad 3. Cómo lograr que mi hijo/a adquiriera buenos hábitos.
- Actividad 4. Compromiso personal.



- Actividad 5. Recuerda.
- Actividad de estimulación padres-hijos. Paso a paso.

### *Recursos para las actividades grupales*

- Colchonetas.
- Mantas.
- Cojines.
- Equipo de música.
- CD de música suave.
- Cartulinas.
- Rotuladores.

### *Recursos para la actividad de estimulación padre-hijo*

- Sonajeros.
- Encajables.
- Juguetes manipulativos.
- Juguetes tactos, formas y colores.
- Puzzles.

### **Actividad 1. El planeta de las normas desconocidas**

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

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

*La única forma de saber si lo que hacemos está bien o está mal en este planeta es esperar a ver las reacciones que provocamos en los demás; si los demás no hacen nada y pasan de largo es mala señal, porque a lo mejor es que no se interesan por nosotros, o a lo mejor está bien lo que hemos hecho... A partir de la indiferencia o del*



*silencio no podemos saber lo que está bien y lo que está mal... Nos sentimos ignorados, pues da la impresión de que no importamos a nadie de por aquí...*

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

*Afortunadamente, nuestros temores eran infundados; al parecer hemos dado con un planeta donde la gente es muy amable y está pendiente de nuestras necesidades. Se han dado cuenta de que no conocemos las reglas del juego, pues somos recién llegados, y observan nuestros gestos y formas de hacernos entender..., incluso nos reímos unos de otros porque se dan situaciones verdaderamente cómicas...*

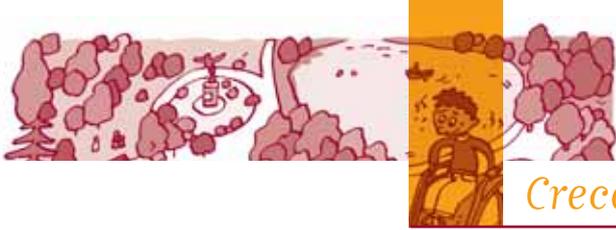
*Pero lo que realmente nos está ayudando es observar que las personas a nuestro alrededor, de modo coherente, nos sonríen y alientan con palabras que suenan muy bien cuando hacemos algo bueno y acorde con las normas, o nos corrigen cuando hacemos algo malo, dándonos las razones de por qué nos hemos equivocado.*

*Todavía nos ayuda más cuando nos apoyan y ayudan en la tarea para que la próxima vez nos sea más fácil hacerlo bien. De este modo, aunque al principio nadie nos dio la lista de normas en las que se basa la convivencia en este planeta, las hemos ido aprendiendo y tenemos seguridad para actuar con confianza... Cada vez pensamos menos en volver a la tierra..., después de todo, hay gente buena y sensible en todas partes..."*

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

### **Actividad 2. Cómo actuó ante los caprichos de mi hijo/a**

Una de las situaciones donde más se ve la necesidad de establecer normas y límites es cuando los niños tienen un capricho. Estamos ante un caso donde se ve la imperiosa necesidad de salirse con la suya y al mismo tiempo la necesidad que tienen los padres de enseñarle las reglas del juego social: ¿cómo se



## Crecer Felices en Familia

hace?, ¿tenemos asegurada la rabieta si nos oponemos a sus deseos?, ¿es necesario ofrecerle cierta resistencia?, ¿le vamos a frustrar por ello?, ¿es negativa la frustración? y ¿hay que darles gusto en todo para que vean que les queremos y que buscamos su felicidad?

Empezaremos presentando a los participantes cinco episodios en los que se observan diferentes formas de reaccionar ante un capricho. Sabemos que es un capricho porque no satisface ninguna necesidad básica del niño/a, de las que ya hemos trabajado en el módulo anterior, pero es algo que el niño QUIERE YA, AHORA MISMO y nos presiona para conseguirlo de la mejor forma que sabe, que es llorando o incluso comenzando una rabieta. El mediador puede seleccionar, en función del tiempo del que disponga, aquellos episodios que considere que son más significativos para los padres y madres del grupo, pero siempre deben estar presentes episodios con consecuencias positivas y negativas para el desarrollo y la educación de los hijos.

En las diferentes viñetas aparece un niño de cuatro años en un supermercado que empieza a llorar y pedir a gritos porque quiere una tableta de chocolate antes de comer. Además, también se muestra las diferentes reacciones que los padres y las madres tienen ante la "perreta" o el "berrinche" que tiene el niño porque quiere la chocolatina.

- > **M3.2.2.1.** Niño llorando. El padre le deja llorar y no le presta atención, sigue comprando en el supermercado (ignorar).
- > **M3.2.2.2.** Niño llorando. La madre le compra la tableta de chocolate (permisivismo).
- > **M3.2.2.3.** Niño llorando. La madre comienza a gritarle al niño, diciéndole que se calle y que deje de llorar (hostilidad, irritación).
- > **M3.2.2.4.** Niño llorando. El padre le dice al niño que espere que hay que comprar la comida, llegar a casa para hacerla y después de comer le da una que hay en casa. Mientras tanto le da las cosas para que las vaya colocando en el carro (autocontrol).
- > **M3.2.2.5.** Niño llorando. El padre le dice que le castigará cuando lleguen a casa sin ver TV por la tarde por haberse portado mal (control externo).
- > **M3.2.2.6.** La madre le dice que ayer le dio la tableta de chocolate pero que hoy no tiene tiempo para comprársela (incoherencia).

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



La finalidad es que puedan analizar las diferentes formas de actuar con sus hijos y las consecuencias que tiene cada interacción. El mediador irá anotando las principales ideas que han expuesto para cada uno de los episodios, con la finalidad de hacer entre todos una síntesis de las reflexiones realizadas.

### **Actividad 3. Cómo lograr que mi hijo/a adquiera buenos hábitos**

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

A continuación, se presenta un mural con dos grandes círculos cada uno con un título: el rincón de las buenas ideas y el rincón de las malas ideas. El mediador les entregará 10 tarjetas con ideas que tienen que colocar en el rincón correspondiente. Las ideas están escritas en tarjetas separadas y desorganizadas, de modo que deben ir colocándolas en su sitio diciendo por qué consideran que van en ese rincón.

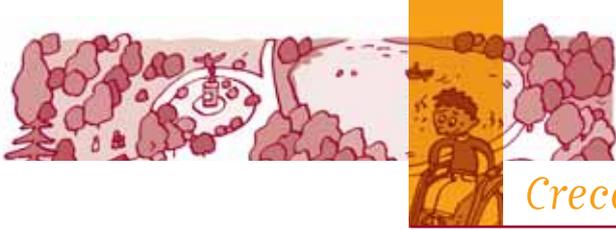
*Nota para el mediador: el mediador tiene que decir a los participantes que hay 5 ideas para cada uno de los rincones y que, por lo tanto, al finalizar la actividad los dos rincones tienen que tener 5 ideas cada uno.*

#### **Tarjetas con buenas ideas:**

- Apoyarme en rutinas y llevar una vida organizada.
- Reforzar el comportamiento positivo e ignorar el negativo.
- Darles señales de afecto todo el tiempo.
- Supervisar cómo lo van haciendo y darles pistas de cómo lo pueden mejorar.
- Reaccionar de una misma manera de unas veces a otras.

#### **Tarjetas con malas ideas:**

- Cambiar las rutinas, pues los niños se aburren.
- Regañarle cada vez que le vemos hacer algo mal.
- Cuando se está portando bien no decirles nada.
- Ponerlos siempre a comer aparte para que no cojan malos hábitos de los adultos.
- Dejarles que aprendan solos porque así se valorarán más.



Una vez realizado el ejercicio se analizará la propia situación familiar a través de la siguiente reflexión, “Y ustedes, en su familia, ¿cómo actúan cuando quieren que sus hijos adquieran algún hábito?”, para posteriormente preguntarles: ¿cómo se sienten actuando de esa manera? y ¿por qué lo hacen así?

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

### Actividad 4. Compromiso personal

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

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

#### Compromiso 1



### Actividad 5. Recuerda

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



	Verdadero	Falso
Al niño hay que atenderle siempre y darle lo que pide, se esté portando bien o mal	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
En el momento que el niño está muy furioso, durante las rabietas hay que explicarle por qué está mal lo que hace	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mostrarse cariñoso con el niño todo el tiempo no es bueno, ya que no le permite distinguir cuándo se porta bien y cuando se porta mal	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hay que darles algunas pistas a los niños en las tareas para que la próxima vez lo hagan mejor	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Las rutinas diarias les ayudan a aprender mejor y más rápido	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

### Actividad de estimulación padres-hijos. Paso a paso

Para esta actividad el mediador debe dividir a los participantes en dos grupos: por un lado, aquellos que tengan hijos entre 0 y 2 años, y por otro lado aquellos cuyos/as hijos/as tengan entre 3 y 5 años.

#### **Grupo de 0-2 años. Lo vamos a pasar bien juntos**

La finalidad principal de la actividad es que los participantes realicen de manera cooperativa con sus hijos una actividad lúdica con un juguete ajustado a la edad del niño/a (un encajable, juego manipulativo, sonajero, etc.).

Para ello, el mediador dará a cada uno de los participantes un juego ajustado a la edad de sus hijos y guiará el tiempo de interacción entre ambos, para que los participantes se impliquen en la tarea, ayuden a sus hijos, participen activamente, etc. Se trata de que cooperen con sus hijos dándoles las ayudas que necesitan sin pasarse de activos ni de pasivos.



## *Crecer Felices en Familia*

---

### ***Grupo de 3-5 años. Mi puzle preferido***

La finalidad principal de la actividad es que los participantes realicen de manera cooperativa un puzle con sus hijos utilizando los contenidos que se han trabajado durante la sesión.

Para ello, el mediador entregará un puzle a cada uno de los participantes para que lo realice con su hijo/a. Durante el desarrollo de la actividad los/as participantes tendrán que establecer unas normas, supervisar cómo están realizando la tarea, mostrarles afecto, animarles cuando encajan las piezas, facilitar la tarea agrupando las piezas por colores, etc.

## Actividad 3



*Regañarle cada vez que le vemos hacer algo mal.*

*Cuando se está portando bien no decirles nada.*

*Ponerlos siempre a comer aparte para que no cojan malos hábitos de los adultos.*

*Dejarles que aprendan solos porque así se valorarán más.*

*Apoyarme en rutinas y llevar una vida organizada*

*Cambiar las rutinas pues los niños se aburren.*

*Darles señales de afecto todo el tiempo.*

*Reforzar el comportamiento positivo e ignorar el negativo.*

*Reaccionar de una misma manera de unas veces a otras.*

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



# Compromiso personal



## Compromiso 1





# Actividad 5



Verdadero

Falso

Al niño hay que atenderle siempre y darle lo que pide, se esté portando bien o mal

En el momento que el niño está muy furioso, durante las rabietas hay que explicarle por qué está mal lo que hace

Mostrarse cariñoso con el niño todo el tiempo no es bueno, ya que no le permite distinguir cuándo se porta bien y cuándo se porta mal

Hay que darles algunas pistas a los niños en las tareas para que la próxima vez lo hagan mejor

Las rutinas diarias les ayudan a aprender mejor y más rápido





























### Sesión 3. Educamos para la convivencia

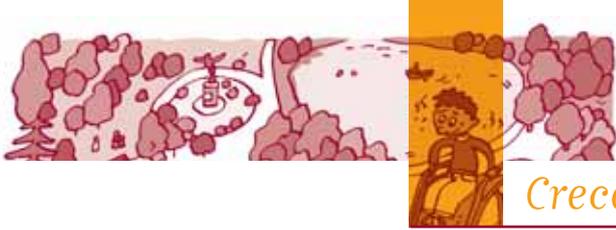
En esta sesión vamos a reflexionar sobre las consecuencias de nuestro comportamiento en el desarrollo del niño/a, para entender que lo que hacemos tiene consecuencias buenas o malas para el desarrollo social del niño/a. En esta sesión veremos los diferentes estilos educativos de manera más sistemática,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

#### Objetivos

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

#### Actividades

- Actividad 1. Los caminos de la educación.
- Actividad 2. Cada oveja con su pareja.
- Actividad 3. Compromiso.



- Actividad 4. Recuerda.
- Actividad de estimulación padres-hijos. Mis amigas las normas.

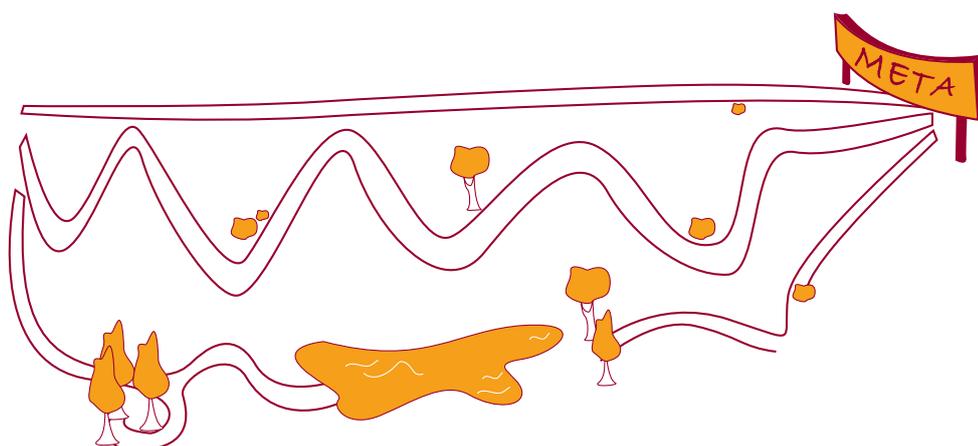
### Recursos para la actividad de estimulación padre-hijo

- Orinales.
- Lavabo.
- Toallitas.
- Pañales.

### Actividad 1. Los caminos de la educación

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

Las siguientes pautas educativas se presentan en tarjetas, que los participantes deben situar en los espacios del mapa colocados a tal efecto.





Las tarjetas que van en caminos directos al pueblo:

1. Decirle que no lo ha hecho bien y retirarle un privilegio.
2. Decirle que lo ha hecho bien cuando se porta adecuadamente.
3. Explicarle la norma para que la entienda.
4. Decirle seriamente que no está bien lo que ha hecho y que no lo puede hacer nunca más.

Las tarjetas que van por las carreteras con muchas curvas:

5. Ceder a lo que pide.
6. Perdonarle los castigos.
7. Ignorarlo cuando se porta bien.
8. Pedirle perdón por haberle negado algo.

Las tarjetas que llevan a precipicios o vías cortadas:

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

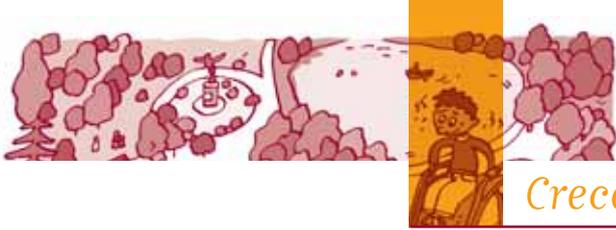
Se reparten las tarjetas a los participantes, para que las coloquen y, a continuación, ir una por una viendo por qué creen ellos que ése es su lugar.

Luego se terminará la actividad respondiendo a las preguntas del principio: ¿con cuál ha entendido mejor el/la niño/a lo que le queríamos decir?, ¿con cuál está el/la niño/a más feliz o más triste?, ¿con cuál el/la niño/a nos mira con confianza o se siente aturdido y nos rehúye? y ¿con cuál ha aprendido algo nuevo?

### Actividad 2. Cada oveja con su pareja

Ahora se trata de que asocien las pautas educativas anteriores con las consecuencias que provocan en el desarrollo del niño/a. Para ello las tarjetas anteriores tienen un borde como de rompecabezas y hay que juntarlas con las tarjetas que contienen las consecuencias que disponen también de esos bordes para hacer el ajuste. Todos los bordes son iguales, de modo que tienen que hacer las asociaciones teniendo en cuenta el contenido.

*Nota para el mediador: se ha seguido la misma numeración que en la actividad anterior para facilitar la tarea de asociarlas.*



### Tarjetas de consecuencias:

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

### Actividad 3. Compromiso

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

Las participantes realizarán el registro en la hoja "Compromiso personal", escribiendo en la primera columna el compromiso que desean conseguir y en la siguiente columna el grado de cumplimiento que han conseguido: total, medio o bajo grado de cumplimiento.

#### Compromiso 1





### Actividad 4. Recuerda

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

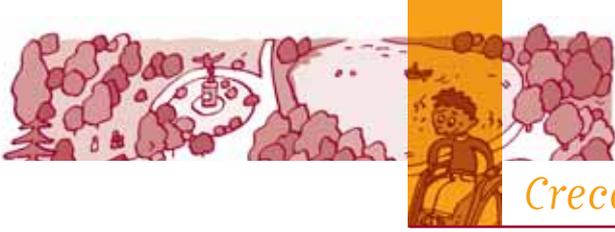
	Verdadero	Falso
Para conseguir que un hijo nos acabe obedeciendo hay que castigarlo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Los niños deben entender el por qué de las normas, y por eso hay que explicárselas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Una torta a tiempo evita muchos problemas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Los niños siempre reaccionan igual independientemente de lo que hagan sus padres	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Lograr que los hijos te obedezcan es lo más importante de la educación	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

### Actividad de estimulación padres-hijos. Mis amigas las normas

Para esta actividad el mediador debe dividir a los participantes en tres grupos: por un lado, aquellos que tengan hijos/as entre 0 y 1 año; entre 2 y 3 años y, por último, aquellos cuyos hijos tengan entre 4 y 5 años.

#### Grupo de 0-1 año. ¡Fuera aires!

Para el desarrollo de esta actividad el mediador trabajará con los participantes cómo quitar los aires a los bebés una vez que han terminado de comer y cómo realizar masajes cuando tienen gases. Para ello, el mediador debe habilitar la sala con el rincón "toma", en el que los participantes darán la toma a sus hijos y el mediador quitará a uno de los bebés los gases o le realizará un masaje en la barriguita sirviendo de modelo para el resto de los participantes. Una vez el mediador finalice con la actividad, el resto de los participantes realizará la actividad con sus hijos siguiendo el ejemplo del mediador.



## *Crecer Felices en Familia*

---

### ***Grupo de 2-3 años. El pipí***

La finalidad principal de esta actividad es comenzar a trabajar con los niños el control de esfínteres. Para ello el mediador explicará la importancia de dedicar diferentes momentos del día para el control del pipí.

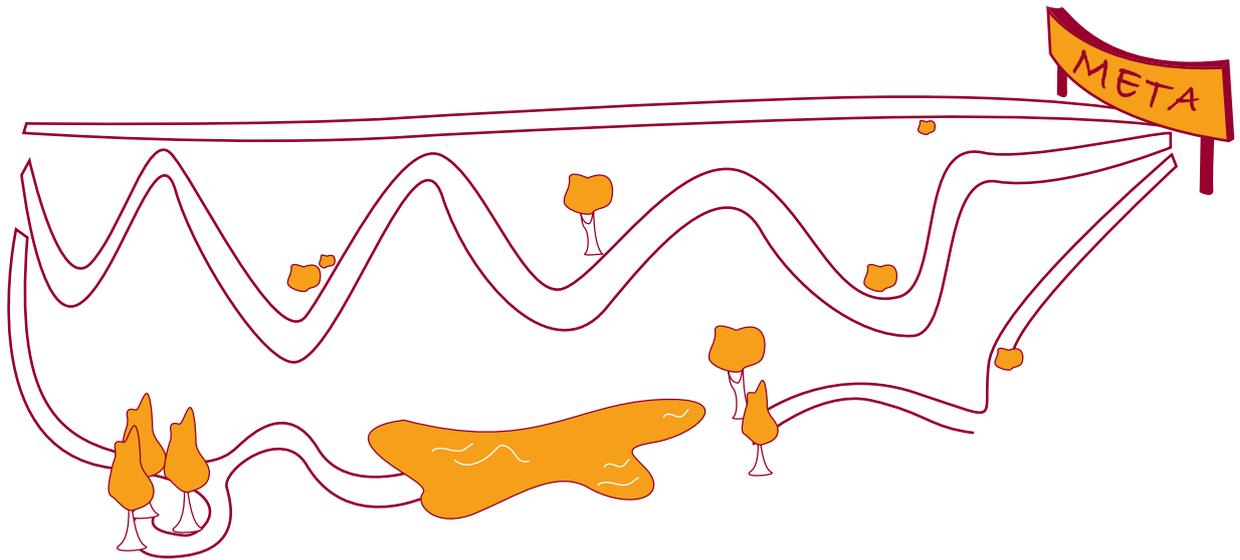
Para el desarrollo de la actividad el mediador creará el rincón del pipí, que debe estar habilitado con orinales para todos los niños, lavabo, toallitas, pañales, etc. A continuación, entregará a cada uno de los participantes un orinal, con formas divertidas, para que expliquen a cada niño/a que hay que empezar a controlar el pipí, por lo que cuando tengan ganas de hacerlo tienen que decirlo. Además, les explicarán que van a ponerse con ellos a las mismas horas todos los días para que empiecen a utilizar el orinal si es que no lo han hecho ya.

### ***Grupo de 4-5 años. ¡A vestirnos!***

La finalidad principal de esta actividad es desarrollar una mayor autonomía en los niños para que se puedan vestir solos; para ello cada uno de los participantes tendrá varias prendas de ropa de sus hijos y les ayudarán a que se vistan solos.

Por ejemplo: abrochar o desabrochar botones, ponerse o quitarse una camiseta, quitarse y ponerse calcetines, etc. Es importante que el mediador haga de guía para que los padres no consoliden aprendizajes inadecuados imitándose mal unos a otros. Cuidar que les hablen a los niños solicitando su ayuda y facilitándoles la tarea.

# Actividad 1





# Actividad 1



## Caminos:

*Decirle que lo ha hecho bien cuando se porta adecuadamente.*

*Decirle que no lo ha hecho bien y retirarle un privilegio.*

*Facilitarle la tarea para que tenga éxito.*

*Explicarle la norma para que la entienda.*

*Perdonarle los castigos.*

*Ceder a lo que pide.*

*Ponerse hostil y decirle que no esperamos nada bueno de él/ella.*

*Ignorarlo cuando se porta bien.*

*Darle un cachete o un azote.*

*Decirle que si se porta mal ya no le queremos.*

*Insultarle o burlarnos de él/ella.*



## Actividad 2



### Consecuencias:

*Hace lo que le dicen para recibir aprobación de los padres.*

*Hace lo que le dicen sin entenderlo por miedo al castigo.*

*Le resulta más fácil y satisfactorio aprender.*

*Termina haciéndolo por sí mismo/a ya que entiende el sentido de la norma.*

*No hace caso porque no se cree las amenazas de castigo.*

*Hace lo que él/ella quiere porque no tiene límites ni normas que seguir.*

*Se porta mal porque nadie espera que lo haga bien.*

*Se porta mal porque es cuando le prestan atención.*

*Rechaza la norma y aprende a responder de manera agresiva.*

*Se porta mal y se siente triste y rechazado.*

*No hace caso y desarrolla una conducta de desafío y de insulto a los adultos.*



# Compromiso



## Compromiso 1





# Actividad 4



Verdadero

Falso

Para conseguir que un hijo nos acabe obedeciendo hay que castigarlo

Los niños deben entender el por qué de las normas, y por eso hay que explicárselas

Una torta a tiempo evita muchos problemas

Los niños siempre reaccionan igual independientemente de lo que hagan sus padres

Lograr que los hijos te obedezcan es lo más importante de la educación





### Sesión 4. No hay una solución única

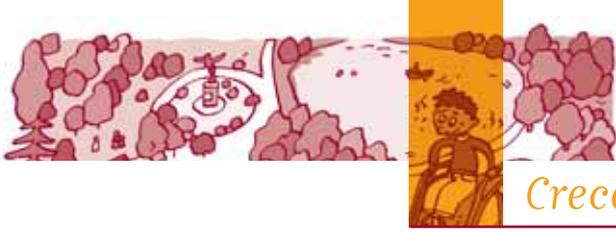
Alguien ha dicho que la educación es una tarea imposible. Es quizás una exageración pero es una forma de decir que educar es una tarea difícil y que requiere esfuerzo. La razón de ello es que no se pueden aplicar recetas prefabricadas del tipo: " Cuando haga esto tú haces esto otro". Son tantas cosas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

#### Objetivos

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

#### Actividades

- Actividad 1. Cuando educan padres y abuelos.
- Actividad 2. ¿Cómo reaccionamos?
- Actividad 3. Diferentes situaciones, diferentes formas de actuar.
- Actividad 4. Compromiso.
- Actividad 5. Recuerda.
- Actividad de estimulación padres-hijos. ¿Lo hacemos juntos?



### Recursos para las actividades grupales

- Televisor.
- Reproductor de vídeo o DVD.

### Recursos para la actividad de estimulación padre-hijo

- Colchonetas.
- Mantas.
- Cojines.
- Folios.
- Colores.
- Cordones de colores.

### Actividad 1. Cuando educan padres y abuelos

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

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

*“Cristina es una madre de 28 años que tiene tres hijos, Patricia de 7 años, Luis de 6 años y Claudia de 4 años, los cuáles ha criado y educado sola porque enviudó cuando nació su última hija. La jornada laboral de Cristina es muy amplia y, en muchas ocasiones, continúa en el hogar, por lo que sus hijos pasan más tiempo con la abuela materna que con su madre. Los fines de semana Cristina dedica casi todo su tiempo a sus hijos e intenta establecer normas y límites a sus comportamientos, pero le resulta muy difícil porque sus hijos están acostumbrados a las normas de su abuela. Así, los niños se han acostumbrado a ver la televisión hasta las 10 de la noche, no importa su edad, y cuando Cristina les apaga la televisión a las 8:30 de la noche se enfadan muchísimo y le dicen que es mala con ellos. Ante esta situación, cuando sus hijos no se comportan como ella quiere, pierde la paciencia y quiere recuperar en dos días el control sobre sus hijos. Entonces la abuela se ofende y le echa en cara que no tiene confianza en su forma de educar”.*



Algunas preguntas que el mediador puede plantear a los participantes para la discusión en pequeños grupos serían:

- ¿Los niños tienen claro el sistema de normas y límites de la familia?
- ¿Es bueno que haya diferencias entre la forma de educar de la madre y la abuela?
- ¿Qué repercusiones puede tener esta situación en el desarrollo de los niños?
- ¿Qué repercusiones sobre las relaciones entre la abuela y la madre?

### Actividad 2. ¿Cómo reaccionamos?

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

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

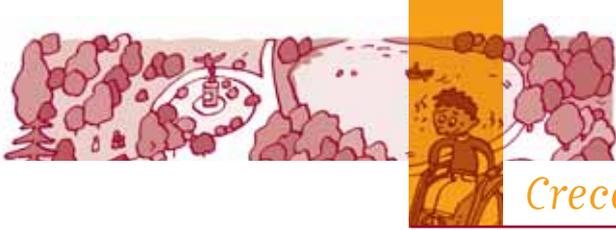
*Nota para el mediador: cuando el número de participantes en la sesión no sea el suficiente para poder desarrollar la actividad como ha sido planificada, el mediador tendrá que asumir el rol de hijo/a para poder realizar la actividad.*

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

**Número 2.** Es un/a niño/a con más dificultades, tiene un temperamento irritable, le cuesta formar hábitos de sueño, de alimentación o juego.

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

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



## Crecer Felices en Familia

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

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

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

### Actividad 3. Compromiso personal

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

Los participantes realizarán el registro en la hoja "Compromiso personal", escribiendo en la primera columna el compromiso que desean conseguir y en la siguiente columna el grado de cumplimiento que han conseguido: total, medio o bajo grado de cumplimiento.

#### Compromiso 1



### Actividad 4. Recuerda

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



El comportamiento de los hijos...	Verdadero	Falso
Depende de la edad y el carácter fácil o difícil del niño	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Está influido por las pautas educativas de los padres	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Debe tener un único marco de referencia en cuanto a normas y límites en la familia	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Los padres...	Verdadero	Falso
Tienen que hacer lo mismo cualquiera que sea la situación que se les presente	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Tienen que utilizar diferentes pautas educativas en función de la edad de los niños	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Tienen que ser coherentes y flexibles	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

### Actividad de estimulación padres-hijos. ¿Lo hacemos juntos?

Para esta actividad el mediador debe dividir a los participantes en tres grupos: por un lado, aquellos que tengan hijos entre 0 y 1 año; entre 1 y 2 años y, por otro lado, aquellos cuyos hijos tengan entre 3 y 5 años.

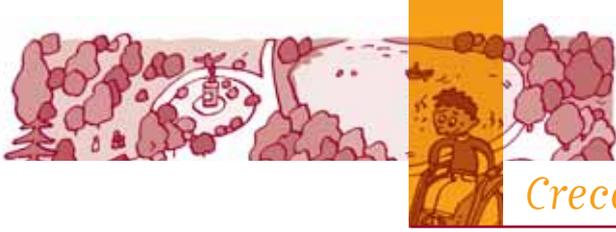
#### Grupo entre 0 y 1 año. Mis primeros ejercicios

Para el desarrollo de esta actividad el mediador explicará a los participantes la importancia de la estimulación psicomotriz en los primeros meses de vida de los bebés y la necesidad de trabajar conjuntamente con sus hijos para favorecer el desarrollo motor.

El mediador acondicionará la sala con colchonetas, mantas y cojines para que los participantes puedan realizar actividades de estimulación con sus hijo/as (estiramientos, bicicleta, gatear, hacer fuerza en los pies, mover objetos, etc.)

Ejemplos de actividades de estimulación:

- La bicicleta: Para ello se acuesta al bebé sobre su espalda y se le mueven las piernas como si estuviese montando en bicicleta. Con este ejercicio vamos a mejorar el tono muscular de las piernas de nuestro bebé.



## Crecer Felices en Familia

---

- Los cordones saltarines: Durante el tiempo de juego con el bebé, se tumba al bebé con la espalda apoyada sobre una superficie blanda, se le atan cordones de colores vivos a los tobillos del niño/a y se observa cómo patalea y disfruta.

### **Grupo entre 1 y 2 años. Saltando**

Para el desarrollo de esta actividad el mediador explica a los participantes que van a realizar un juego que se llama " saltando " ; este juego consiste en que cada uno de los padres y madres tienen que saltar con su hijo/a siguiendo una secuencia que el mediador va diciendo en voz alta, de tal manera que si padres e hijos no juegan de manera conjunta perderán.

La dinámica del juego consiste en que padres e hijos se ponen en parejas y el mediador va dando a cada una de las parejas diferentes instrucciones sobre cómo saltar: agacharse, saltar con los brazos en alto, con las manos en la cadera, saltar de la mano, etc. Al final, ganarán aquella o aquellas parejas que hayan estado más sincronizados y hayan trabajado de manera más conjunta.

### **Grupo entre 3 y 5 años. Mi familia**

Para el desarrollo de esta actividad el mediador entregará a los participantes folios y colores para que realicen conjuntamente con sus hijos un dibujo de su familia. Los padres tendrán unos colores, por ejemplo, el rojo, verde y amarillo, y los niños tendrán otros colores, por ejemplo, el azul, naranja y rosa. Para poder realizar el dibujo tendrán que trabajar en conjunto, puesto que no se pueden intercambiar los colores, y tendrán que ir realizado y coloreando entre los dos el dibujo de la familia.

La idea de todo ello es el trabajo conjunto y coordinado con los hijos, que aprendan a cooperar, a esperarse unos a otros, a obtener metas conjuntamente.

# Compromiso personal



## Compromiso 1





# Actividad 4

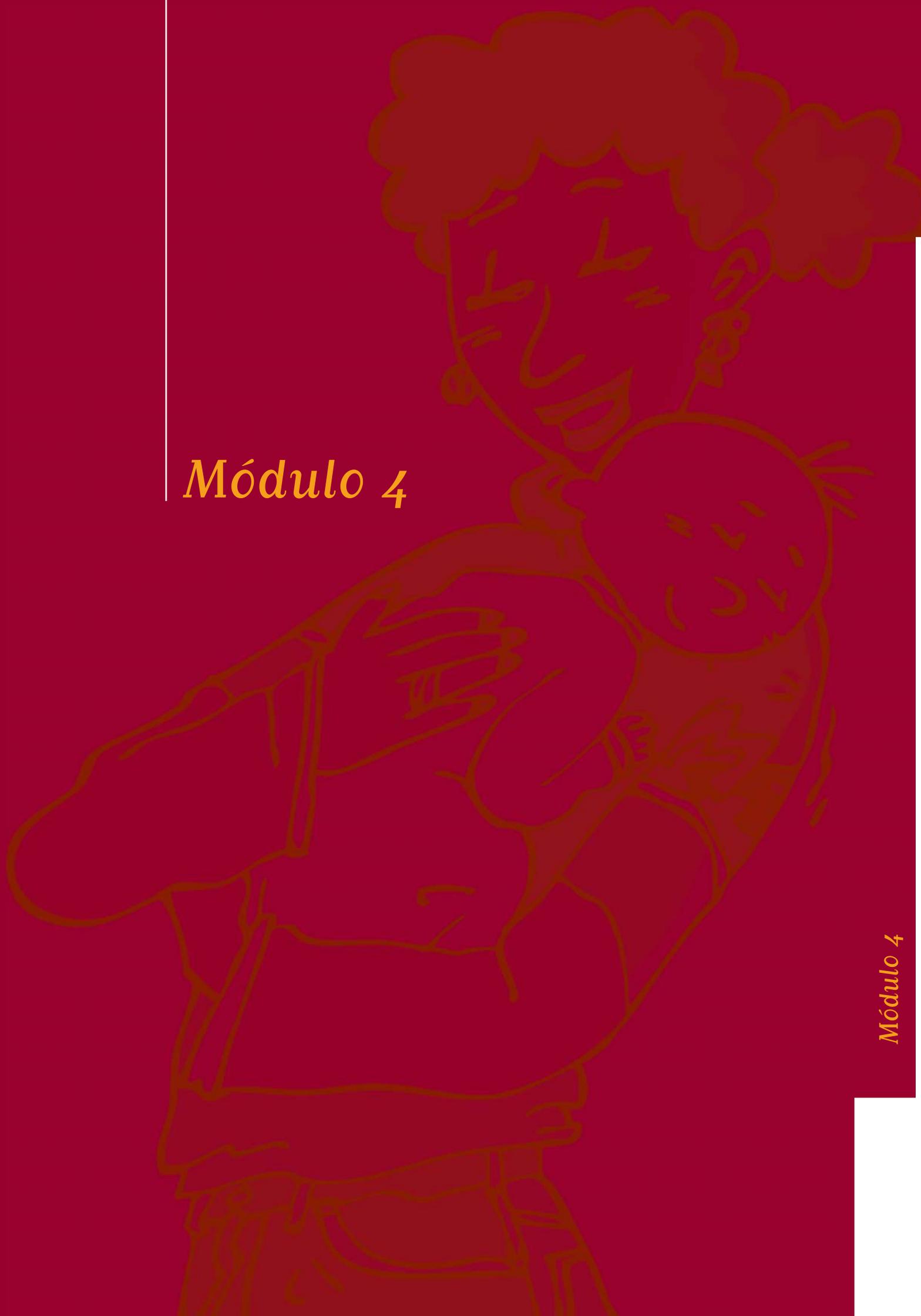


El comportamiento de los hijos...	Verdadero	Falso
Depende de la edad y el carácter fácil o difícil del niño	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Está influido por las pautas educativas de los padres	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Debe tener un único marco de referencia en cuanto a normas y límites en la familia	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Los padres...	Verdadero	Falso
Tienen que hacer lo mismo cualquiera que sea la situación que se les presente	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Tienen que utilizar diferentes pautas educativas en función de la edad de los niños	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Tienen que ser coherentes y flexibles	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



# Módulo 4







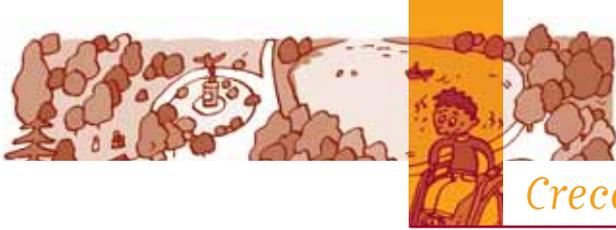
## Módulo 4. La primera relación con la escuela

### Introducción

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

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

El proceso de aprendizaje de los niños se desarrolla tanto en el hogar como en el contexto educativo de manera complementaria. A esta edad, como a cualquier otra, es frecuente que los padres atribuyan a la escuela más responsabilidad y protagonismo en la educación de los hijos, mientras que los profesores suelen considerar que es en la familia donde deben darse los aprendizajes sociales más importantes. Pero la realidad es que, aunque ambos espacios de enseñanza se solapan en algunos aspectos, hay que reconocer qué labor es



## Crecer Felices en Familia

---

complementaria, ya que suponen aprendizajes muy diversos. Por un lado, la familia es el primer contexto de socialización de los niños en el que construyen afectos, aprenden rutinas, afianzan hábitos, desarrollan su personalidad, etc. Por otro lado, el contexto educativo ofrece a los niños un escenario de desarrollo social mucho más rico que les permite interactuar con los iguales, desarrollar su autonomía y la capacidad de distanciamiento de la familia, aprender a comportarse en un nuevo escenario con otras reglas y otros adultos que son sus profesores. Si en la familia aprenden a regular su comportamiento de acuerdo con una autoridad "informal" en la escuela, aprenden a respetar la autoridad "institucional" que pronto se hará extensiva a otros contextos institucionales (el ayuntamiento, la policía, los bomberos, etc.).

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

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

En este módulo, vamos a reflexionar sobre el inicio de la etapa educativa de los hijos y trabajaremos para generar una actitud positiva hacia el centro, especialmente para favorecer la relación familia-escuela.

### Objetivos

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

## Módulo 4



### *Sesiones que componen el módulo*

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





### Sesión 1. Mi hijo/a va a la escuela

El inicio de la etapa escolar de los hijos, bien sea a través del centro escolar, las escuelas infantiles o las guarderías, implica muchos cambios en la familia, y algunos de ellos afectan a las relaciones padres-hijos y otros a las actividades de la vida cotidiana.

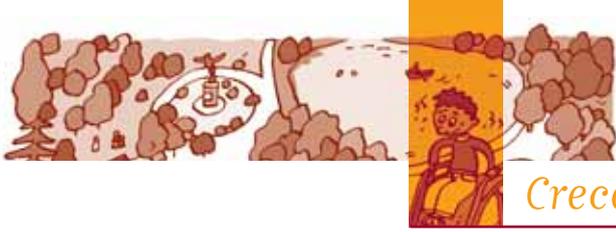
Por lo tanto, es importante valorar en la familia cuáles son las mejores actitudes que los padres pueden tener para afrontar los cambios que se producen. Además se pueden fomentar aquellas actitudes y comportamientos que pueden favorecer la adaptación de los hijos a ese nuevo espacio que es la escuela. La escuela es un espacio nuevo lleno de normas que los niños deben aprender a respetar, así como a sus compañeros.

#### *Objetivos:*

- Reflexionar sobre los cambios que se van a producir en la organización familiar.
- Reflexionar sobre la importancia de la escuela y los comportamientos y actitudes de la familia.
- Hacerles conscientes de su importante papel para favorecer la adaptación de los hijos al mundo de la escuela.

#### *Actividades:*

- Actividad 1. Patricia está muy nerviosa.
- Actividad 2. La escuela, un nuevo miembro de la familia.
- Actividad 3. ¿Qué pasa en mi casa?
- Actividad 4. Compromiso personal.
- Actividad 5. Recuerda.
- Actividad de estimulación padres-hijos. Guardando las reglas.



### Recursos para las actividades grupales

- Papel y lápiz.
- Pizarra.
- Tizas y/o rotuladores.

### Recursos para la actividad de estimulación padres-hijos

- Juego que implique cooperar, guardar turnos, respetar al compañero, seguir unas reglas (variable según las edades de los niños que predominan en el grupo).

### Actividad 1. Patricia está muy nerviosa

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

El mediador dividirá al grupo en parejas para que trabajen de manera conjunta la historia de vida que se les presenta (en caso de que el grupo sea numeroso se pueden organizar grupos de 3 ó 4 personas).

La historia de Patricia:

*" Patricia es una madre de 29 años que no trabaja fuera de casa y se ocupa del cuidado de su hija Clara de 3 años. Dentro de un mes la niña empezará el colegio y Patricia está muy preocupada por esta situación, no sabe muy bien como afrontarla y tiene muchas dudas sobre los cambios que se van a producir en la familia. Patricia se siente triste y apenada por tener que separarse de su hija y no sabe en qué va a ocupar su tiempo libre; para ella separarse de su hija supone un gran vacío y no sabe si será capaz de estar tantas horas sin ella. Patricia se pregunta si valdrá la pena que su hija vaya al colegio, porque está segura de que ella le puede enseñar las mismas cosas en casa y, después de todo, los niños, como en casa, no están en ningún sitio. Por el contrario, Clara se muestra contenta con tener que ir al colegio y hacer nuevos amigos, porque le gusta estar con otros niños" .*



A continuación, el mediador planteará a los participantes las siguientes preguntas: ¿cuál sería el final de esta historia?, ¿cuál es la actitud de la madre? y ¿la de la niña?, ¿qué cambios es necesario realizar en la dinámica familiar?, etc. Una vez terminado el tiempo de trabajo en parejas y/o grupos, el mediador pedirá a cada una de ellos que relaten al resto de compañeros cuál ha sido el final de la historia que han redactado, con la finalidad de generar un debate aportando las percepciones sobre cada uno de los aspectos relatados en la historia.

### Actividad 2. ¿La escuela, un nuevo miembro de la familia?

En esta actividad se reflexionará de manera impersonal sobre los cambios que puede generar en la familia el inicio de la etapa educativa de los hijos y cómo puede afectar esta situación a la dinámica familiar. Para ello, se presentan cuatro episodios en los que aparecen diferentes formas de interacción entre un/a padre/madre y un hijo/a durante los primeros días de clase de sus hijos. El mediador puede seleccionar, en función del número de participantes, aquellos episodios que considere que son más significativos para el grupo, pero siempre debe estar presente aquel episodio que tiene más consecuencias positivas y negativas para la incorporación de los niños en la escuela y el cambio de las dinámicas familiares.

Se divide al grupo en parejas (si el grupo es numeroso se pueden hacer subgrupos de 3 ó 4 personas) en función del número de episodios seleccionados, de manera que cada subgrupo trabajará todos los episodios.

El mediador proporcionará a las parejas y/o grupos diferentes viñetas en las que se presentará el mismo episodio, un padre o madre que acompaña a su hijo/a a la guardería o al colegio el primer día de clase y le/a deja en la fila con el resto de sus compañeros.

- > **M4.1.2.1.** La madre deja al niño en la fila con el resto de sus compañeros y éste se pone a llorar fuertemente; la madre se queda a su lado, lo consuela y decide que el niño no vaya a clase ese día (sobreprotección).
- > **M4.1.2.2.** La madre deja al niño en la fila con el resto de sus compañeros, y éste se pone a llorar fuertemente; la madre lo acompaña al aula y le explica que él tiene que ir a clase porque lo va a pasar muy bien y va a hacer muchos nuevos amiguitos; además, lo acompaña hasta el aula y está más calmado (autocontrol).



- > **M4.1.2.3.** El padre deja al niño en la fila con el resto de sus compañeros y éste se pone a llorar; el padre le grita que se calle y que deje de llorar porque todo el mundo le está mirando (obediencia).
- > **M4.1.2.4.** La madre deja al niño en la fila con el resto de sus compañeros y éste se pone a llorar; la madre no se preocupa del niño, lo deja llorando y no le presta ninguna atención (ignorar).

La finalidad es que los participantes puedan reflexionar sobre las distintas formas de reaccionar y las consecuencias que éstas puedan tener en el desarrollo de las relaciones padres-hijos y en la adaptación del niño/a al colegio. Cada una de las parejas y/o grupos reflexionará de manera conjunta sobre uno de los episodios utilizando como guión las siguientes preguntas: ¿qué ven?, ¿cómo se sienten los personajes que participan en el episodio? y ¿por qué creen que actúan de esa forma? Una vez terminado el trabajo en cada una de las parejas y/o grupos, se realizará una puesta en común en la que cada uno de ellos expondrá las reflexiones realizadas. Además, antes de comenzar con el análisis de otro episodio se invitará a los demás participantes a que intervengan por si quieren añadir algún comentario.

### Actividad 3. ¿Qué pasa en mi casa?

Una vez analizados los diferentes episodios de manera grupal, el mediador planteará a los participantes una nueva actividad en la que se analizará la propia situación familiar a través de la siguiente reflexión: "Y ustedes, en su familia, ¿cómo actúan/actuaron ante la situación representada en los episodios anteriores?, ¿cómo afrontaron/afrontarían el primer día de clase de sus hijos/as?, ¿qué cosas les preocupan?, ¿qué consecuencias ha tenido su forma de actuar?" Con el análisis de cada uno de los episodios, desde la perspectiva personal, se preguntará a cada uno de ellos cómo se sentirían actuando de esa manera y cuál consideran que es la más adecuada.

Cada uno de los participantes intervendrá de manera individual, exponiendo sus experiencias y reflexiones al resto del grupo. El mediador evitará que se juzgue, por parte de los participantes, la forma de actuar de cada persona y favorecerá la escucha de todos los miembros del grupo.

Una vez finalizada la reflexión sobre el inicio de la etapa escolar de los hijos, el mediador pasará a la siguiente fase de la actividad para profundizar en los cambios que implica, el inicio de esta etapa, en las diferentes actividades y rutinas familiares, que afectan al desarrollo de su dinámica familiar. El mediador reflexionará con los/as participantes cada una de las situaciones con la finalidad de analizar los cambios que se han originado en cada una de ellas.

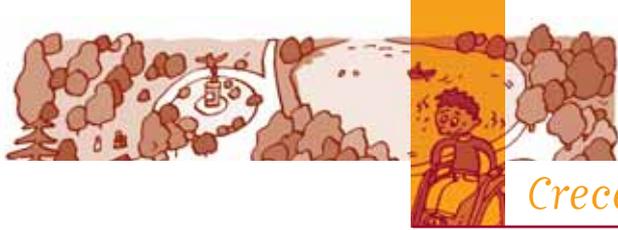


Algunas de las preguntas que se utilizarán como guión para esta reflexión serán: ¿qué ocurría en las rutinas inicialmente?, ¿cuál es el objetivo que se quiere conseguir en cada rutina? y ¿qué cambios son necesarios en la vida familiar? Para ello se les darán una serie de tarjetas con diferentes objetivos y cambios posibles, así como algunas tarjetas en blanco para que sean ellos los que aporten nuevas ideas. De este modo, entre todos crearán el cuadro de los cambios que se producen en las rutinas.

La secuencia que utilizará el mediador para reflexionar con los participantes será la siguiente (se puede adaptar en función de las edades):

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

(continúa)



(continuación)

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

### Actividad 4. Compromiso personal

Una vez que cada miembro del grupo ha tomado conciencia sobre las diferentes formas de reaccionar y los cambios que la entrada del niño/a en la escuela va a generar en la vida de la familia, el mediador reflexionará con los/as participantes sobre la necesidad de utilizar y poner en práctica pautas que ayuden a afrontar los cambios desde una perspectiva positiva.

En esta actividad el mediador pedirá a los/as participantes que reflexionen sobre las situaciones que se han trabajado en la actividad 3 y que elijan una en la que no estén realizando correctamente los cambios necesarios en la dinámica familiar para adaptarse a la nueva situación.

Los participantes realizarán el registro en la hoja "Compromiso personal", escribiendo en la primera columna el compromiso que desean conseguir y en la siguiente columna el grado de cumplimiento que han conseguido: total, medio o bajo grado de cumplimiento.

#### Compromiso 1

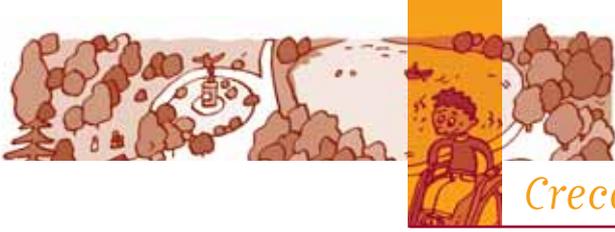




### Actividad 5. Recuerda

El mediador, para finalizar la sesión, propondrá a los participantes una actividad de síntesis de los aspectos más importantes trabajados durante la sesión, con la finalidad de ayudar a recordar y sintetizar las ideas claves. El documento utilizado para esta actividad será un/a tabla resumen con diferentes frases respecto a la cual los/as participantes tendrán que valorar el grado de acuerdo con cada una de ellas.

	Acuerdo	Desacuerdo
Los niños pequeños pueden aprender cosas muy útiles en la escuela		
Creo que mi hijo va a rechazar al profesor o profesora		
No estoy seguro/a de que sea bueno llevar a los niños tan pequeños a la escuela		
Creo que mi hijo/a no tendrá dificultades para hacer nuevos amigos		
Los niños se adaptan mejor a la escuela de lo que piensan sus padres		
Me siento mal cuando pienso que tengo que llevar a mi hijo/a pequeño/a a la escuela		
Estoy tranquilo por el hecho de llevar a mi hijo/a a la escuela porque es por su bien		
Sólo si el padre trabaja tiene sentido llevar a un/a niño/a de 3 años a la escuela.		



### **Actividad de estimulación padres-hijos. Guardando las reglas**

La escuela es un lugar importante para que los niños aprendan a relacionarse con los compañeros. Una de las cosas que deben aprender los niños es a relacionarse con distintos niños y niñas, que compiten con ellos para conseguir la atención de la maestra, que quieren ser los primeros, que no respetan las reglas de la clase, que se pelean por conseguir una misma cosa, etc. Por ello en la escuela los niños aprenden a convivir unos con otros, a esperar turnos, a cooperar entre ellos y a respetar las reglas de la clase. Los padres también pueden desempeñar un papel importante reforzando en los hijos estas cualidades en lugar de presionarlos para que se defiendan agresivamente de los demás y ganen a todos sea como sea.

Para practicar todo ello y que los padres ayuden a sus hijos a ser amables y cooperativos con los demás se puede plantear un juego de reglas que sea acorde con las edades de los más mayores. Los niños deben jugar entre sí y los padres deben apoyarlos en el juego, procurando que respeten las normas y que su comportamiento vaya en la línea de lo comentado. Con los más pequeños se puede hacer también alguna actividad compartida que da a los niños la oportunidad de que se presten las cosas unos a otros y que jueguen juntos bajo la supervisión atenta de los padres.

# Actividad 3



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



# Compromiso personal



## Compromiso 1





# Actividad 5



Acuerdo    Desacuerdo

Los niños pequeños pueden aprender cosas muy útiles en la escuela

Creo que mi hijo va a rechazar al profesor o profesora

No estoy seguro/a de que sea bueno llevar a los niños tan pequeños a la escuela

Creo que mi hijo/a no tendrá dificultades para hacer nuevos amigos

Los niños se adaptan mejor a la escuela de lo que piensan sus padres

Me siento mal cuando pienso que tengo que llevar a mi hijo/a pequeño/a a la escuela

Estoy tranquilo por el hecho de llevar a mi hijo/a a la escuela porque es por su bien

Sólo si el padre trabaja tiene sentido llevar a un/a niño/a de 3 años a la escuela.





















### Sesión 2. La importancia de la familia en el apoyo escolar

Uno de los principales objetivos de la escuela o de los centros infantiles es fomentar nuevos aprendizajes en los niños y las niñas; algunos de ellos son nuevos y otros, sin embargo, los han desarrollado en casa junto a sus familias. No obstante, lo importante es que padres y madres valoren positivamente los aprendizajes escolares de sus hijos e hijas y la necesidad de apoyarlos.

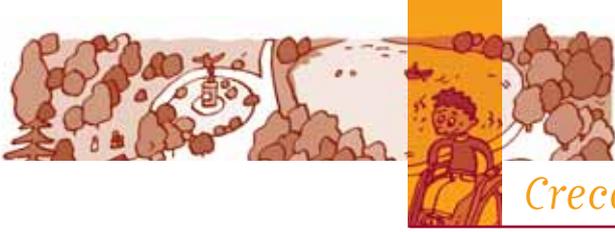
Para ello, es necesario colaborar activamente en el desarrollo de los nuevos aprendizajes, en la realización de los deberes, en mantener un mismo horario, en trabajar de manera organizada y en ayudarles con sus dificultades.

#### Objetivos

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

#### Actividades

- Actividad 1. El juego educativo en casa.
- Actividad 2. ¿Cómo ayudar a conseguir buenos resultados?
- Actividad 3. Aprendemos juntos.
- Actividad 4. Compromiso personal.
- Actividad 5. Recuerda.
- Actividad de estimulación padres-hijos.  
¡Qué bien que me ayudan!



### *Recursos para las actividades grupales*

- Colchonetas.
- Cojines.
- Mantas.
- Papel y lápiz.
- Pizarra.
- Tizas o rotuladores.
- Televisor.
- Reproductor de vídeo o DVD.

### *Recursos para la actividad de estimulación padres-hijos*

- Tijeras.
- Pegamento.
- Fichas para colorear.
- Colores.
- Fichas para recortar.
- Plastilina.
- Sonajeros.
- Juguetes de tacto, colores y formas.
- Juguetes de estimulación.

### **Actividad 1. El juego educativo en casa**

El mediador comienza la actividad explicando a los participantes que existen muchas maneras de ayudar a los hijos en la realización de las actividades educativas, por lo que es necesario e importante que cada uno de ellos reflexione sobre cómo les gustaría que se desarrollara esta actividad en su casa y con sus hijos. Para ello, el mediador utilizará la herramienta de la fantasía guiada con la finalidad de que los participantes imaginen cómo trascorriría una tarde normal en su casa cuando están ayudando a sus hijos a realizar sus tareas escolares o están jugando con sus hijos.

Esta actividad gira en torno a una fantasía guiada, y para ello el mediador tendrá que acondicionar la sala con colchonetas, mantas y cojines para que los participantes se puedan tumbar en el suelo y estar más relajados para el desarrollo de la actividad.

El guión que utilizará el mediador para el desarrollo de esta fantasía guiada será el siguiente:



Pónganse cómodos, cierren los ojos y relájense y respondan a estas preguntas mentalmente. Imaginense que están en su casa un martes por la tarde y que su hijo/a está realizando un juego educativo y usted decide ayudarlo.

PAUSA

Teniendo en cuenta lo que ustedes quieren para su hijo/a y la actividad que está realizando y en la que le van a ayudar, ¿cómo se muestra su hijo/a con la tarea?, ¿es una de sus actividades preferidas?, ¿está motivado/a?, ¿está contento/a?, ¿está tranquilo/a?

PAUSA

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

PAUSA

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

PAUSA

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

PAUSA LARGA

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

PAUSA LARGA

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

Una vez que todos los participantes hayan vuelto a la realidad, el mediador continuará con la actividad haciéndoles reflexionar sobre las siguientes cuestiones:

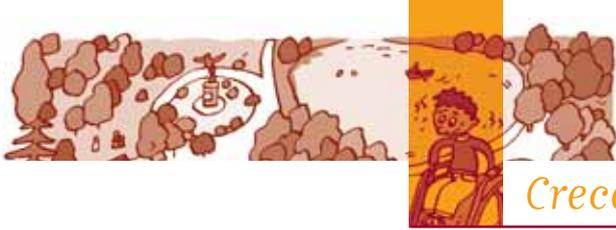
- ¿Qué es lo que más te ha gustado de lo que has visto?
- ¿Qué cosas consideras que sería necesario modificar?
- ¿Cómo podrías ayudar mejor a tu hijo/a?

### Actividad 2. ¿Cómo ayudar a conseguir buenos resultados?

Una vez realizada una primera aproximación sobre el tema de la sesión, el mediador presentará a los participantes cinco episodios en vídeo relacionados con las actividades educativas de sus hijos/as, con la finalidad de que reflexionen sobre las diferentes formas de implicarse en ellas.

El vídeo reflejará cada uno de los siguientes episodios:

- > **Episodio 1.** Una niña de 3 años le pide a la madre que le mire lo que ha hecho en el colegio y la madre le dice que no la moleste pues está hablando con su amiga.



## Crecer Felices en Familia

---

- > **Episodio 2.** Un niño dibujando en su habitación con una buena postura, sentado en la mesa, buena iluminación y su padre sentado a su lado diciéndole: " Qué bonito te está saliendo, ¿lo tienes que llevar al colegio?" .
- > **Episodio 3.** Una madre limpiando el salón y una niña de cuatro años a su lado que le dice " Mama, ¿me puedes ayudar a recortar?, es muy difícil" y la madre le contesta " No ves que estoy ocupada, que estoy limpiando el salón, por favor, no me molestes más" .
- > **Episodio 4.** Una niña recortando unos animalitos en la cocina y su madre mirándola muy nerviosa le dice: " Yo lo termino porque eres muy lenta, te va a salir mal y luego te regaña la profesora" .
- > **Episodio 6.** Una madre está intentando conseguir que su hijo de cinco años no arme jaleo en casa, pero el niño no para ni un segundo, por lo que la madre le advierte: " O te estás quieto o te pongo a hacer tareas como en el colegio" .

El mediador dividirá el grupo en parejas (si el grupo es numeroso se pueden hacer subgrupos de 3 ó 4 personas) para que todos puedan reflexionar sobre las diferentes formas de colaborar e interactuar con los hijos. Cada una de las parejas y/o grupos reflexionará de manera conjunta sobre cada uno de los episodios utilizando como guión las siguientes preguntas: ¿qué ven en cada una de las situaciones?, ¿cómo se sienten los personajes que participan en el episodio? y ¿cómo reaccionarán los hijos? Una vez terminado el trabajo en cada uno de los subgrupos, se realizará una puesta en común en la que cada una de las parejas y/o grupos expondrán las reflexiones realizadas.

### Actividad 3. Compromiso personal

Cada uno de los participantes tendrá que preguntar a su hijo/a sobre una de las actividades que han realizado en el colegio, en el centro infantil o en casa acompañado/a de un adulto, y que le explique en qué consiste esa tarea y cómo se han sentido mientras la estaban realizando. Posteriormente tendrán que relacionar estas actividades que sus hijos han realizado con actividades de la vida cotidiana para que su hijo o hija vea la conexión práctica de lo que aprende en el colegio.



**Nota para el mediador:** un ejemplo para realizar la actividad puede ser cuando el/la niño/a ha trabajado en el colegio las estaciones: otoño, invierno, primavera y verano, relacionar lo que él ha visto en clase con la estación en la que se encuentra. Por ejemplo, si están en el otoño los participantes explicarán a sus hijos la caída de las hojas, que hace más frío, saldrán a dar paseos abrigados, utilizarán el paraguas, etc.

Los participantes realizarán el registro en la hoja "Compromiso personal", escribiendo en la primera columna el compromiso que desean conseguir y en la siguiente columna el grado de cumplimiento que han conseguido: total, medio o bajo grado de cumplimiento.

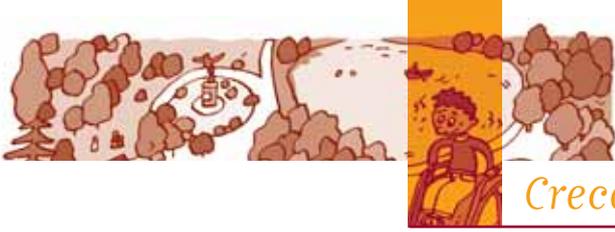
### Compromiso 1



### Actividad 4. Recuerda

El mediador para finalizar la sesión propondrá a los/as participantes una actividad de síntesis de los aspectos más importantes trabajados durante la sesión, con la finalidad de ayudar a recordar y sintetizar las ideas clave.

	Verdadero	Falso
Los padres tienen que dejar que sus hijos realicen las actividades educativas por sí mismos		
Los niños tienen que dedicar diariamente un tiempo a las actividades educativas aunque en el colegio no les hayan mandado deberes		
Cuando los niños están realizando sus actividades es importante que haya tranquilidad en el hogar		
Los niños pueden realizar sus actividades educativas viendo la televisión y jugando con sus hermanos		
Los padres tienen que hacerles las actividades a sus hijos cuando éstos no saben resolverlas		



### **Actividad de estimulación padres-hijos. ¡Qué bien que me ayudan!**

La finalidad principal de esta actividad es que los participantes ayuden a sus hijos a realizar los deberes del colegio y/o otras actividades lúdicas (colorear, dibujar, recortar, etc.).

Para ello, el mediador acondicionará la sala con mesas y sillas para que los participantes trabajen con sus hijos y entregará a cada uno de ellos diferentes fichas ajustadas a la edad de los niños. Cada uno de los participantes realizará una de las actividades de manera individual con su hijo/a, y trabajará, a través de ellas, la adquisición de nuevas habilidades, conocimientos, hábitos, etc., con el fin de que valoren la importancia de estas actividades en el desarrollo de sus hijos.

*Nota para el mediador: las fichas de trabajo para los participantes y sus hijos tienen que ser actividades sencillas, como recortar y pegar, colorear, recortar con un punzón, hacer plastilina, etc. y para los/as niños de edades inferiores actividades relacionadas con el tacto, el sonido, la manipulación, etc., para lo que será necesario tener juguetes sensoriales adaptados a sus edades.*

# Compromiso personal



## Compromiso 1





# Actividad 4



Verdadero

Falso

Los padres tienen que dejar que sus hijos realicen las actividades educativas por sí mismos

Los niños tienen que dedicar diariamente un tiempo a las actividades educativas aunque en el colegio no les hayan mandado deberes

Cuando los niños están realizando sus actividades es importante que haya tranquilidad en el hogar

Los niños pueden realizar sus actividades educativas viendo la televisión y jugando con sus hermanos

Los padres tienen que hacerles las actividades a sus hijos cuando éstos no saben resolverlas





### Sesión 3. Cómo fomentar la relación entre padres y profesores

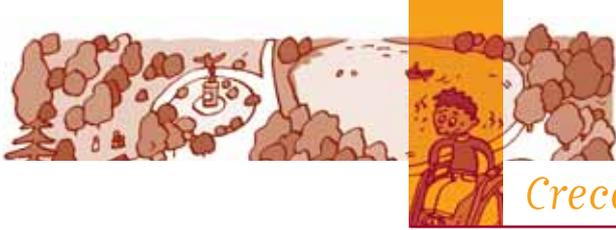
La adaptación escolar de nuestros hijos es un elemento fundamental para su desarrollo, y nosotros como padres y madres debemos darnos cuenta de la manera en la que influimos en esta adaptación. Además, es importante que recordemos que el niño es el mismo que participa en la casa y en la escuela, así es que debe ver que todos vamos en la misma línea y seguimos los mismos fines para su educación. La escuela y la familia son los pilares para un buen desarrollo de nuestros hijos.

Del mismo modo, padres y profesores son parte del proceso de adaptación y desarrollo de los hijos. Unos y otros estamos trabajando en la misma tarea, y por lo tanto es muy importante la participación y la comunicación entre ambos para poder llegar al consenso sobre la forma de educar, por lo que no podemos actuar de modo independiente, sino que tenemos que unir nuestras fuerzas para guiar a los niños en una única dirección.

Los padres también deben tener en cuenta el punto de vista de los niños. Deben darles la ocasión de que cuenten cómo se encuentran en este mundo nuevo que es la escuela y que se vayan adentrando poco a poco en su conocimiento del mismo.

#### *Objetivos:*

- Descubrir la importancia de la relación y favorecer la comunicación entre padres y profesores.
- Establecer criterios y pautas de actuación respecto a las relaciones entre padres y profesores.
- Favorecer las actitudes positivas y colaboradoras entre los padres y los profesores de sus hijos.
- Estimular el diálogo con los hijos para saber cómo les va en la escuela y cómo la perciben.



### Actividades

- Actividad 1. Historias de la escuela.
- Actividad 2. ¿Vamos a organizar una fiesta?
- Actividad 3. Mi situación personal.
- Actividad 4. Compromiso personal.
- Actividad 5. Recuerda.
- Actividad de estimulación padres-hijos. Hablamos del colegio.

### Recursos para las actividades grupales

- Papel y lápiz.

### Recursos para la actividad de estimulación padres-hijos

- Material escolar variado y disponer la sala en formato clase.

### Actividad 1. Historias de la escuela

El mediador comienza la actividad explicando al grupo que existen muchas maneras diferentes de relacionarse con los profesores de sus hijos, algunas de las cuales favorecen la colaboración mutua y otras, por el contrario, favorecen el distanciamiento entre ambos. Las historias que utilizará el mediador para el desarrollo de la actividad serán las siguientes:

*Historia 1. "Paloma es profesora de Educación Infantil desde hace 10 años, pero éste es su primer año como profesora en la Escuela 'El Sauce', por lo que en la primera reunión grupal con las familias estaba muy nerviosa. Comenzó la reunión muy inquieta, a pesar de que la había preparado a conciencia para que no surgiera ningún problema. Durante la reunión se dio cuenta de que varias de las familias con las que tenía interés en hablar no asistieron, y además una de las familias que asistió le hizo pasar un mal momento cuando manifestó su desagrado por la forma en la que estaba enseñando a su hijo. Después de esta reunión..."*

*Historia 2. "Mónica está muy enfadada con la profesora de su hija de 4 años Laura, porque ésta siempre pierde las chaquetas*



*cuando las lleva al colegio, viene llorando y diciendo que ella deja la chaqueta en su sitio y luego no aparece (“es una percha mágica, mamá”). Para Marga, la profesora de Laura, la culpa de esta situación es de la niña, porque es muy descuidada; sin embargo, para Mónica, su hija no tiene ninguna culpa, sino que es el colegio el que debería tener cuidado de las cosas de los niños. Por este motivo...”*

**Historia 3.** *“Patricia es una profesora que está muy preocupada por el comportamiento de uno de sus alumnos, porque siempre está enfadado, no hace ninguna de las tareas que se le pide, y siempre se pelea con sus compañeros. Por estos motivos a decidido llamar a los padres de David, y hablar de la situación que está ocurriendo. Los padres de David se muestran...”*

El mediador dividirá al grupo en 3 parejas o subgrupos para que trabajen de manera conjunta una historia de vida de las que se les presentan. Para ello, los participantes utilizarán un guion con las siguientes preguntas: ¿cuál sería el final de esta historia?, ¿cuál es la actitud de la profesora? y ¿la de la familia?, ¿por qué son importantes las reuniones con la familia?, ¿qué puede hacer el profesor/a para ganarse a estas familias? y ¿qué pueden hacer las familias para que el profesor/a pueda hacer mejor su trabajo?

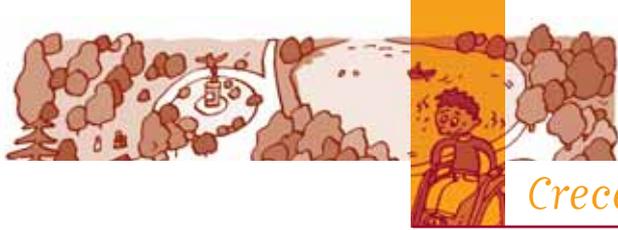
Una vez terminado el tiempo de trabajo en parejas, el mediador pedirá a cada una de ellas que relaten la historia que han visto y entre todos saquen conclusiones finales.

**Nota para el mediador:** *he aquí ejemplos de finales posibles.*

**Ejemplo de final de historia 1:** *“Después de esta reunión... Paloma se sentía muy desanimada, porque la reunión no había salido como ella había planeado, y además, tenía la sensación de que las familias de sus alumnos no la respetaban porque aún no la conocían, por lo que decidió no pasar más por esa situación tan desagradable”.*

**Ejemplo de final de historia 2:** *“Los padres hablan con la niña para que sea menos descuidada y la profesora habla con la niña para que cuelgue su ropa en un lugar más seguro, asumiendo ambas partes algo de responsabilidad”.*

**Ejemplo de final de historia 3:** *“Los padres están molestos porque consideran que lo que ocurre en el colegio solamente es responsabilidad de los profesores. Por el contrario, Patricia considera que los padres deben de asumir la responsabilidad de la educación de sus hijos en todas las situaciones”.*



### Actividad 2. ¿Vamos a organizar una fiesta?

El mediador propondrá a los participantes que realicen un juego de rol, con la finalidad de representar una situación imaginaria en la que puedan expresar sus sentimientos, reacciones, actitudes, etc., sobre una situación concreta. A través de esta técnica el mediador quiere que los participantes reflexionen sobre lo difícil que resulta, a veces, poderse comunicar y ponerse de acuerdo, potenciando la participación de las familias, al mismo tiempo que explorar sus propias experiencias y manifestar diferentes puntos de vista.

El mediador relatará a los participantes una situación que tienen que representar y pedirá como máximo a 6 participantes que asuman los papeles de padre/madre y profesor/a respectivamente.

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

La situación que tienen que representar comienza del siguiente modo:

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

La situación que representar es una profesora que quiere que las madres y padres la ayuden. El/la que hace de madre o de padre está instruido/a previamente, sin que el grupo lo sepa, para que represente un determinado papel. Uno hará el papel de madre/padre que siempre está en desacuerdo pero tampoco aporta soluciones. Otro hace el papel de madre/padre cooperativo/a, es decir, un/a madre/padre que está dispuesto/a a colaborar y a trabajar. Otro hace el papel de madre/padre controlador, en la que su único interés es vigilar y controlar lo que está ocurriendo con su hijo/a, y en ningún caso colaborar en ninguna tarea. Y, por último, el papel de madre/padre no cooperativo/a, en el que se niega a cooperar de ninguna manera en ninguna actividad que se realice.

Los padres y madres que no participan activamente en el juego de rol hacen de observadores, y al acabar la actuación deben explicar cómo lo vieron, qué dificultades se presentaron y cómo lo solventó la profesora, intentando recalcar aquellas conductas que favorecen o perjudican la comunicación.



*Nota para el mediador: ejemplos de habilidades de comunicación para el mediador.*

### Habilidades de comunicación (para el mediador)

---

Ser una persona que escucha de manera activa y empática.

---

Reconocer y responder a señales verbales y no verbales.

---

Establecer turnos de palabra.

---

Usar en las conversaciones el "yo" en vez del "tú".

---

Sentido del humor para tolerar las frustraciones y superar mejor las dificultades.

---

Ser sensible a los sentimientos de los demás y respetar su punto de vista.

---

### Actividad 3. Mi situación personal

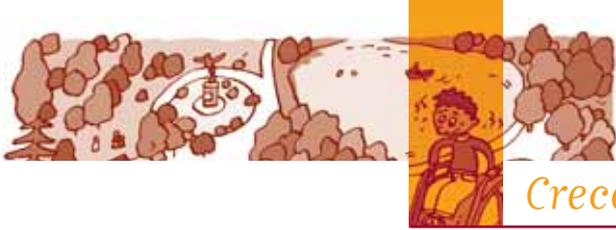
El mediador propondrá que reflexionen sobre una de las actividades en las que ellos hayan participado en el colegio de sus hijos y colaborado con los profesores de los mismos. Cada uno de ellos tendrá que relatar al resto de los miembros del grupo en qué consistió la actividad. A continuación, el mediador utilizará las siguientes preguntas como guía para favorecer la reflexión de los participantes sobre su experiencia personal y analizar las posibles consecuencias de su comportamiento:

- ¿A quién me parezco yo más de los modelos anteriores?
- ¿Qué quería lograr?
- ¿Cuáles eran mis comportamientos?

A continuación, el mediador repartirá a cada participante un cubo azul y uno rojo, y cada uno tendrá que responder a dos preguntas: ¿qué me aporta a mí el profesor? (al contestar pone el cubilete azul sobre la mesa) y ¿qué apporto yo al profesor? y al contestar pone un cubilete rojo sobre la mesa, formando a sí una pirámide, en la que es necesario que haya piezas de los dos colores para ser construida.

Una vez que han formado la pirámide se les pide a todos que reflexionen sobre la siguiente pregunta:

*¿Qué cosas cambiaría de la relación con los profesores de sus hijos?*



### Actividad 4. Compromiso personal

Cada uno de los participantes tiene un cuadro de registro en el que tiene que registrar los compromisos que desean alcanzar sobre cambios en la relación que mantienen con los profesores de sus hijos, por lo que deben seleccionar un aspecto que les gustaría mejorar de la relación con los profesores y decidir qué es lo que van a hacer para cambiarlo.

Los participantes realizarán el registro en la hoja "Compromiso personal", escribiendo en la primera columna el compromiso que desean conseguir, y en la siguiente columna el grado de cumplimiento que han conseguido: total, medio o bajo grado de cumplimiento.

#### Compromiso 1



### Actividad 5. Recuerda

Para finalizar al sesión el mediador propondrá una actividad de síntesis de los aspectos más importantes trabajados durante la sesión, con la finalidad de ayudar a recordar y sintetizar las ideas claves.

	Verdadero	Falso
La buena relación familia-profesores ayuda a la educación de los hijos		
Los profesores nunca mantienen relaciones cercanas con los padres		
No hay que hacer caso a los profesores para que sepan que no nos pueden tomar el pelo		
Es importante que los padres y los profesores encuentren puntos de encuentro comunes		
Querer controlar todo lo que hace mi hijo en la escuela no favorece la relación familia-escuela		



### **Actividad de estimulación padres-hijos. Hablamos del colegio**

El objetivo de la actividad es proponer una pequeña conversación con su hijo/a sobre la escuela para poder captar cómo la percibe, si se encuentra a gusto, qué amigos tiene, que hace en clase, a qué juega. Para ello nada mejor que pedirle que haga dibujos sobre la escuela, los amigos, la clase, etc., y que el niño/a los vaya comentando. Ésta es la actividad recomendada si hay suficiente número de niños de 3 a 5 años en el grupo.

Si el grupo tiene hijos de todas las edades y no predominan los mayorcitos, se recomienda otra actividad. Se puede plantear un ejercicio de role playing general donde un niño de los mayores (el que tenga más soltura e imaginación) hace de profesor/a, y los padres y los otros niños son los alumnos y todos juegan a que están en la clase. Los padres pueden simular que hacen travesuras, que se portan mal, otros se portan bien y hacen la tarea, y se mira a ver cómo reacciona el profesor o profesora simulado y si está bien o mal lo que hacen los supuestos alumnos. Lo importante es tener una ocasión para hablar y dialogar con sus hijos sobre la escuela.



# Compromiso personal



## Compromiso 1





# Actividad 5



Verdadero

Falso

La buena relación familia-profesores ayuda a la educación de los hijos

Los profesores nunca mantienen relaciones cercanas con los padres

No hay que hacer caso a los profesores para que sepan que no nos pueden tomar el pelo

Es importante que los padres y los profesores encuentren puntos de encuentro comunes

Querer controlar todo lo que hace mi hijo en la escuela no favorece la relación familia-escuela





### Sesión 4. Los espacios de encuentro y colaboración con la escuela

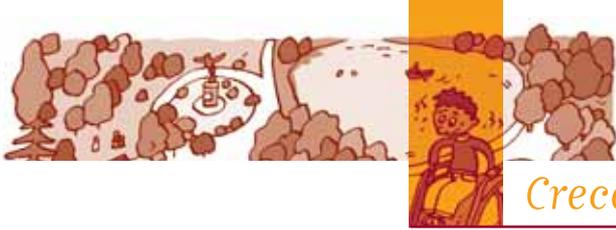
Ya hemos visto que tanto los padres como los profesores influyen en el desarrollo de los hijos, y que es necesario que colaboremos entre todos para que al niño o la niña no le lleguen mensajes contradictorios de un lado y de otro. En esta sesión vamos a dar un paso más allá, ¿en qué pueden colaborar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

#### Objetivos

- Reflexionar sobre la diversidad de espacios de colaboración que ofrece la escuela.
- Identificar nuestros propios espacios de colaboración.
- Detectar nuestro nivel de implicación en cada uno de los escenarios de colaboración en que intervenimos.
- Profundizar sobre lo que los padres pueden hacer para desarrollar una colaboración positiva.

#### Actividades

- Actividad 1. ¿Qué oportunidades tengo?
- Actividad 2. Descubriendo espacios.
- Actividad 3. ¿Cómo vamos al colegio?
- Actividad 4. Compromiso.



## Crecer Felices en Familia

---

- Actividad 5. Recuerda.
- Actividad de estimulación padres-hijos. Entre todos podemos.

### *Recursos para las actividades grupales*

- Papel y lápiz.
- Lápices de colores.
- Pizarra.
- Tiza o rotuladores.

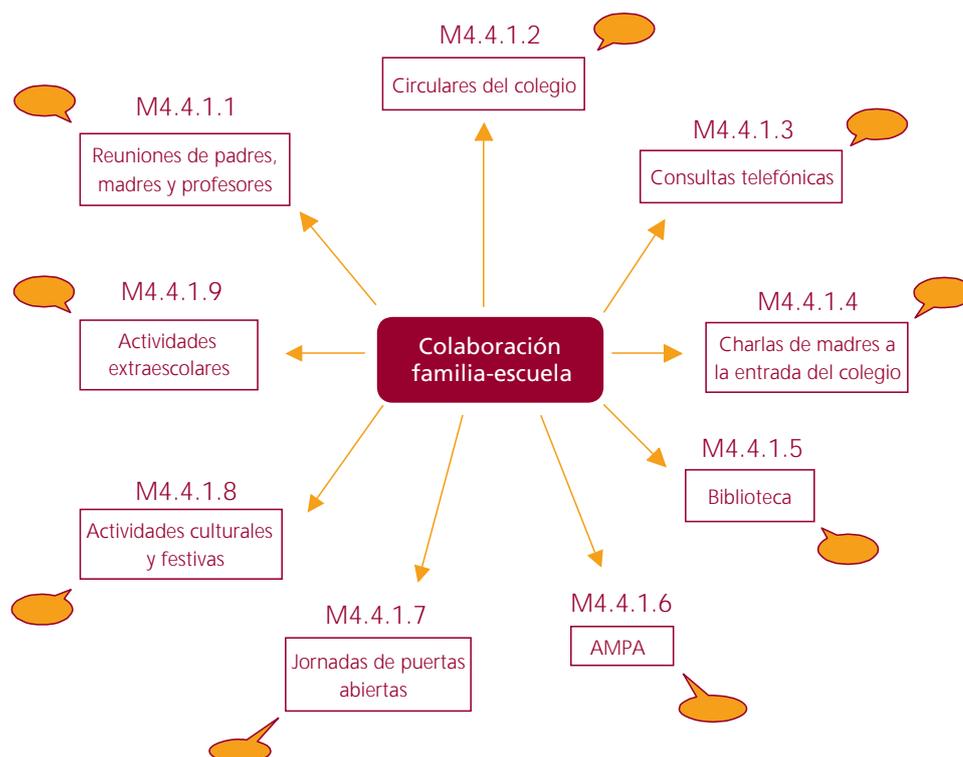
### *Recursos para la actividad de estimulación padres-hijos*

- Macetas.
- Pinturas de dedos.
- Pintura de varios colores para cerámica.
- Pinceles.
- Cámaras de fotos.

### **Actividad 1. ¿Qué oportunidades tengo?**

En esta actividad el mediador explica a los participantes que la colaboración entre ellos y el centro educativo de sus hijos se puede realizar de muchas maneras, tanto de manera presencial como telefónica o a través de actividades dentro del propio centro.

De este modo, el mediador presenta a los participantes el siguiente esquema, en el que se les pide que, en parejas, coloquen el rótulo de cada espacio con su imagen correspondiente. A continuación, se les pide que reflexionen, de manera individual, sobre cuáles de los siguientes espacios promueven una buena colaboración entre la familia y los centros educativos. Así, deben colocar un SÍ o un NO en las nubes que corresponden a cada espacio, indicando si consideran que promueve o no una buena colaboración entre la familia y la escuela.



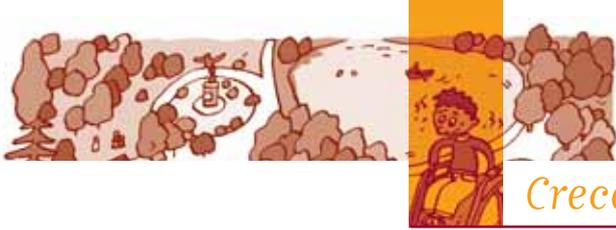
A continuación, el mediador profundizará en cada espacio de colaboración, contrastando la opinión de los participantes y explicando por qué es un espacio de colaboración adecuado o no.

El mediador hará una reflexión final enfatizando el hecho de que existen muchos espacios en los que los padres pueden colaborar con los centros educativos y con los profesores, favoreciendo con ello el desarrollo de sus hijos.

*Nota para el mediador: todos los espacios que se presentan promueven una buena colaboración entre la familia y los centros educativos, excepto el espacio “charlas entre las madres a la entrada del colegio”, porque se trata de un espacio de relación unidireccional en el que sólo participan las madres y no la escuela.*

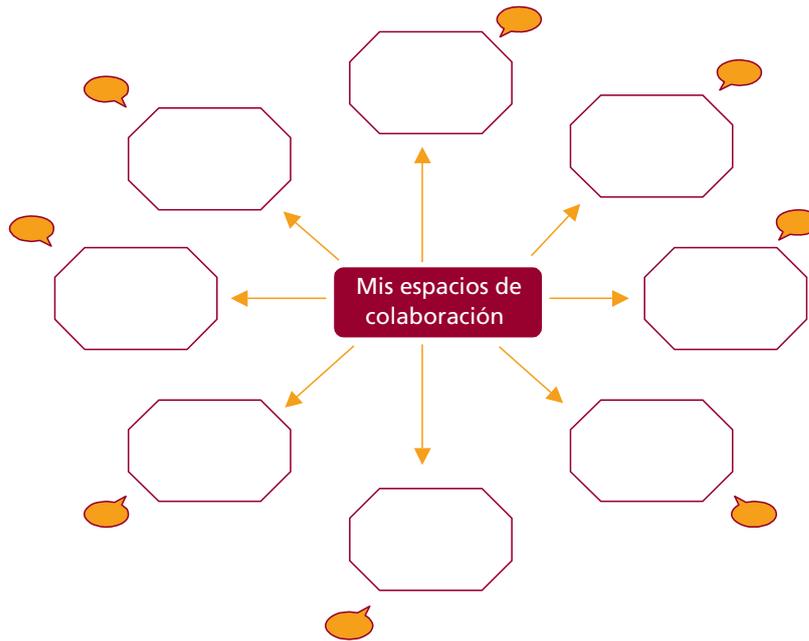
## Actividad 2. Descubriendo espacios

Esta actividad pretende que el grupo reflexione sobre los espacios educativos de colaboración que se encuentran en sus vidas, así como si participan o no en ellos. Así, el mediador presentará el mismo esquema que se presentó a los participantes en la actividad anterior, pidiéndoles que escriban en cada casilla los espacios educativos de colaboración que ellos observan en su entorno, con el fin de que se pase a una visión más personal en la que descubran su propia realidad.



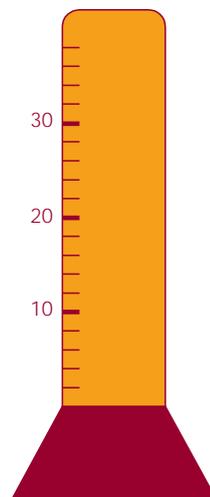
## Crecer Felices en Familia

A continuación, deben reflejar en la nube correspondiente a cada casilla si en la actualidad participan o no en esos espacios educativos, pintando la nube de rojo si no lo utilizan o de verde si lo utilizan.



A continuación, todos van a jugar al juego de la participación. Para ello, tienen que puntuar del 1 al 5 el grado en el que participan o se implican en cada uno de los escenarios que acaban de nombrar. Seguidamente, sumarán todas sus puntuaciones y comprobarán su nivel de implicación total en los escenarios escolares.

Premio a la participación





Para concluir la actividad, el mediador les pedirá que reflexionen sobre la razón que les lleva a no participar en algunos de los espacios educativos que se encuentran en su entorno. Los demás podrán intervenir para darles ideas de cómo mejorar su participación o de cómo les ha ido a ellos acudiendo a dichos espacios.

### Actividad 3. Compromiso

En esta actividad el mediador tratará de reflexionar con los participantes sobre la necesidad de colaboración con los centros educativos para poder fomentar un buen desarrollo de los hijos. Para ello, les pedirá que elijan uno de los escenarios educativos de colaboración que han identificado en su entorno y que hayan coloreado en rojo, es decir, algún escenario en el que no participen, comprometiéndose a intentar participar en él, en algún momento, a lo largo de la semana, así como estar atentos a los diferentes escenarios de colaboración que les ofrece el centro educativo, de manera que puedan ir implicándose cada vez más en su dinámica.

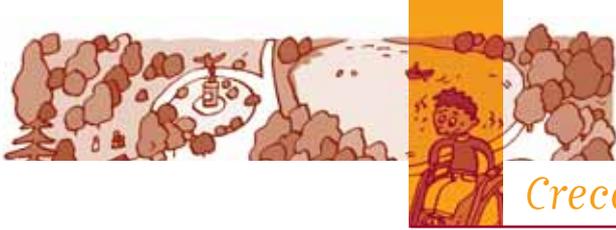
Los participantes realizarán el registro en la hoja "Compromiso personal", escribiendo en la primera columna el compromiso que desean conseguir, y en la siguiente columna el grado de cumplimiento que han conseguido: total, medio o bajo grado de cumplimiento.

#### Compromiso 1



### Actividad 4. Recuerda

Para finalizar la sesión el mediador propondrá a los participantes una actividad de síntesis de los aspectos más importantes trabajados durante la sesión, con la finalidad de ayudar a recordar y sintetizar las ideas claves.



	Verdadero	Falso
La única forma de colaborar con los profesores es ir a las reuniones de padres	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Cuando los padres no participan en la escuela es porque los profesores no les dejan	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Puedo ampliar poco a poco el espacio de participación con la escuela	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Cuando los profesores ven que los padres se quejan por todo les tratan con más respeto	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
La mejor colaboración se basa en el diálogo entre las personas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hay que controlar todo lo que hacen los profesores para que cumplan con su obligación	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hay que hacer sentir a los profesores que confiamos en ellos como educadores	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Familias y profesores tienen intereses diferentes, por lo que es muy difícil que lleguen a trabajar juntos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

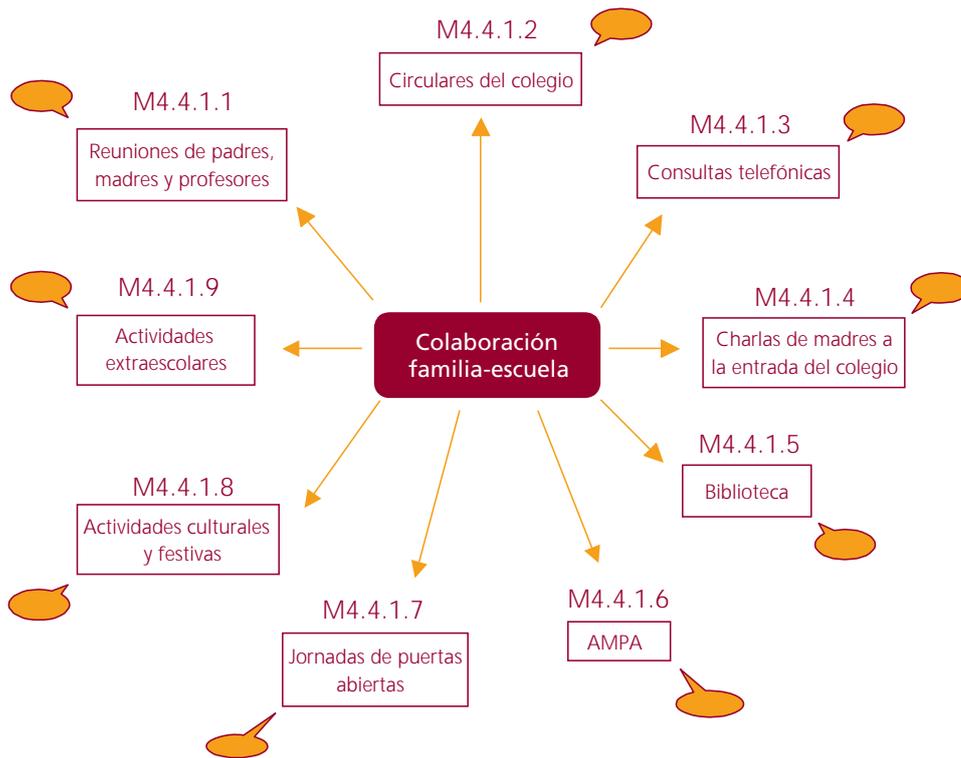
### Actividad de estimulación padres-hijos. Entre todos podemos

La finalidad principal de esta actividad es realizar, de manera conjunta, entre padres e hijos, una tarea que transmita a los participantes la importancia de colaborar y trabajar todos juntos para lograr un mismo fin.

Para ello, el mediador entregará a cada pareja de padre, madre e hijo/a una maceta que tendrán que ir pintando y decorando y que, posteriormente, regalarán a la guardería o colegio. Una vez que hayan terminado de pintar la maceta, le pondrán tierra y plantarán una semilla en ella o traerán una plantita. Posteriormente, se sacarán una foto de grupo que reflejará el trabajo que han elaborado todos juntos.

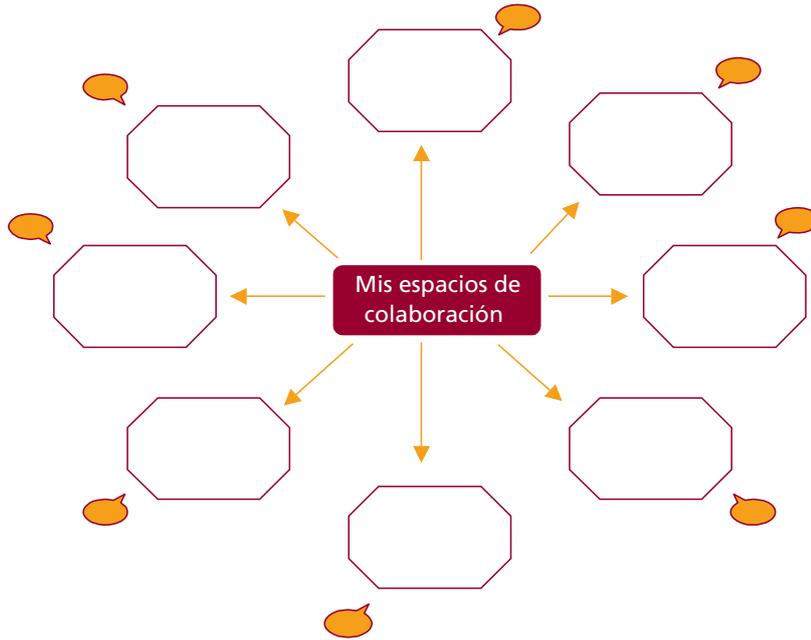
A la semana siguiente, los niños llevarán a la guardería o colegio la maceta pintada y la foto, con un mensaje escrito por los padres dirigido a los profesores de sus hijos, y la regalarán a la clase.

# Actividad 1





# Actividad 1





# Compromiso personal



## Compromiso 1



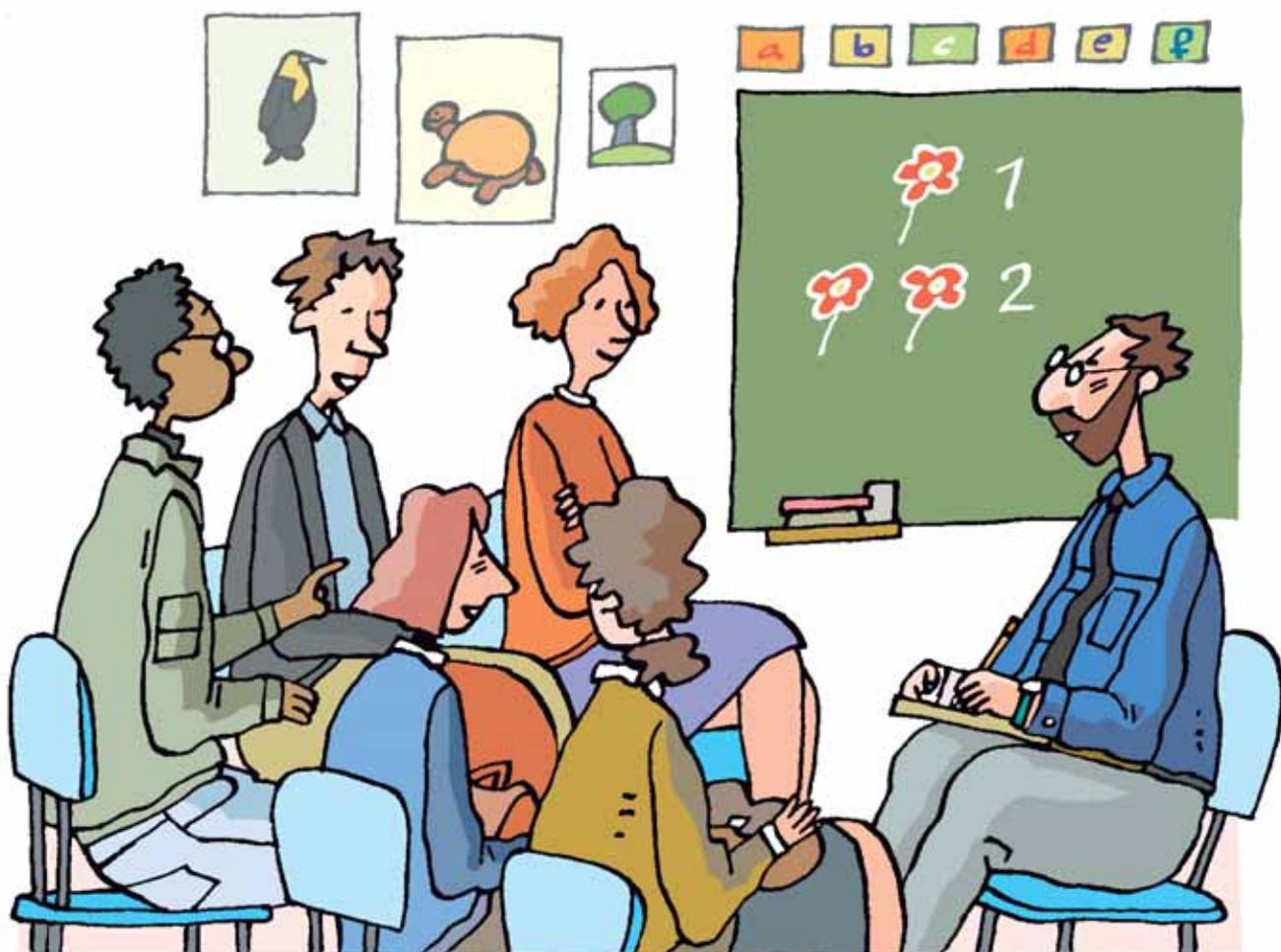


# Actividad 4

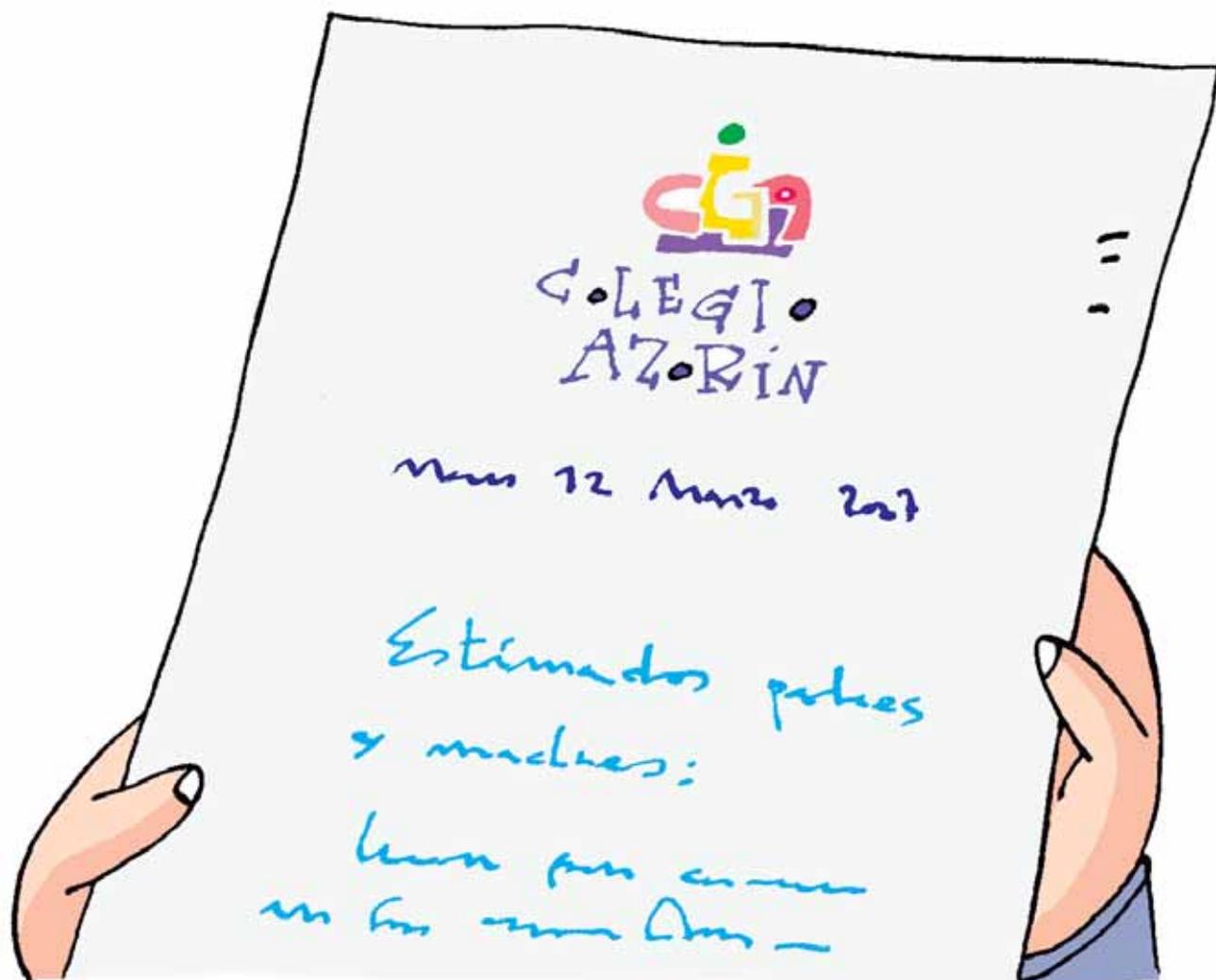


	Verdadero	Falso
La única forma de colaborar con los profesores es ir a las reuniones de padres	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Cuando los padres no participan en la escuela es porque los profesores no les dejan	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Puedo ampliar poco a poco el espacio de participación con la escuela	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Cuando los profesores ven que los padres se quejan por todo les tratan con más respeto	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
La mejor colaboración se basa en el diálogo entre las personas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hay que controlar todo lo que hacen los profesores para que cumplan con su obligación	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hay que hacer sentir a los profesores que confiamos en ellos como educadores	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Familias y profesores tienen intereses diferentes, por lo que es muy difícil que lleguen a trabajar juntos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>









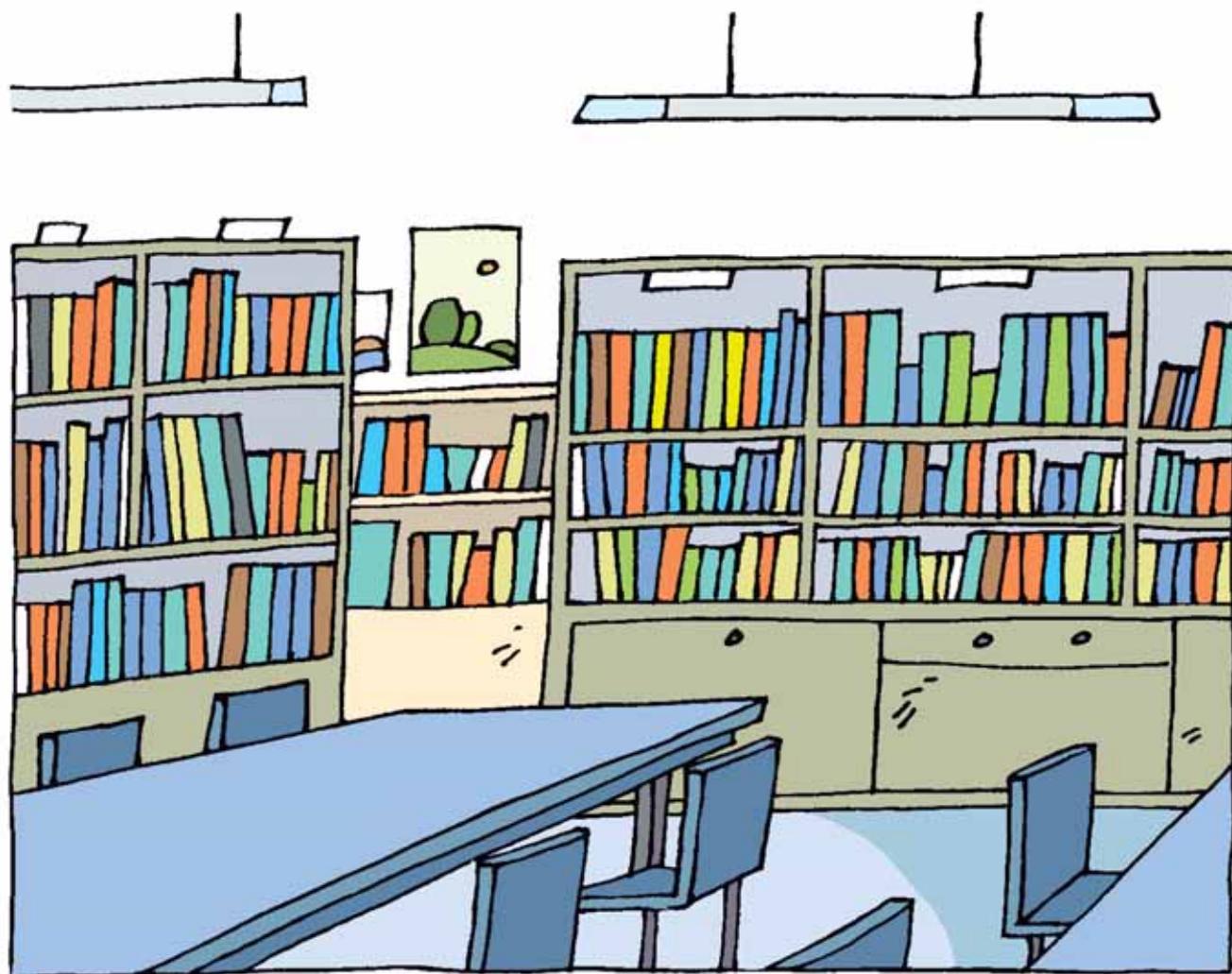






















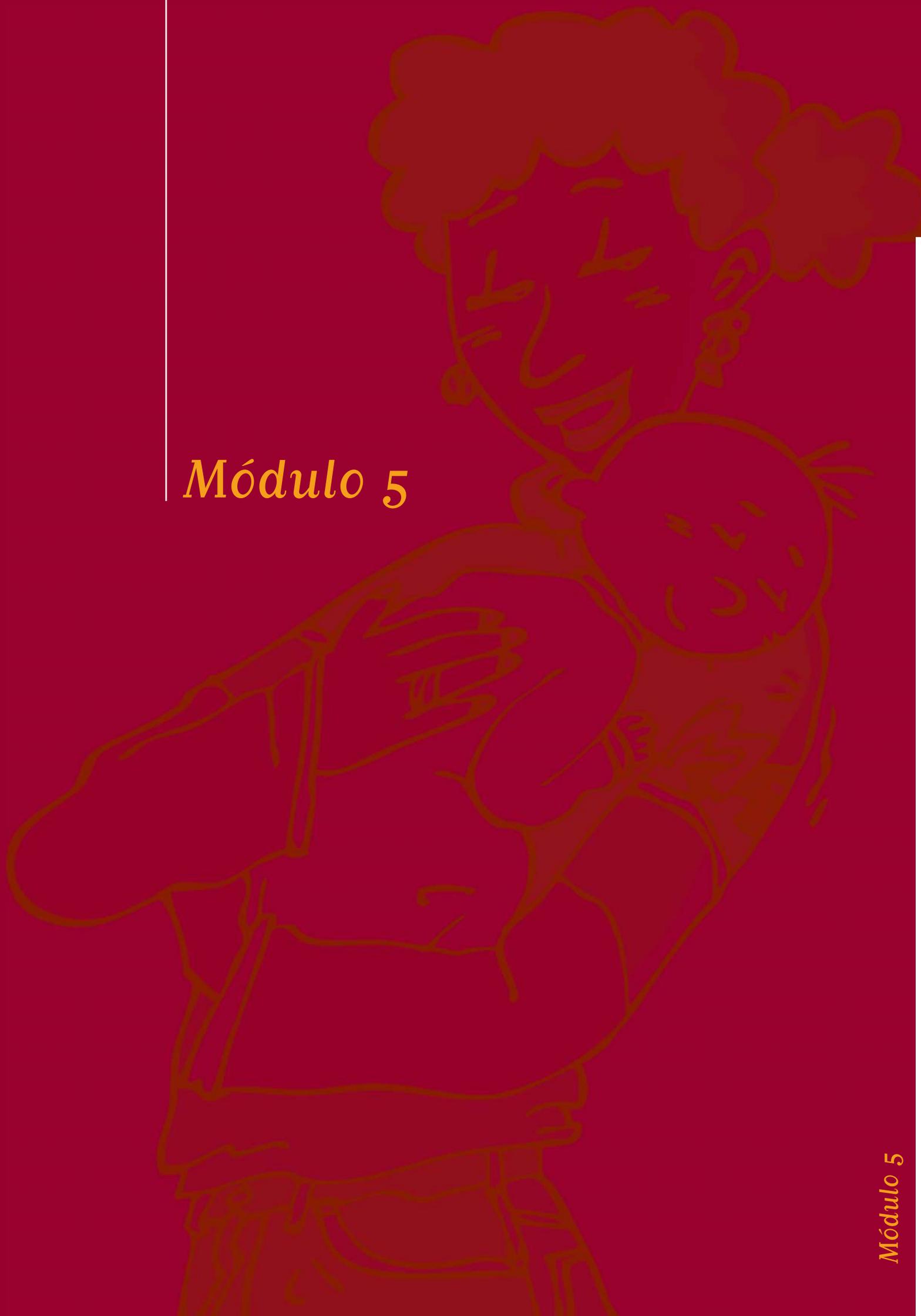








# Módulo 5







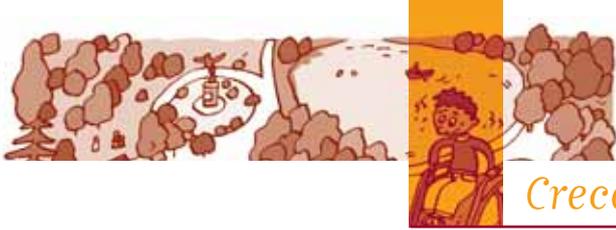
## Módulo 5. Educar, ¿una tarea en solitario?

Todas las personas disponemos de un cierto número de apoyos en nuestras vidas, pero, como veremos en este módulo, no siempre somos conscientes de éstos hasta que reflexionamos sobre ello. La red de apoyo social puede ser muy amplia y se extiende por todo el sistema familiar y comunitario, por lo que es necesario fijar nuestra atención en estos recursos, con el fin de llevar a cabo una buena utilización de los mismos.

Desde que nos levantamos por la mañana hasta que nos acostamos estamos continuamente contando con personas y prestándonos ayuda unas a otras. Lo contrario, es decir, el aislamiento social, es una condición que nos empobrece y nos limita para conseguir todo lo que necesitamos. La red de apoyos personales es muy importante para realizar nuestra tarea como padres, ya que nos proporciona muchas cosas: ayuda en momentos difíciles, consejo, nos ayuda a resolver problemas prácticos como ir a recoger a los niños o quedarse con ellos una tarde.

Pero también es importante la red de apoyos formales o de instituciones, centros o recursos con los que contamos en el barrio o municipio donde vivimos, como pueden ser el centro médico, el colegio, la guardería, la ludoteca, los servicios sociales del ayuntamiento, etc. Todos están ahí para prestarnos servicios como ciudadanos con derecho a disfrutarlos para poder dar cobertura a todas nuestras necesidades y las de nuestros hijos. Los pagamos con nuestros impuestos y deben revertir de nuevo sobre los ciudadanos y las familias.

Es verdad que no todo el tiempo necesitamos a todo el mundo. En este sentido, el apoyo social no se entiende como un apoyo único que resulta útil en todo tipo de situaciones y problemáticas, sino como una gran red de apoyos



## *Crecer Felices en Familia*

---

cambiantes, según nuestras necesidades, en los que el sistema familiar puede apoyarse siempre que lo necesite para salir adelante.

¿De qué depende que los padres puedan contar con una buena red para su tarea? En parte depende de su familia, de sus amigos, del barrio, de las facilidades que le rodean. Pero también depende en parte de sus propias actuaciones. Con su capacidad para pedir y prestar ayuda, así como saber relacionarse con las personas y saber acudir a las instituciones y solicitar sus servicios, están influyendo en la amplitud y la calidad de la red con la que cuentan.

En suma, en este módulo se pretende que los participantes tomen conciencia de la importancia de las redes de apoyo para un buen desarrollo del sistema familiar, así como conocer la diversidad de recursos que se encuentran disponibles en cada uno de los casos y fomentar su adecuada utilización. Las familias y sus redes son el tejido básico con el que se construyen sociedades integradas y solidarias.

### *Objetivos*

- Reflexionar sobre la importancia de las redes de apoyo formal e informal y sus características.
- Conocer los distintos tipos de apoyo social (instrumental, informacional, emocional, etc.) para la resolución de problemas.
- Fomentar la utilización de los recursos que nos proporcionan las redes sociales.
- Desarrollar la importancia de sentirse protagonistas, competentes como padres/madres y personas, y con capacidad de control sobre sus vidas.

### *Sesiones que componen el módulo*

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



### Sesión 1. Descubriendo la red

Esta sesión tiene como objetivo principal reflexionar sobre la diversidad de apoyos de los que disponemos en nuestro entorno, tanto formales como informales, así como profundizar en la influencia que estos apoyos tienen en nuestras vidas, ayudándonos a dirigirlos en un sentido u otro, ya que existe una gran diversidad de recursos a nuestro alrededor y es necesario que nos concienciamos de su existencia.

#### *Objetivos*

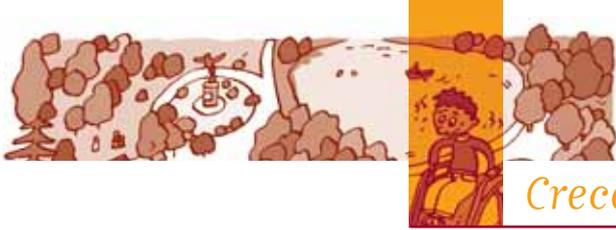
- Reflexionar sobre la diversidad de recursos que existe en nuestro entorno.
- Fijar la atención en la influencia que tienen los apoyos en la vida.

#### *Actividades*

- Actividad 1. ¿Qué nos diferencia?
- Actividad 2. Indagando en nuestro entorno.
- Actividad 3. Compromiso.
- Actividad 4. Recuerda.
- Actividad de estimulación padres-hijos. La cadena de la ayuda.

#### *Recursos para las actividades grupales*

- Papel y lápiz.
- Pizarra.
- Tiza o rotuladores.



### Recursos para la actividad de estimulación padres-hijos

- Cartones para los títulos.
- Cordeles.
- Cintas de colores.

### Actividad 1. ¿Qué nos diferencia?

En esta actividad, el mediador presentará las siguientes historias a los participantes, leyéndolas consecutivamente:

#### Historia 1. Natalia

*“Natalia es una mujer muy fuerte y luchadora que trata de mantener a sus dos hijos, Nico y Álex, de 5 y 3 años. Desde hace unos años Natalia tiene muchos problemas para sacar a su familia adelante, no encuentra ningún trabajo que sea compatible con el horario escolar de los niños, y no sabe de ningún lugar donde poder dejarlos mientras ella trabaja, lo que le está produciendo grandes problemas económicos.*

*Nico, ya tiene 5 años y empieza a necesitar ayuda en las tareas del colegio, pero Natalia no tiene tiempo de sentarse a ayudarlo con los deberes. Y Álex tiene muchos problemas de salud y tienen que estar constantemente en la consulta del médico, por lo que no resulta muy agradable la vida familiar.*

*En este momento Natalia está totalmente desbordada, no puede con los niños, la casa, el trabajo, los médicos..., y está a punto de tirar la toalla”.*

#### Historia 2. Ana

*“Ana también es madre soltera de Jorge, de 4 años, y de Sara, de 2 años. Su vida ha sido caótica desde el principio, se quedó embarazada siendo muy joven, y Pedro, el padre de sus hijos, la abandonó nada más nacer la pequeña Sara. A sus 19 años no tiene formación suficiente para encontrar un trabajo que le permita disfrutar del tiempo libre de sus hijos, trabaja por las tardes e incluso por las noches en cualquier cosa que consiga para sacar algo de dinero.*



*Cuando trabaja en el turno de noche, su madre, Rita, se encarga de llevar a los niños al colegio, y por las tardes deja a los niños en una ludoteca que hay cerca de su trabajo. Esto le ha permitido ir terminando sus estudios a distancia y sacarse el graduado escolar. Ahora, Ana ha conseguido un trabajo de mañana, aunque de vez en cuando tiene que realizar algún trabajo a deshora, siempre hay algún familiar o algún amigo que puede ayudarla con los niños”.*

A continuación, el mediador pide a los participantes que se agrupen en parejas para reflexionar sobre cada uno de los casos y la importancia que tiene la presencia o carencia de recursos y apoyos. Para ello se guiarán por la siguiente cuestión: ¿qué semejanzas y diferencias se observan entre Natalia y Ana?

Para finalizar, el mediador resumirá brevemente los diferentes puntos de vista que se hayan reflejado, enfatizando el hecho de que es importante tener en cuenta los apoyos que nos rodean.

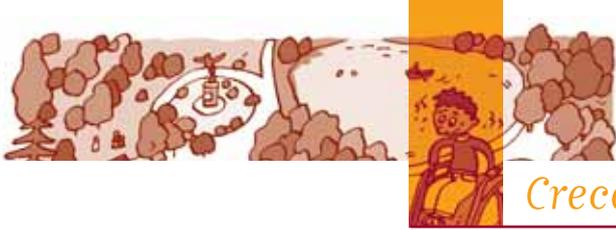
### **Actividad 2. Indagando en nuestro entorno**

Teniendo en cuenta las conclusiones de la actividad anterior, esta actividad se dirige a conocer cuáles son los diferentes tipos de apoyos que existen y de los que se puede disponer.

Con este fin se hacen parejas proporcionándoles papel y lápiz, y dándoles la instrucción de que anoten todos aquellos apoyos que nos pueden ayudar en nuestra vida diaria (si el grupo es numeroso se pueden hacer subgrupos de 3 ó 4 personas).

Una vez hayan terminado de anotar todos los apoyos, cada pareja y/o grupo irá diciendo en voz alta los apoyos que ha encontrado y el mediador los irá anotando en la pizarra. Cuando los haya anotado todos podrá preguntar a los participantes si se les ocurre algún otro apoyo que no se haya tratado.

Una vez que se hayan reflejado todas las aportaciones, el mediador concluirá la sesión recopilando toda la información que se ha obtenido. El grupo debe llegar a conclusiones finales tales como por ejemplo que, aunque muchas veces no nos demos cuenta, todas las personas disponemos de muchos apoyos a nuestro alcance.



### Actividad 3. Compromiso

Una vez terminadas las actividades, cada uno de los participantes debe comprometerse durante la siguiente semana a reflexionar sobre los apoyos que necesita, y en qué medida se había dado cuenta de su existencia, anotando aquellos nuevos apoyos que haya descubierto en su vida.

Los participantes realizarán el registro en la hoja "Compromiso personal", escribiendo en la primera columna el compromiso que desean conseguir y en la siguiente columna el grado de cumplimiento que han conseguido: total, medio o bajo grado de cumplimiento.

#### Compromiso 1



### Actividad 4. Recuerda

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

	Verdadero	Falso
Estamos solos en la vida y no necesitamos a nadie		
Nosotros no podemos hacer nada para buscar nuevos apoyos		
Tenemos muchas posibilidades de ayuda a nuestro alcance		
Tener apoyos nos fortalece como personas y como sociedad		
Los demás están para complicarnos la vida		
Siempre hay algún hombro sobre el que llorar		
Busquemos a nuestro alrededor porque puede haber un apoyo que no hemos utilizado antes		
Hay que tener mucha cara para pedir ayuda y yo prefiero arreglármelas solo/a		



### **Actividad de estimulación padres-hijos. La cadena de la ayuda**

La finalidad principal de esta actividad es que padres e hijos participen en un juego en el que se manifiesta la importancia de las ayudas que nos prestamos unos a otros. Todos somos importantes para alguien en algún momento. Para ello se selecciona a un padre/madre y a su hijo, que tienen que preparar una excursión. El resto de las parejas representa sitios donde hay que ir para preparar la excursión. Así, una pareja hace de banco para sacar dinero, otra de tienda de bocadillos, otra vende ropa de deporte, bebidas, gasolinera, taller de reparación de coches, pastelería, etc. Cada pareja se pone un cartel y hace un dibujo para representar la tienda en que está. A continuación, a cada establecimiento se le proporciona cintas de un determinado color (el color es diferente para cada establecimiento).

Entonces la pareja que va de excursión elige dónde comienza a comprar (por ejemplo el banco para sacar el dinero), se acerca y dice: DAME DINERO, POR FAVOR, QUE LUEGO TU OTRA COSA ME PEDIRÁS, y va visitando las tiendas sucesivas. En cada una dice la frase correspondiente y se lleva una cinta de un color diferente, que se va atando en la muñeca. Además de la cinta, se va llevando también a los niños de las tiendas que va visitando, de modo que cada vez la cadena es más larga. Cuando se acaba, los niños se mantienen unidos en un lado y ahora son los padres los que se van quedando atrapados en otra cadena que ahora se inicia con un nuevo padre, que prepara otra actividad, como por ejemplo: ahora es el del banco el que tiene que ir a arreglar el coche para ir al cumpleaños de la abuela, por lo que va al taller y dice: ARRÉGLAME EL COCHE, POR FAVOR, QUE LUEGO TU OTRA COSA ME PEDIRÁS, después a la gasolinera, después de la pastelería, después a las bebidas, y quedan de nuevo todos atrapados. Padres e hijos atrapados cada uno en su cadena con las cintas colgando para demostrar que unos y otros nos podemos necesitar en cualquier momento.



# Compromiso Personal



## Compromiso 1





# Actividad 4



	Verdadero	Falso
Estamos solos en la vida y no necesitamos a nadie	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Nosotros no podemos hacer nada para buscar nuevos apoyos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Tenemos muchas posibilidades de ayuda a nuestro alcance	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Tener apoyos nos fortalece como personas y como sociedad	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Los demás están para complicarnos la vida	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Siempre hay algún hombro sobre el que llorar	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Busquemos a nuestro alrededor porque puede haber un apoyo que no hemos utilizado antes	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hay que tener mucha cara para pedir ayuda y yo prefiero arreglármelas solo/a	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>





### Sesión 2. Apoyos importantes en mi vida

Esta sesión tiene como objetivo reflexionar sobre la importancia del establecimiento de redes de apoyo formal e informal. Para ello, se irá reflexionando acerca de la necesidad de apoyos de las personas, así como de todos los apoyos de los que disponemos y de cómo nos hace sentir cada uno de ellos.

También se pretende orientar a los participantes en una reflexión sobre los propios apoyos y la importancia de éstos, enfatizando la necesidad de contar con el mayor número de apoyos posibles para la vida, tanto personal como familiar, y la necesidad de saber valorar esos apoyos.

#### *Objetivos*

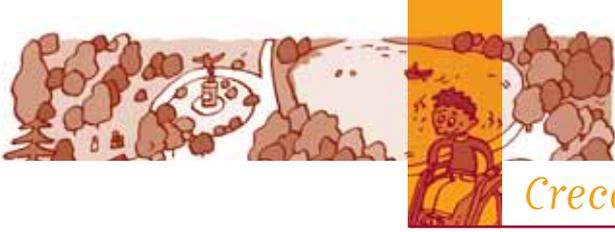
- Reflexionar sobre la importancia de los apoyos informales.
- Reflexionar sobre la importancia de los apoyos formales.
- Profundizar en el hecho de que no todos los apoyos son positivos.

#### *Actividades*

- Actividad 1. Los apoyos de Clara.
- Actividad 2. ¿Me gusta este apoyo?
- Actividad 3. ¿Quién me apoya a mí?
- Actividad 4. Compromiso.
- Actividad 5. Recuerda.
- Actividad de estimulación padre-hijo. Todos tenemos una red.

#### *Recursos para las actividades grupales*

- Pizarra.
- Tizas o rotuladores.



## Crecer Felices en Familia

- Papel y lápiz.
- Lápices de colores.
- Televisor.
- Reproductor de vídeo o DVD.

### Actividad 1. Los apoyos de Clara

Esta actividad se dirige a ayudar a los participantes a detectar otros tipos de apoyo, tanto formales como informales, que pueden ayudar a las familias cuando se encuentran ante situaciones problemáticas.

Con este fin el mediador leerá la siguiente historia:

*“Clara es una madre de 23 años que tiene una hija de 1 año y medio llamada Lucía. Clara abandonó sus estudios al conocer a Carlos y se dedicó a estar con él todo el tiempo que podía sin pensar en su futuro. Al cabo de un año Clara quedó embarazada y poco tiempo después se fue a vivir con sus padres y la niña, porque Carlos la abandonó antes de nacer Lucía.*

*Unos meses después del nacimiento de Lucía, Clara empezó a buscar trabajo para poder independizarse y cuidar mejor de su hija. Ahora, por fin, acaba de conseguir un trabajo de camarera en un restaurante cerca de su casa, y está muy contenta porque podrá ganar algo de dinero para mantener a su familia.*

*Lucía es una niña muy nerviosa e inquieta y no le gusta estar lejos de su madre, por lo que Clara está muy preocupada, no sabe qué hacer, no puede dejar sola a Lucía pero, al mismo tiempo, necesita el dinero para poder salir adelante.*

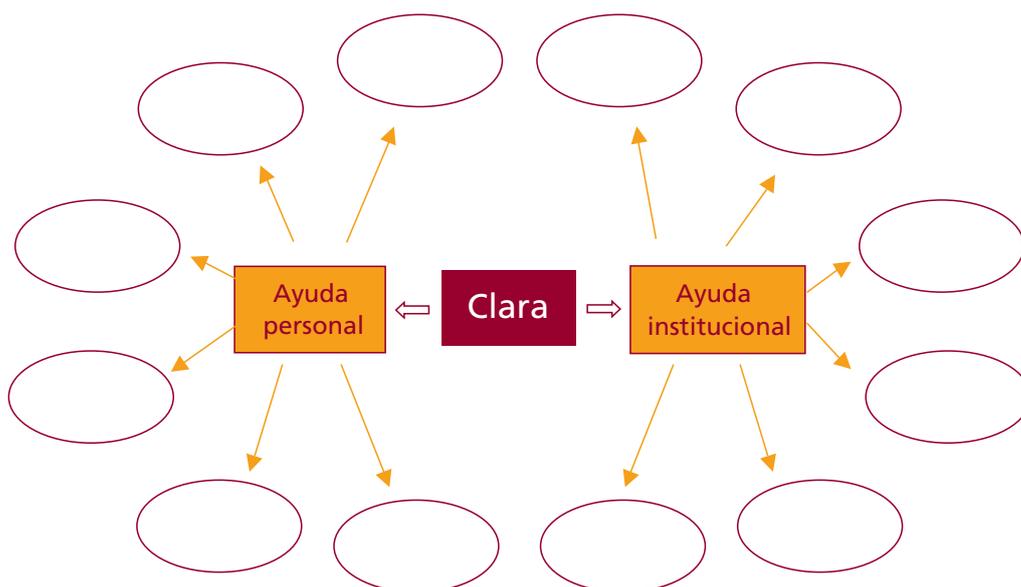
*Una noche, mientras Lucía dormía, Clara empezó a pensar en qué personas o instituciones podrían ayudarla en su problema”.*

A continuación, el mediador pedirá a los participantes que formen parejas y reflexionen sobre lo que han visto en la historia, planteándose las siguientes cuestiones:

- ¿Qué personas pueden ayudar a Clara con su problema?
- ¿Qué instituciones pueden ayudar a Clara con su problema?



Seguidamente, un representante de cada pareja expone al resto de los/as participantes las respuestas que han dado y se recogen en un cuadro en la pizarra rellenando el siguiente esquema:



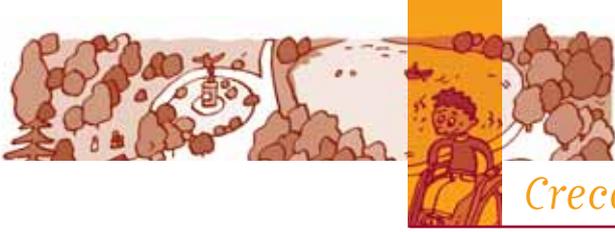
Una vez que se haya completado este cuadro en la pizarra, el mediador hará una reflexión final enfatizando que existen muchos tipos de apoyos y que cada uno de ellos nos puede ser útil para situaciones muy distintas.

### Actividad 2. ¿Me gusta este apoyo?

Esta actividad pretende conseguir que los participantes comprendan que no todos los apoyos que se reciben son positivos y que, en ocasiones, incluso pueden hacernos sentir mal. Con este fin, se les presentan una serie de secuencias de vídeo en las que aparecen una serie de personas que están siendo apoyadas por otras. Los participantes deben valorar si ese apoyo está siendo positivo o no y reflexionar sobre cómo se está sintiendo la persona que lo recibe.

#### Secuencias:

1. Se ve una madre en el colegio de su hijo hablando con la profesora.  
Madre: " No se qué hacer con mi hijo, no estudia nada y saca muy malas



## Crecer Felices en Familia

- notas". Profesora: "Usted sabrá lo que tiene que hacer con su hijo, yo no estoy dentro de su casa para decirle cómo debe actuar".
2. Se ve a un niño llorando sentado en un banco del parque con el padre a su lado, el niño no para de gritar y llorar de dolor. El padre está completamente desesperado, buscando a alguien que le pueda ayudar a llevar a su hijo a un médico, ya que solo no puede. Padre: "Necesito que alguien me ayude, mi hijo se ha caído y le duele mucho, por favor que alguien me ayude". Un extraño que pasaba por allí se acercó a ellos. Extraño: "Tranquilo, dígame que le pasa, ¿por qué llora su hijo? No pasa nada, ahora mismo llamo a una ambulancia y si hay algún problema lo llevaremos a un hospital entre los dos".
  3. Se ve a una madre con dos niños, una niña de 6 años llamada Ana y un niño de 2 años llamado Sergio, muy nerviosa, hablando por teléfono. Madre: "No puedo ir, no me importa que sea urgente, estoy sola con los niños en casa". Niña de 6 años: "Mamá, no te preocupes yo me quedo cuidando de Sergio, vete tranquila".
  4. Se ve a una mujer hablando por teléfono con su pareja. Mujer: "Cariño, estoy muy liada con el trabajo y hoy me tocaba a mi ir a buscar a los niños al colegio, no se como me las voy a arreglar". Pareja: "Vaya fastidio, voy a buscarlos yo ¡Como siempre! Para que luego te quejes de que no tengo paciencia con los niños!".

A continuación, se lleva a cabo una reflexión en gran grupo sobre estas secuencias, pidiendo a los participantes que argumenten sus posturas para que los demás puedan entenderlas. Se debe insistir en los sentimientos que despiertan estos tipos de apoyo, unos son negativos y otros son positivos. Hay apoyos que refuerzan y nos valorizan como personas y otros nos hundén. Concluyendo con la idea de que no todos los apoyos que se nos brindan son adecuados ni de calidad, y que, dependiendo de cómo sea aportado el apoyo, puede producir sentimientos muy diferentes en las personas que lo reciben.

### Actividad 3. ¿Quién me apoya a mí?

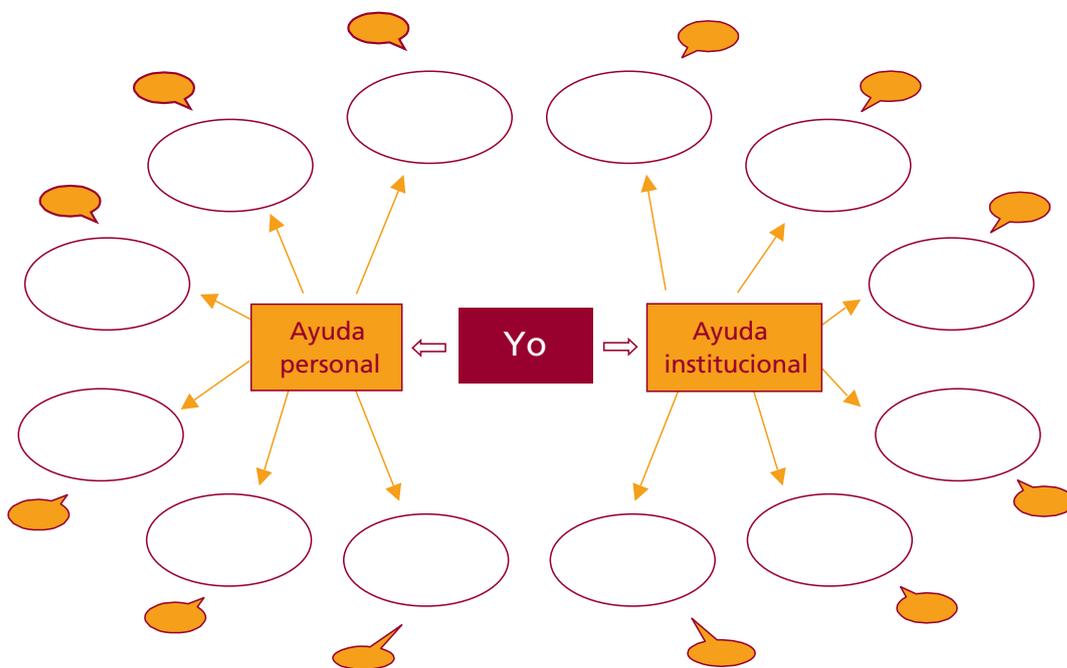
En esta actividad los participantes se centrarán en su experiencia personal y reflexionarán sobre su propio sistema de apoyo. Con este fin el mediador presentará a los participantes la actividad, de la siguiente manera:

*" Como vimos en la historia de Clara, podemos encontrar muchos apoyos en nuestro entorno; algunos pueden ser de personas cercanas a nosotros, como un amigo, o de personas que no conocemos,*

## Módulo 5

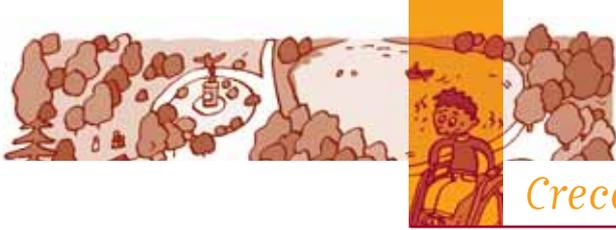


como puede ser un médico, y todos ellos nos ayudan a afrontar situaciones difíciles. Para desarrollar esta actividad, cada uno de nosotros tiene un esquema como el que hemos rellenado para el caso de Clara, pero es el nuestro. Vamos a rellenarlo pensando en todos aquellos apoyos que tenemos, de cualquier tipo, tanto en problemas personales como en problemas con nuestros hijos; aunque no los hayamos utilizado, si sabemos que son apoyos que están disponibles para nosotros también valen. Ahora cada uno rellenará individualmente el suyo”.



Una vez que los/as participantes hayan rellenado el esquema, se les explica que no todos los apoyos nos hacen sentir igual y que tampoco los valoramos del mismo modo. Con el fin de reflejar cómo nos hacen sentir los apoyos, se pide a los/as participantes que indiquen, en la nube que hay al lado de cada apoyo, cómo les hace sentir: bien, mal o indiferente; además, deben pintar la nube de color azul si valoran ese apoyo positivamente, de color amarillo si es una valoración neutra y de color rojo si lo valoran negativamente.

Una vez que hayan realizado este ejercicio, el mediador reflexionará con los participantes sobre su esquema del apoyo, observando que, aunque no se utilicen diariamente los apoyos, todos tenemos una red con la que podemos contar en un momento u otro; enfatizando que aquellos apoyos que se han



valorado con sentimientos positivos y en color azul son los más importantes para cada uno de ellos, pero que no implica que sean los únicos, y que aquellos apoyos que nos hacen sentir mal y de color rojo son apoyos que no nos están ayudando como deberían, por lo que deberíamos plantearnos el modificar la forma en la que los estamos utilizando.

### Actividad 4. Compromiso

Para afianzar las reflexiones que se han desarrollado, cada participante debe elegir uno o varios de los apoyos que no les hacen sentir ni bien ni mal, es decir, indiferente, y a lo largo de la semana reflexionar sobre la razón de que les haga sentir así, e inclinarse por uno de los sentimientos, bueno o malo.

Los participantes realizarán el registro en la hoja "Compromiso personal", escribiendo en la primera columna el compromiso que desean conseguir y en la siguiente columna el grado de cumplimiento que han conseguido: total, medio o bajo grado de cumplimiento.

#### Compromiso 1



### Actividad 5. Recuerda

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

	Verdadero	Falso
Las personas sólo tenemos dos apoyos en la vida, no podemos esperar que haya más		
Existen apoyos que nos hacen sentir bien y otros que nos hacen sentir mal		
El apoyo del colegio y la policía no es un apoyo, no sirve para nada		
Hay apoyos que son más importantes para nosotros y otros que lo son menos, pero todos son necesarios		



### **Actividad de estimulación padres-hijos. Todos tenemos una red**

La finalidad principal de esta actividad es transmitir a los participantes la idea de que todas las personas, independientemente de la situación personal o de la edad que tengan, tienen una red de apoyo.

Para esta actividad el mediador debe dividir a los/as participantes en dos grupos: por un lado, aquellos que tengan hijos/as entre 0 y 2 años, y por otro lado aquellos cuyos hijos tengan entre 3 y 5 años.

#### **Grupo de 0-2 años**

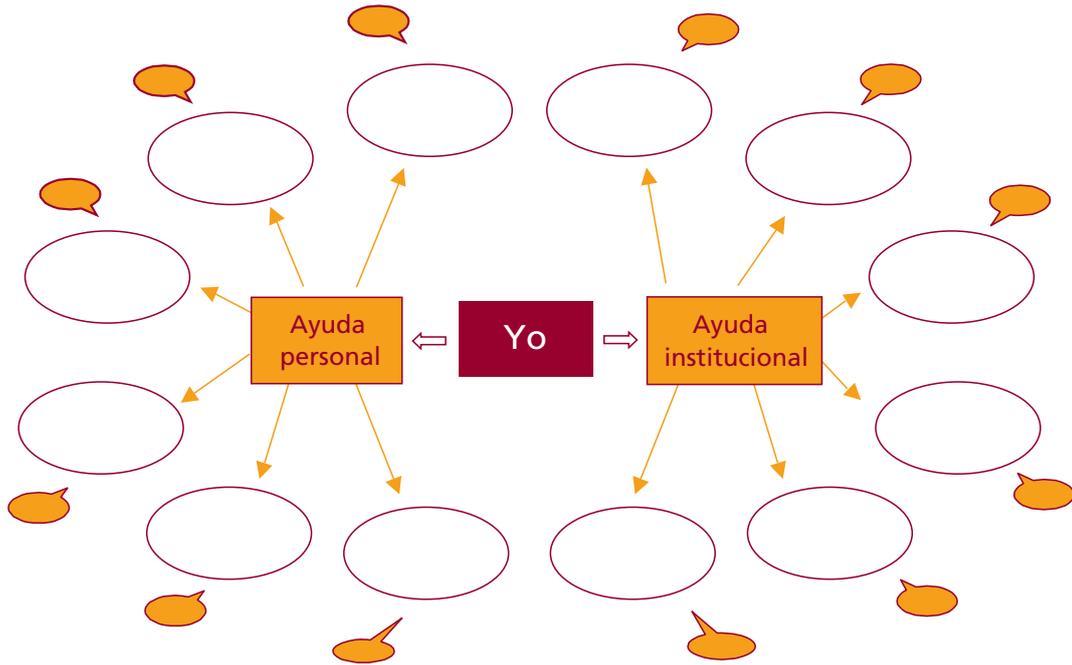
El mediador pedirá a los participantes que vayan diciendo en voz alta quiénes son para ellos la red de apoyo de sus hijos, es decir, aquellas personas que les ayudan cuando tienen una necesidad o un problema, que se ocupan de sus cuidados, etc. De este modo se darán cuenta de que hasta los más pequeños también cuentan con una red de apoyo.

#### **Grupo de 3-5 años**

El mediador pedirá a los participantes que sus hijos vayan diciendo en voz alta quiénes son para ellos su red de apoyo, es decir, aquellos amigos, hermanos, primos, tíos, vecinos, profesores, con los que mejor se llevan, los que más les ayudan, con los que más se ríen, etc. y los padres irán ayudando a sus hijos a decir quiénes componen su red de apoyo. Los irán poniendo en un gran cartel para que todos los niños vean la cantidad de personas que les quieren y les ayudan.



# Actividad 3





# Compromiso



## Compromiso 1

---



# Actividad 5



Verdadero

Falso

Las personas sólo tenemos dos apoyos en la vida, no podemos esperar que haya más

Existen apoyos que nos hacen sentir bien y otros que nos hacen sentir mal

El apoyo del colegio y la policía no es un apoyo, no sirve para nada

Hay apoyos que son más importantes para nosotros y otros que lo son menos, pero todos son necesarios





### Sesión 3. Buscando apoyos para cada problema

Esta sesión tiene como objetivo conocer las ventajas de los distintos tipos de apoyo: dar apoyo en cuestiones prácticas, dar una información, dar un consejo, hacernos ver que nos comprenden y entienden lo que nos pasa, que nos acompañan en nuestras tareas o nos visitamos mutuamente, que nos hacen sentirnos valiosos y aceptados. Todos ellos pueden ser importantes en un momento dado de nuestras vidas.

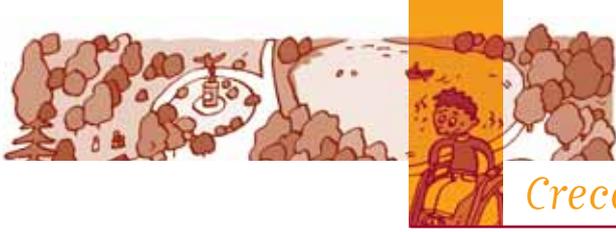
Para ello, se plantea a los participantes la pregunta de si todos los apoyos son útiles en todas las situaciones problemáticas, enfatizando el hecho de que no todas las personas los valoramos igualmente. No se trata de apoyos absolutamente positivos ni absolutamente negativos, sino que todo depende de la circunstancia en la que se encuentren. También se trabajará en la necesidad de que cada uno de los/as participantes descubra cuáles son los apoyos más útiles ante cada situación problemática.

#### *Objetivos*

- Reflexionar sobre las diferencias entre los distintos tipos de apoyo.
- Profundizar en la utilización diferencial de los apoyos en diversas situaciones problemáticas.

#### *Actividades*

- Actividad 1. Acercándonos al apoyo.
- Actividad 2. ¿Quién vale?
- Actividad 3. ¿Qué quiero yo? ¿Qué me das tú?
- Actividad 4. Compromiso.
- Actividad 5. Recuerda.
- Actividad de estimulación padres-hijos: Nos vamos de fiesta.



### Recursos para las actividades grupales

- Equipo de música.
- CD música suave.
- Lápices.
- Bolígrafos.

### Actividad 1. Acercándonos al apoyo

En la sesión anterior hemos trabajado en profundidad la importancia que tienen los apoyos para el funcionamiento familiar; en esta actividad se trabajará la diferenciación entre los apoyos que se reciben, la calidad de éstos y su eficacia.

Para ello, el mediador planteará al grupo una serie de preguntas para que contesten individualmente:

- ¿Cualquier persona puede ayudarme ante cualquier problema?
- ¿Es importante quién es la persona que me está apoyando?
- ¿Me apoyo siempre en las mismas personas para el mismo problema?

Se da a los participantes unos minutos para reflexionar sobre estas cuestiones mientras oyen una música suave de fondo. A continuación, el mediador propone al grupo que se planteen las dudas u observaciones que quieran, compartiendo su visión con los demás participantes.

### Actividad 2. ¿Quién vale?

Esta actividad tiene como objetivo que los participantes relacionen los problemas con las fuentes de apoyo disponibles que les pueden ser útiles en las distintas situaciones. Para ello, se trabajará con un grupo de historias en las que una persona necesita apoyo, y se presentan diversas fuentes de apoyo alternativas para que seleccionen las que consideren más adecuadas para ese problema concreto.

Los participantes pueden marcar más de una fuente de apoyo para cada una de las historias, siempre que justifiquen sus respuestas.

*Situación 1. " Ana llega a fin de mes ahogadamente con su sueldo de dependienta, los niños gastan mucho dinero en*



*uniformes, ropa, comida, etc. Estos meses la cosa se está poniendo aún más complicada porque el pequeño Jorge se ha puesto enfermo y hay que comprarle las medicinas y estar con él en casa, por lo que falta mucho al trabajo" .*

¿Qué fuentes de apoyo serían útiles para Ana en esta situación?

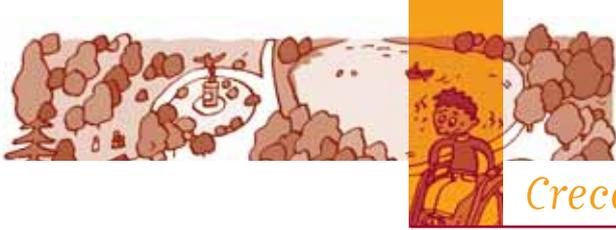
- Un médico.
- Un amigo.
- Prestación económica de los Servicios Sociales.
- Su madre.
- El colegio.
- La vecina.

**Situación 2.** *" Javier está cansado de soportar el vandalismo que se ha desencadenado en su barrio desde hace unos meses: le han intentado robar por la calle, le han pinchado las ruedas del coche, han roto los cristales de los edificios, etc. Sara, su mujer, está muy preocupada, porque Javier está cada vez más molesto con esta situación y teme que pronto se enfrente a ellos, pero no sabe qué hacer para solucionarlo" .*

¿Qué fuentes de apoyo serían útiles para Sara en esta situación?

- Un vecino.
- Cáritas.
- El hermano.
- El hijo.
- Asociación de vecinos.
- La policía.

**Situación 3.** *" Marta es una mujer de 28 años con un hijo de 6 años. Su pareja, Marcos, acaba de abandonarles, a ella y a su hijo, sin explicarle ningún motivo. Marta se siente muy triste y angustiada, no puede entender por qué le ha ocurrido esto; ella quiere muchísimo a Marcos y él nunca le había dicho que se encontraba mal con ella. Esta situación la hace sentirse muy deprimida y sola" .*



## Crecer Felices en Familia

¿Qué fuentes de apoyo serían útiles para Marta en esta situación?

- La parroquia.
- Colegio.
- Un amigo.
- La madre.
- Su hijo.
- Los Servicios Sociales.

**Situación 4.** " *El pequeño Dani lleva una semana entera sin parar de llorar. Carmen, su madre, ha hecho de todo, intenta tranquilizarle, le canta, lo acuna, le da de comer, le pone el termómetro, lo baña, le cambia los pañales..., pero nada hace que deje de llorar. Cada vez que su madre empieza a hacer las cosas de la casa, Dani llora sin parar con gran angustia. ¡Su hermano no era así!, dice desconsolada. Carmen ya no sabe qué hacer, está desesperada y lleva una semana sin dormir*" .

¿Qué fuentes de apoyo serían útiles para Carmen en esta situación?

- La pareja
- Una amiga.
- Su hijo Dani.
- El colegio.
- Un médico.
- La parroquia.

Una vez hayan contestado a estas preguntas, el mediador les pide que en parejas compartan sus respuestas y las discutan explicando por qué han seleccionado cada una de las opciones, aclarando que no hay unas opciones más válidas que otras, sino que para cada persona y problema el apoyo útil puede ser diferente.

### Actividad 3. ¿Qué quiero yo? ¿Qué me das tú?

El mediador comenta al grupo que cada uno de nosotros solemos solicitar apoyo a unas mismas personas ante un determinado problema. Por ejemplo: cuando me encuentro mal, voy al médico. Pues lo mismo ocurre con el resto de los apoyos que necesitamos en nuestras vidas.

## Módulo 5



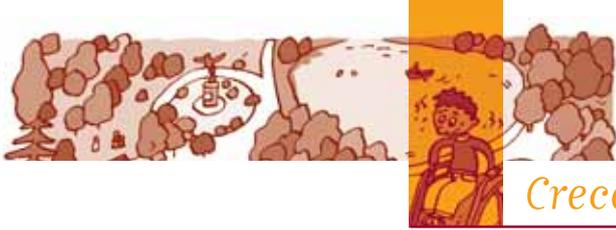
Para ver qué ocurre con nosotros, el mediador pide a los participantes que rellenen el siguiente cuadro diciendo en primer lugar qué tipo de apoyo es el que busco y cuál es el apoyo que utilizarían ante ese problema concreto; a continuación, si creen o no que existen otras fuentes de apoyo que puedan ayudarle a solucionar ese problema; y, por último, si han contestado que sí, cuáles son esas fuentes de apoyo que también les pueden ayudar.

Por ejemplo:

Problemas	Tipo de apoyo que busco	Fuente de apoyo que utilizo	Otras fuentes que podría utilizar
Necesito dinero	Económico	Madre	Servicios sociales, pareja...

Problemas	Tipo de apoyo que busco	Fuente de apoyo que utilizo	Otras fuentes que podría utilizar
Necesito dinero			
Me siento triste			
Estoy desbordada de trabajo			
Necesito consejo			
No entiendo lo que hace mi hijo			
Estoy deprimida			
Que alguien vaya a buscar a los niños al colegio			
Me siento sola			
No sé cuándo debo ir a matricular a mi hijo al colegio			
Necesito que alguien me acompañe al médico			
No sé cuánto cuesta la casa que quiero comprar			

Una vez que cada uno de los participantes ha rellenado el cuadro, el mediador les pide que reflexionen sobre la idea de que hay apoyos que utilizamos más cuando tenemos un problema emocional como la tristeza, la soledad, etc.; y en cambio, utilizamos otros apoyos ante problemas más instrumentales, como los económicos o la ayuda material; y, otras veces, lo que necesitan es la búsqueda de información o de consejo, por lo que los apoyos solicitados son totalmente diferentes.



Así pues, debemos buscar el apoyo que cubra mejor la necesidad que tenemos en ese momento; no todos los apoyos nos sirven para todos los problemas, por lo que hay que aprender a definir el problema para seleccionar después el apoyo que más nos ayude a resolverlo.

### Actividad 4. Compromiso

El mediador pedirá a los/as participantes que elijan un problema y que reflexionen a lo largo de la semana cuál creen que sería para ellos el mejor apoyo posible ante esa situación determinada.

En la siguiente sesión se retomará este aspecto y se comentarán en grupo las dificultades, las ideas y las observaciones que han surgido a lo largo de la semana.

Los participantes realizarán el registro en la hoja "Compromiso personal", escribiendo en la primera columna el compromiso que desean conseguir y en la siguiente columna el grado de cumplimiento que han conseguido: total, medio o bajo grado de cumplimiento.

#### Compromiso 1



### Actividad 5. Recuerda

El mediador para finalizar la sesión propondrá a los/as participantes una actividad de síntesis de los aspectos más importantes trabajados durante la sesión, con la finalidad de ayudar a recordar y sintetizar las ideas claves.



	Verdadero	Falso
Cualquier persona puede ayudarme ante cualquier problema	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hay que pensar detenidamente para qué problemas me sirve cada uno de los apoyos que tengo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
El colegio no es un apoyo útil en ningún caso	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ante un mismo problema lo más útil es probar todos los apoyos, a ver cuál es el que funciona	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Es importante quién me está apoyando, no sólo que me apoye	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

### Actividad de estimulación padre-hijo. Nos vamos de fiesta

Para el desarrollo de esta actividad el mediador informará a los participantes de que en la sesión de clausura del programa se va a realizar una pequeña fiesta y que ellos serán los encargados de la organización.

Los participantes tendrán que organizar dónde se va a realizar la fiesta, qué se va a hacer, la comida, los juegos, etc., es decir, todas las actividades que implica realizar una fiesta de despedida.

*Nota para el mediador: para la organización de la fiesta es necesario que el mediador tenga ideas previas de lo que se va a realizar (una comida, merienda, juegos, etc.), con la finalidad de poder ayudar a los padres y madres. Además, el mediador tendrá que recordar a los participantes la importancia del trabajo en equipo para que la fiesta sea todo un éxito. Es una buena actividad para que aprovechen lo que han aprendido sobre redes: yo me encargo de... yo conozco a...*



# Actividad 3



Problemas	Tipo de apoyo que busco	Fuente de apoyo que utilizo	Otras fuentes que podría utilizar
Necesito dinero	Económico	Madre	Servicios sociales, pareja,...

Problemas	Tipo de apoyo que busco	Fuente de apoyo que utilizo	Otras fuentes que podría utilizar
Necesito dinero			
Me siento triste			
Estoy desbordada de trabajo			
Necesito consejo			
No entiendo lo que hace mi hijo			
Estoy deprimida			
Que alguien vaya a buscar a los niños al colegio			
Me siento sola			
No sé cuándo debo ir a matricular a mi hijo al colegio			
Necesito que alguien me acompañe al médico			
No sé cuánto cuesta la casa que quiero comprar			



# Compromiso



## Compromiso 1





# Actividad 5



Verdadero

Falso

Cualquier persona puede ayudarme  
ante cualquier problema

Hay que pensar detenidamente para  
qué problemas me sirve cada uno  
de los apoyos que tengo

El colegio no es un apoyo útil en  
ningún caso

Ante un mismo problema lo más útil  
es probar todos los apoyos, a ver cuál  
es el que funciona

Es importante quién me está apoyando,  
no sólo que me apoye





### Sesión 4. Tejiendo redes: cómo utilizar los apoyos sociales de mi entorno

Esta sesión tiene como objetivo principal fomentar la utilización de los recursos sociales, conociendo los recursos que se encuentran disponibles en este entorno concreto, enfatizando su importancia y utilidad.

#### *Objetivos*

- Explorar la disponibilidad de recursos de su entorno.
- Conocer dónde se encuentran los diversos recursos disponibles.
- Conocer la utilidad de cada uno de los recursos disponibles.

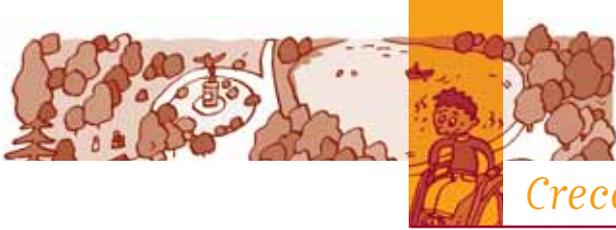
#### *Actividades*

- Actividad 1. Localizando recursos.
- Actividad 2. ¡Estás ahí!
- Actividad 3. Compromiso.
- Actividad 4. Recuerda.

#### *Recursos para las actividades grupales*

- Mapa del barrio o ciudad.
- Papel y lápices.
- Marcadores fluorescentes.

Antes de comenzar esta sesión el mediador debe conseguir un plano claro y amplio del barrio o ciudad en el que se está desarrollando el programa y tener tantas copias como participantes hayan.



Esta sesión se podría dividir en dos, dependiendo de la disponibilidad de recursos de cada barrio o ciudad.

### Actividad 1. Localizando recursos

No sólo es importante conocer qué fuentes de apoyo podrían servirnos de ayuda ante un problema dado, sino que también es importante saber si se encuentran disponibles en nuestro entorno y conocer dónde se encuentran.

Con el fin de mejorar nuestra percepción sobre los recursos de los que disponemos, el mediador utilizará el mapa del barrio o ciudad para marcar en él los servicios de que dispone este lugar en concreto. Señalará, si los hubiese: ludotecas, centros de salud, asociación de vecinos, centros de la tercera edad, centros deportivos, asistencia social, guarderías, colegios, etc.

Al comenzar la sesión el mediador repartirá los planos entre los/as participantes que reflejen todos aquellos lugares o apoyos que conozcan en su entorno y explicar al resto cuál es la finalidad de este recurso y en qué nos puede ayudar.

A continuación, el mediador explicará detenidamente cada uno de los puntos o lugares que no hayan sido marcados en el mapa por los participantes, así como cuál es su finalidad y en qué nos pueden ser útiles.

### Actividad 2. ¡Estás ahí!

Una vez se han señalado todos los recursos que se encuentran en nuestro entorno se propone a los participantes llevar a cabo una ruta guiada por todo el barrio o ciudad, con el fin de clarificar qué recursos hay, dónde están, y cuál es su utilidad.

Para ello, el mediador propone una ruta que seguir en el mapa y, si todos los participantes están de acuerdo, comienza la excursión.

La ruta se realizará pasando por todos los lugares que se han señalado en el mapa, deteniéndose en cada uno de ellos, donde el mediador planteará las siguientes preguntas para que vayan contestando los que lo conocen, explicando al resto del grupo su opinión:

1. ¿Conocía yo antes este recurso?
2. ¿Lo he utilizado alguna vez?
3. Si la respuesta a la anterior pregunta es "no", ¿por qué no he utilizado este recurso? ¿Qué barreras u obstáculos tengo para utilizarlo?



4. Si la respuesta a la pregunta 2 es " sí" , ¿me ha sido útil este recurso?
5. ¿En qué situaciones podría resultar útil este recurso a cualquier persona?

Una vez que hayan contestado a las preguntas se continúa el recorrido hacia el siguiente recurso.

### Actividad 3. Compromiso

Una vez terminada la sesión, los participantes deben seleccionar uno de los recursos que se han visitado y que no han utilizado nunca, que hayan comprobado que pueden resultarles útiles en este momento. Y se comprometerán a visitar este recurso a lo largo de la siguiente semana e informarse de las prestaciones que en él se dan ante el problema que cada uno tenga.

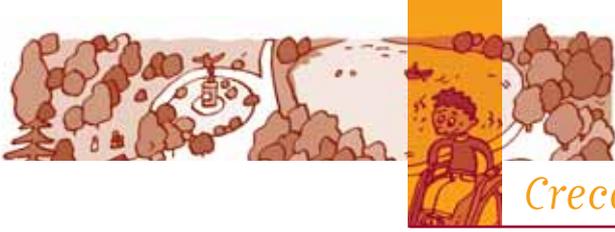
Los participantes realizarán el registro en la hoja " Compromiso personal" , escribiendo en la primera columna el compromiso que desean conseguir y en la siguiente columna el grado de cumplimiento que han conseguido: total, medio o bajo grado de cumplimiento.

Compromiso 1			
			

### Actividad 4. Recuerda

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

	Verdadero	Falso
En mi barrio no hay ningún recurso		
Cuando no utilizo algún recurso es porque no funciona bien		
Me produce mucha satisfacción conocer a personas que puedan apoyarme cuando tengo un problema		



## Crecer Felices en Familia

	Verdadero	Falso
No quiero ir a determinado sitios que sean gratis porque me tratan mal al pensar que soy pobre		
Lo único que vale es lo que se paga con dinero		
Cuando tengo un problema debo pensar en los diferentes recursos a los que puedo acudir		

**Fin del programa:** Como fin del programa se asistirá a la fiesta que se ha ido organizando desde la sesión anterior y a la que en esta sesión pueden darse los últimos toques para dejarla lista.  
¡Felicidades a los que nos han acompañado hasta el final!

# Compromiso Personal



## Compromiso 1





# Actividad 4



	Verdadero	Falso
En mi barrio no hay ningún recurso		
Cuando no utilizo algún recurso es porque no funciona bien		
Me produce mucha satisfacción conocer a personas que puedan apoyarme cuando tengo un problema		





# *Creceer felices en familia*

*Programa de apoyo psicoeducativo  
para promover el desarrollo infantil*