

# QUERIENDO SE ENTIENDE LA FAMILIA

GUÍA DE INTERVENCIÓN SOBRE PARENTALIDAD POSITIVA PARA PROFESIONALES



Save the Children

**Agradecimientos:**

Esta guía de intervención ha sido elaborada en base a la metodología desarrollada por Andrés Vieytes Pasatir para el programa sobre promoción de la parentalidad positiva 2012–2013 de Save the Children.

**Coordinación:**

Romina González Sánchez

**Elaboración:**

Romina González Sánchez  
Soraya Martín Morales  
Sonia Roig Tomás

**Ilustraciones:**

© Raúl Fernández Ruiz

**Edita:**

SAVE THE CHILDREN ESPAÑA

**Colabora:**

agosto /2013

**Save the Children**

Plaza Puerto Rubio, 28  
28053 Madrid  
ESPAÑA

T: (+34) 91 513 05 00  
@SavetChildren

[www.savethechildren.es](http://www.savethechildren.es)

## ANTES DE EMPEZAR...

En el preámbulo de la Convención sobre los Derechos del Niño se define a la familia como *“grupo fundamental de la sociedad y medio natural para el crecimiento y el bienestar de todos sus miembros”*. Proteger y brindar apoyo a las familias debe ser una prioridad para los poderes públicos porque de ellas depende, en gran parte, el desarrollo integral de los niños y las niñas.

El artículo 18 de la Convención pone de manifiesto la obligación de los Estados Partes a prestar la asistencia apropiada a padres y madres en el desempeño de sus funciones. Ello implica ofrecer a los progenitores competencias parentales, orientación y servicios básicos que les ayuden a garantizar el correcto desarrollo de sus hijos e hijas. Sin embargo, no existen estándares que definan con exactitud qué significa ser un buen padre o una buena madre, sino un amplio abanico de tendencias basadas en investigaciones y opiniones de expertos que intentan despejar la incógnita sobre la crianza ideal. En medio de todas estas teorías y propuestas se encuentran los responsables de la crianza, muchas veces desorientados o superados por el exceso de información, las dudas o los conflictos persistentes derivados de la convivencia y los problemas de comunicación con sus hijos e hijas.

Save the Children apuesta por la parentalidad positiva porque promueve una crianza respetuosa con los derechos de la infancia, garantía de buen trato.

El Consejo de Europa ha definido el enfoque de la parentalidad positiva como *“el comportamiento de los padres fundamentado en el interés superior del niño, que cuida, desarrolla sus capacidades, no es violento y ofrece reconocimiento y orientación que incluyen el establecimiento de límites que permitan el pleno desarrollo del niño”*.

Un comportamiento parental positivo se rige por los siguientes principios:

- Respeto hacia las necesidades específicas de los niños y las niñas
- Fortalecimiento de vínculos afectivos seguros
- Resolución de conflictos no violenta

En la medida que procuremos a las familias las condiciones sociales, económicas y educativas adecuadas para ejercer una parentalidad positiva, estaremos protegiendo a los niños y las niñas. En esta tarea están implicados padres, madres y también la sociedad en su conjunto, especialmente, profesionales del ámbito educativo, sanitario, jurídico, de los servicios sociales y las instituciones políticas, quienes tienen un papel ineludible en la protección de las familias.

Una sociedad equilibrada, justa y comprometida con su futuro, debe garantizar el derecho de los niños y las niñas a un nivel de desarrollo óptimo en igualdad de condiciones. El mundo necesita con más urgencia que nunca, niños y niñas sanos, felices y respetuosos con su entorno.



*“La violencia no debe tener cabida en la vida de los niños y las niñas; la violencia nunca es afectuosa y es anti-educativa. Hemos repetido innumerables veces el mantra: ‘La violencia contra la infancia es injustificable; cualquier forma de violencia contra los niños y las niñas es prevenible’. La violencia no puede ser dignificada o justificada en nombre de la fe o la religión; aspecto cada vez más aceptado en relación a la violencia contra las mujeres y debe ser extendido también en relación a la violencia contra los niños y las niñas”.*

**Paulo Sérgio Pinheiro, experto independiente que dirigió el estudio de las Naciones Unidas sobre Violencia contra la Infancia.**

# ÍNDICE

PRESENTACIÓN	7
<b>I. Marco de contenidos</b>	<b>11</b>
I.1. Estilos de crianza	11
I.2. Crianza sin violencia	14
I.3. Participación infantil	16
I.4. Vínculos afectivos	18
I.5. Desarrollo evolutivo	20
– El bebé de 0 a 12 meses	21
– El niño y la niña de 12 a 36 meses	21
– El niño y la niña de 3 a 6 años	23
– El niño y la niña de 6 a 10 años	24
– La preadolescencia y la adolescencia	25
I.6. Comunicación interpersonal y resolución de conflictos	27
– La escucha activa	28
– La asertividad	29

<b>2.- Marco metodológico</b>	<b>35</b>
2.1. Aspectos centrales de la metodología	35
2.2. Principales técnicas empleadas	36
2.3. Algunas recomendaciones sobre cómo abordar los temas en el taller	37
2.4. ¿Cómo formar los grupos de participantes?	40
2.5. Sesiones del taller	41
2.6. Calendario sugerido	42
2.7. Estructura general de las sesiones	42
2.8. Regulación del clima grupal	44
2.9. Evaluaciones	44
2.10. Consideraciones logísticas	45
<b>3.- Tablas resumen de las sesiones e itinerarios propuestos</b>	<b>51</b>
<b>4.- Fichas de actividades</b>	<b>73</b>
BIBLIOGRAFÍA RECOMENDADA	193
ANEXOS	199

## PRESENTACIÓN

*“El medio mejor para hacer buenos a los niños es hacerlos felices.”*

**Oscar Wilde (1854–1900), dramaturgo y novelista irlandés**

El presente documento desarrolla una propuesta socioeducativa para trabajar con familias basada en el enfoque de la parentalidad positiva. Está dirigido a profesionales del ámbito de la educación y los servicios sociales que se propongan acompañar a las familias en un proceso de reflexión y cambio de su convivencia cotidiana con el fin de mejorar su calidad de vida.

Esta guía didáctica se nutre de la experiencia de Save the Children en los programas sobre parentalidad positiva que ha desarrollado durante los últimos años.

Una de las demandas más recurrentes de las madres y los padres que han asistido a los talleres ha sido la de incluir a sus hijos e hijas en este recurso educativo. Esta cuestión nos llevó a replantear la metodología de trabajo desarrollada hasta ahora y enfrentarnos, por un lado, a un reto importante: articular el trabajo con la familia al completo y abordar los conflictos que se pudieran producir en este espacio y, por otro, a un compromiso fundamental con la infancia: abogar por los derechos de los niños y las niñas en el ámbito familiar dando cabida a su participación.

Durante el curso 2012–2013 se llevaron a cabo talleres en los que participaron padres, madres o cuidadores principales<sup>1</sup> y sus hijos e hijas. Se empleó una metodología que contemplaba actividades separadas por grupos de edad, para responder mejor a las necesidades de los participantes y conjuntas, para poner en práctica los contenidos aprendidos en familia.

Los profesionales implicados llevaron a cabo evaluaciones continuas de cada sesión con el fin de valorar el grado de satisfacción y asimilación de los contenidos y las técnicas por parte de los participantes y plasmar las dificultades que encontraron en su aplicación; valorar la adecuación a los tiempos previstos, etc. Se consultó a los participantes sobre sus actividades preferidas y propuestas de mejora, que consistieron básicamente en profundizar más en los contenidos (manejo de normas, límites o dedicar una actividad exclusiva a la etapa adolescente) y ampliar el número de sesiones.

---

<sup>1</sup> Independientemente de si existe o no vínculos biológicos entre el adulto y el niño o la niña, entendemos como cuidador principal aquella persona referente en el desempeño de las responsabilidades de crianza y educación, ya sea su madre, padre, tutor o cuidador (pudiendo tratarse de familia extensa).

## GUÍA DE INTERVENCIÓN SOBRE PARENTALIDAD POSITIVA PARA PROFESIONALES

Toda esta información fue recopilada e integrada para diseñar el presente documento. Una versión optimizada de la metodología propuesta por Save the Children para trabajar con familias.

El objetivo general de esta guía es promover el buen trato de los niños y las niñas en la crianza, promoviendo relaciones basadas en el respeto y el afecto.

Los objetivos específicos de esta propuesta de intervención son los siguientes:

- Ofrecer información sobre la importancia del afecto en la crianza y cómo fomentar un vínculo afectivo seguro.
- Sustituir creencias erróneas sobre los niños y las niñas por nociones reales de su desarrollo evolutivo.
- Trabajar la expresión del afecto.
- Estimular habilidades de comunicación eficaz. La expresión y escucha de los sentimientos, de las necesidades y opiniones de los participantes.
- Ofrecer pautas para el establecimiento de normas y límites.
- Ofrecer herramientas para la resolución de conflictos pacífica, basadas en el diálogo y la negociación.
- Mejorar el autoconcepto y la autoestima de los responsables de la crianza (padres, madres, abuelos...) mediante el intercambio de experiencias con otros padres y madres o cuidadores.
- Fomentar el interés mutuo y la búsqueda de momentos de ocio de calidad en familia para mejorar su relación.
- Promover la creación de redes de apoyo entre las familias y lazos de complicidad entre adultos, niños, niñas y adolescentes.

El éxito de esta propuesta radica en el aprendizaje por parte de las familias de los contenidos y las herramientas que ponemos a su disposición. El acompañamiento que ofrecen los profesionales en este tipo de iniciativas es muy útil, a juzgar por las respuestas de los participantes en los programas que Save the Children ha llevado a cabo, pero está limitado en el tiempo. Por ello es esencial motivar y empoderar a los responsables de la crianza para asumir estos cambios y lograr un compromiso real y perdurable.

Os invitamos a hacer vuestro este material, criticarlo, adaptarlo y sacarle el máximo partido.

Esperamos que sea de utilidad.



1.

# MARCO DE CONTENIDOS



## 1.- MARCO DE CONTENIDOS

*“Protegedme de la sabiduría que no llora, de la filosofía que no ríe y de la grandeza que no se inclina ante los niños.”*

**Khalil Gibran (1883–1931); ensayista, novelista y poeta libanés**

Este apartado ofrece un recorrido por los temas clave de la propuesta didáctica. Todos ellos están íntimamente relacionados, por ello aparecerán referencias continuamente a unos y otros en los apartados que se incluyen a continuación.

Las personas facilitadoras deben manejar los contenidos en profundidad, pero se recomienda la lectura de esta sección y ampliar información antes de implementar las actividades.

Esta sección recoge los argumentos principales en los que conviene hacer hincapié para fomentar el buen trato a los niños y las niñas en la crianza y mejorar la comunicación de la familia. Algunos de los temas se abordan directamente en el taller (el desarrollo evolutivo, la construcción del vínculo, la comunicación efectiva o la resolución de conflictos), mientras que otros se trabajan de manera transversal (los estilos de crianza, el fomento de la autoestima, la crianza sin violencia y la participación infantil).

En primer lugar se abordarán los temas transversales: estilos de crianza, la importancia de una crianza sin violencia y de la participación infantil, que servirán como referencia general a lo largo del taller; para a continuación dar paso a los temas centrales: vínculos afectivos; desarrollo evolutivo y comunicación interpersonal eficaz y resolución de conflictos.

### 1.1.- ESTILOS DE CRIANZA

La forma en la que cada familia educa a sus niños y niñas está ligada a aspectos muy diversos: creencias; vivencia particular de su propia crianza; grado de bienestar ligado a la salud; nivel socioeconómico; habilidades personales de afrontamiento de los problemas; contar con una red de apoyo social, etc. Al margen de esta gran variabilidad, diversos autores<sup>2</sup> como Diana

<sup>2</sup> Los hallazgos de las investigaciones realizadas por la psicóloga del desarrollo Diana Baumrind durante la década de los 60, relacionan de forma muy estrecha estilos de crianza y efectos en el desarrollo de los niños y las niñas. Propuso tres estilos parentales basados en sus observaciones directas y entrevistas con padres y madres: autoritario, permisivo y autoritativo (o democrático). Otros autores, como Maccoby y Martin (1983) extendieron a cuatro los estilos de crianza: autoritario, permisivo, autoritativo y negligente.

Baumrind<sup>(6)</sup>, han propuesto clasificaciones que pueden resultar útiles para identificar tendencias predominantes en la crianza e ilustrar sus consecuencias en el desarrollo psicosocial, cognitivo y emocional de los niños y las niñas.

El estilo de crianza condiciona en gran medida el tipo de relación y la comunicación que se establece entre los progenitores y sus hijos e hijas, por ello, es importante que los padres y las madres tomen conciencia de su forma de interactuar, guiar y responder a sus demandas.

En muchos casos, los padres y las madres asumen estilos que reproducen patrones disfuncionales que vivieron cuando eran niños o manifiestan reacciones desproporcionadas y poco oportunas para el desarrollo adecuado de sus hijos e hijas, sin darse cuenta. El objetivo radica en que los cuidadores reflexionen sobre las consecuencias perjudiciales o poco adaptativas a las que conducen ciertas formas de educación muy extendidas y opten por un enfoque de crianza positiva.

Aunque cada progenitor pueda verse reconocido en varios estilos a la vez, los tipos de crianza expuestos a continuación facilitan la comprensión de las prácticas educativas más comunes y sus consecuencias, tanto para el desarrollo de los niños y las niñas, como para la relación familiar.

**Estilo de crianza autoritario:** *“Las cosas se hacen así porque lo digo yo”, “hasta que vivas en mi casa, se hace lo que yo digo”.* Para los padres y las madres que tienden hacia este estilo de crianza, la obediencia absoluta y sin cuestionamientos de sus hijos e hijas es sinónimo de buen comportamiento. Por el contrario, la desobediencia, sin entrar en explorar los motivos, se percibe como un desafío a la autoridad del padre o la madre. Se espera que el niño o la niña acate órdenes y el diálogo es inexistente.

**Estilo de crianza permisivo:** *“Déjale, tampoco es para tanto”.* Se caracteriza por un comportamiento exento de límites y normas, o éstas no son consistentes. Los padres y las madres afines a este estilo suelen atribuir a los demás el mal comportamiento de sus hijos e hijas y ceden a sus deseos para evitar que tengan que lidiar con la frustración que provoca una negativa. Los padres y las madres permisivos son afectuosos, pero no plantean límites cuando el niño o la niña manifiesta una conducta inapropiada.

**Estilo de crianza sobreprotector:** *“Estela niña/o no puede hacer nada solola, siempre hay que decirle lo que tiene que hacer”.* Suele ser ejercido por padres y madres excesivamente vigilantes, inseguros y temerosos; intervienen precipitadamente para evitar cualquier obstáculo que pueda hacer errar o fallar a sus hijos e hijas; hacen las cosas por ellos y toman todas las decisiones en su lugar. Este estilo de crianza transmite a los niños y las niñas que el mundo es un lugar amenazante y que por sí mismos no serán capaces de superar las dificultades.

**Estilo de crianza negligente:** *“Puede cuidarse solo, desde muy pequeñito siempre ha sido muy responsable”.* Este tipo de crianza se asocia a la ausencia de límites y de contención, pero tampoco existe calidez, ni comunicación por parte de los padres y las madres hacia los hijos e hijas. En este caso, los cuidadores no pueden o no cuentan con capacidades parentales para guiar o atender las necesidades del niño o la niña. En definitiva, son padres y madres ausentes, que no muestran compromiso hacia la crianza de sus hijos e hijas.

**Estilo de crianza democrático:** “Escuchar, dialogar y orientar”. Los cuidadores que aplican este estilo estimulan la autonomía de los niños y las niñas y les ayudan a reflexionar sobre las consecuencias de su comportamiento, condición indispensable para que desarrollen la capacidad de autorregulación. Para ello, ofrecen pautas y límites razonables, claros y son sensibles a los sentimientos de sus hijos e hijas; orientan su comportamiento mediante el uso del refuerzo positivo y les ofrecen la opción de reparar los errores, en lugar de castigarles o concentrarse en la mala conducta.

**Estilo de crianza basado en la parentalidad positiva:** “conocer, comprender y responder adecuadamente a las necesidades del niño o la niña”. Este enfoque reúne un repertorio de habilidades parentales similar al estilo democrático, haciendo especial hincapié en el conocimiento de las necesidades reales de los niños y las niñas. El aspecto central de este estilo consiste en velar por un desarrollo adecuado a nivel físico, emocional, social e intelectual del niño o la niña. Educar en positivo y desde el buen trato implica guiar a los hijos e hijas con límites y normas consistentes, con mucho afecto, sin recurrir a ninguna forma de violencia (gritos, humillaciones o cachetes) y potenciar al máximo sus capacidades. Requiere por parte de los adultos grandes dosis de responsabilidad, paciencia y flexibilidad para adaptarse a los cambios relacionados con la paternidad o la maternidad.



**¿SABÍAS QUE... cualquiera de los estilos de crianza que se sitúan en los extremos de los siguientes parámetros: flexibilidad (autoritario vs. permisivo) y protección (sobreprotector vs. negligente), impiden el desarrollo adecuado de los niños y las niñas?**

Estas son sus principales consecuencias:

**Estilo autoritario:** Genera en los niños y las niñas sentimientos de impotencia y rabia, ya que no pueden defenderse u opinar sobre cuestiones que les afectan. Este estilo conlleva que los niños y las niñas opten por la sumisión y la falta de implicación respecto a lo que ocurre a su alrededor (no actuar en caso de presenciar una injusticia, por ejemplo), o por el contrario, muestren una conducta rebelde y huidiza.

**Estilo permisivo:** Crea en el niño o la niña una imagen distorsionada de cómo funciona el mundo que le rodea y le aleja de valores necesarios para convivir en una sociedad justa. Pueden llegar a ser personas exigentes con los demás, pero no cuestionar su propia conducta y actitudes por la falta de límites en su crianza. Suelen ser niños y niñas con baja tolerancia a la frustración, lo que provoca un sufrimiento emocional muy intenso cuando no consiguen lo que desean o se proponen.

**Estilo negligente:** El niño o la niña pueden estar expuestos a situaciones peligrosas porque no cuentan con la supervisión o el apoyo necesario de su padre o madre. Son niños y niñas que presentan problemas de autorregulación emocional (altos niveles de intolerancia a la frustración, por ejemplo) y de autocontrol (dificultades para dominar su impulsividad, conducta disruptiva, etc.). Esto tiene implicaciones muy negativas en su desarrollo social, sobre todo a la hora de seguir normas en la escuela y en la relación con otros niños y niñas.

**Estilo sobreprotector:** Son niños y niñas que pueden presentar muchas dificultades para resolver problemas por sí mismos. Para ellos las situaciones nuevas o los retos son un foco de gran ansiedad porque no se sienten preparados para enfrentarse a ellos, lo cual daña seriamente su autoestima a largo plazo. No conocen sus fortalezas y límites. Entre las figuras vinculares y sus hijos e hijas existe una dependencia excesiva, muy perjudicial para el desarrollo de la autonomía de estos últimos.

## 1.2.- (RIANZA SIN VIOLENCIA)

La combinación de acontecimientos vitales estresantes y ciertas ideas sobre la crianza pueden llevar a algunos padres y madres a usar métodos de corrección que vulneran la integridad física y psicológica de los niños y las niñas. Aunque la intención generalmente no sea hacer sufrir al hijo o la hija y la intensidad de los castigos no sea la misma (un cachete en la nalga o un azote con cinturón) provocar dolor físico o emocional deliberadamente, además de ser ineficaz, vulnera los derechos de los niños y las niñas<sup>3</sup> y puede afectar su desarrollo.

El Comité de los Derechos del Niño en su Observación General<sup>4</sup> N° 8 (2006) define el castigo "corporal" o "físico" como todo acto en el que se utiliza la fuerza física y que tenga por objeto causar cierto grado de dolor o malestar, aunque sea leve, para educar. Estos castigos consisten, por ejemplo, en pegar a los niños y las niñas con la mano (cachete, coscorrón, manotazo, bofetada, etc.) o algún objeto (vara, cinturón, zapato, etc.). Si bien son las formas más comunes, también se corrige a los niños y las niñas mediante pellizcos, empujones, zarandeos, tirones de pelo o de orejas, obligándoles a ingerir alimentos hirviendo u otros productos (como lavarles la boca con jabón), bañándoles con agua fría, etc. Existen otras formas de castigo que igualmente

<sup>3</sup> Artículos 19.1, 28.2 y 37 de la Convención sobre los Derechos del Niño

<sup>4</sup> Las Observaciones Generales son interpretaciones que realiza el Comité en base a las provisiones y principios de la CDN sobre las acciones que llevan a cabo los países para satisfacer los derechos de la infancia. El Comité de los Derechos del Niño tiene la misión de vigilar y monitorear a los Estados Partes de la CDN en su obligación de garantizar el bienestar de los niños y las niñas.

son crueles y degradantes, en las que se usa la humillación o el menosprecio para modificar la conducta de los niños y las niñas, como las amenazas, los insultos, privarles de alimentación (desayuno, comida, merienda o cena), ignorarles (no hablarles durante horas), atemorizarles (encerrarle en un cuarto oscuro) o ridiculizarles como forma de control.

La legitimidad hacia el castigo físico encuentra muchas veces argumentos en la propia vivencia. Haber experimentado este tipo de castigos en su proceso de crianza, hace que, a menudo, los adultos naturalicen o minimicen el impacto negativo que puede tener en sus hijos e hijas. Pero estas actitudes, lejos de contribuir a proteger o educar a los niños y las niñas, banalizan y hacen que se perpetúen actitudes contrarias a su bienestar emocional y físico.

La violencia en la crianza debe abordarse desde la reflexión de las consecuencias que conlleva, tanto para los niños y las niñas, como para sus cuidadores. Este trabajo se centra en dar a conocer alternativas constructivas (como las normas y límites, el diálogo y la negociación) que permitan optar por formas más eficaces de resolver los conflictos entre los miembros de la familia, sin emitir juicios despectivos o culpabilizadores.

Los castigos físicos y humillantes no ayudan a los niños y las niñas a reflexionar o conocer el origen del problema. Además, provocan en ellos rabia, temor y sentimientos de poca valía.

A continuación se presentan una serie de argumentos que deslegitiman el uso de castigos en los que se imponen el autoritarismo y la fuerza por parte del adulto.

Los niños y las niñas...

- No son propiedad de sus padres y madres. Una relación saludable con los hijos e hijas conlleva promover su autonomía, respetar sus gustos y deseos.
- No son personas inferiores intelectualmente, sin capacidad para entender normas o consignas. Los niños y las niñas comprenden desde muy pequeños señales no verbales que intervienen en la comunicación: gestos faciales, tono de la voz, posturas corporales y, a medida que crecen, su capacidad para entender el lenguaje verbal se amplía.
- No solo aprenden con castigos o premios. Los límites y las normas son indispensables para el desarrollo de su autocontrol y para convivir en armonía con los demás. Los niños y las niñas necesitan orientaciones claras y coherencia en los mensajes que transmitimos. De nada servirá repetir a un niño que no suba los pies en el sofá, cuando lo hacen los adultos, o esperar que siga las normas cuando no son claras o no existen consecuencias cuando las incumple.

La violencia en muchos casos también ocurre de manera bidireccional, por ello es indispensable ofrecer a todos los miembros de la familia habilidades de comunicación eficaz y ayudarles a gestionar la frustración o la rabia, para evitar reacciones agresivas como respuesta a los conflictos.



**¿SABÍAS QUE...** el informe 2012 de la Iniciativa Global contra el Castigo Físico hacia los niños y las niñas<sup>5</sup> señala que 33 países prohíben el castigo físico a los niños y las niñas en el ámbito de la familia, mientras que en 165 países aún no se han llevado a cabo las reformas necesarias para su prohibición? El porcentaje global de niños y niñas protegidos legalmente contra la violencia en casa es del 5,2% y en la escuela de un 46,3%.

En el año 2007, se produjo la reforma del artículo 154 del Código Civil español, que otorgaba a los padres la facultad de “corregir moderada y razonablemente a los hijos”. Aunque se haya eliminado esta ambigüedad, en Save the Children creemos que una prohibición expresa del castigo físico y humillante en el ámbito familiar, contribuiría a eliminar la aceptación social que sigue existiendo hacia el castigo físico como herramienta educativa.

Las consecuencias del castigo físico en la infancia se manifiestan en:

**El desarrollo emocional:** Produce sentimientos de tristeza e indefensión que pueden desembocar en problemas de conducta, ansiedad, depresión y baja autoestima.

**El desarrollo cognitivo:** Experimentar un estado de estrés y miedo persistente en etapas de evolutivas tempranas afecta al desarrollo del cerebro.

**El desarrollo moral:** Puede afectar negativamente a la interiorización de los valores morales y a la relación con sus padres. Asumir que el amor y la violencia van unidos, genera modelos de relación nocivos que se manifestarán en otras esferas afectivas, como con la pareja o los propios hijos e hijas en un futuro.

## 1.3.- PARTICIPACIÓN INFANTIL

La familia es la principal fuente de socialización para los niños y las niñas, supone un espacio idóneo para aprender y practicar el ejercicio y el derecho de la participación.

Incorporar la participación infantil en la vida cotidiana de la familia fomenta la socialización recíproca entre sus miembros, el enriquecimiento de sus puntos de vista y el respeto implícito hacia la individualidad del otro.

<sup>5</sup> <http://www.endcorporalpunishment.org/pages/pdfs/reports/GlobalReport2012.pdf>



### ¿Cómo se hace posible la participación infantil?

- Informando a los niños y las niñas de las decisiones que les afectan con un lenguaje adecuado a su nivel de madurez.
- Consultándoles y teniendo en cuenta su opinión, en la medida de lo posible, a la hora de tomar decisiones. Escuchando atentamente sus opiniones y mostrando interés por lo que piensan.
- Respondiendo honestamente a sus dudas.
- Permitiéndoles expresar sus emociones e ideas y acompañándoles en el enfado, la tristeza, la frustración o la alegría.
- Ayudándoles a verbalizar sus necesidades e inquietudes en el día a día y especialmente en situaciones conflictivas.
- Guiándoles en la práctica del diálogo, reflexionando sobre las diferentes opciones y el alcance de cada una, intercambiando ideas en la conversación.
- Involucrándoles en la toma de decisiones, negociaciones y responsabilidades compartidas.

El ejercicio de la participación conlleva que los niños y las niñas asuman progresivamente responsabilidades adecuadas a su edad, desde decisiones sencillas como elegir la ropa, involucrarse en tareas domésticas e incluso desenvolverse en situaciones que podrían implicar ciertos riesgos (practicar determinados deportes, salir de viaje sin sus padres, etc.).

La participación contribuye al desarrollo de la autoestima de los niños y las niñas porque percibir que sus ideas cuentan les hace sentir que son valiosos y capaces. Cuando los niños y las niñas se sienten seguros de sí mismos pueden protegerse frente a posibles abusos y defienden sus puntos de vista con mayor eficacia. La participación se convierte en un modo de vida que despierta en ellos un profundo sentido de la responsabilidad, necesario para estimular su autonomía.

Educar a los niños y las niñas desde la participación, además, es ideal para transmitir valores relacionados con la justicia social y la convivencia igualitaria (superando estigmatizaciones de género, por ejemplo).



**¿SABÍAS QUÉ... la participación infantil es uno de los retos más importantes en nuestra sociedad? Existen muchas iniciativas institucionales, pero los espacios de participación infantil siguen siendo limitados.**

La participación infantil es uno de los Principios Generales de la Convención sobre los Derechos del Niño, junto al interés superior del

menor, el derecho a la supervivencia y el desarrollo y el derecho a la no discriminación. Cuando alguno de estos principios no se cumple, el bienestar de los niños y las niñas, y el disfrute de los derechos previstos en la Convención se ven comprometidos.

### 1.4.- VINCULOS AFECTIVOS

Los seres humanos al nacer cuentan con un mecanismo de supervivencia esencial que consiste en “apegarse” o desarrollar apego hacia una figura que procure seguridad, protección y cuidados, tanto físicos, como emocionales. De hecho, el afecto juega un papel determinante en el desarrollo de los niños y las niñas, al mismo nivel que la alimentación, los cuidados médicos o la protección frente a peligros<sup>6</sup>.

Un vínculo es la unión que se establece entre personas, ya sea por motivos de supervivencia, como en el caso de los bebés, o por decisión propia, como cuando somos adultos y mantenemos una relación de intimidad con nuestros amigos, familiares o parejas. Y si bien es imposible desarrollarnos sin vínculos afectivos, éstos pueden tener una calidad muy diferente.

El apego o vínculo seguro<sup>7</sup> se logra a través de un contacto continuo, afectuoso y sensible a las necesidades del niño o la niña por parte de una o varias figuras vinculares (aquellas personas que invierten sus emociones y muestran disponibilidad y compromiso en la relación con el niño o la niña). Esta interacción cercana y afectuosa permite al adulto aprender a descifrar las llamadas de atención del bebé y responder eficazmente a sus necesidades biológicas, de afecto o de estimulación. De esta manera, el bebé desarrolla una sensación de seguridad hacia su figura vincular que repercute positivamente en su bienestar emocional y en su desarrollo cognitivo y físico.

Los dos primeros años en la vida de un niño o una niña son cruciales para el desarrollo de su lenguaje, su regulación emocional e interés por explorar el entorno y las relaciones sociales, entre otros aspectos. Durante esta etapa, el llanto es la principal herramienta de comunicación que poseen para llamar la atención cuando algo no va bien. Si, en repetidas ocasiones, sus demandas no son atendidas o la respuesta del adulto no es consistente con sus necesidades, el desarrollo del niño o la niña puede verse seriamente comprometido.

---

6 El psicoanalista Rene Spitz exploró en los años 50 las consecuencias de la “privación emocional” en niños y niñas institucionalizados a edades tempranas (6 a 18 meses). Sus observaciones concluyeron que la carencia afectiva y la falta de contacto continuado con una figura de apego por un período superior a 5 meses producía daños muy severos en el desarrollo cognitivo (apatía o falta de iniciativa en la exploración, desinterés por el juego), emocional (tristeza) y físico (crecimiento retardado, más infecciones) de los bebés. Sin embargo, tal y como demostró en posteriores investigaciones, este daño en el desarrollo es “reparable” si se establecen las condiciones adecuadas.

7 Los psicólogos John Bowlby y Mary Ainsworth (1991), también investigaron las consecuencias de la privación materna sobre el desarrollo de los bebés criados en orfanatos durante años y desarrollaron la teoría del apego. Ainsworth definió diferentes tipos de apego en función de la calidad de la interacción entre la figura vincular y el bebé y acuñó el término “figura de apego”.

El apego seguro durante esta etapa de 0 a 2 años se consigue mediante:

- **Disponibilidad y constancia:** cuando el niño o la niña no ha adquirido aún la capacidad del habla, es necesario atenderle cada vez que lllore y tratar de averiguar qué le ocurre. No es fácil, porque puede deberse a muchos motivos diferentes, e incluso varios al mismo tiempo (hambre, sueño, dolor, incomodidad, necesidad de afecto, etc.), pero la práctica y la paciencia ayuda a la figura vincular a interpretar el mensaje del bebé.
- **Cuidados y protección:** procurar cuidados al bebé que satisfagan sus necesidades físicas, incluyendo la protección frente a posibles daños (productos tóxicos, objetos incandescentes, objetos afilados, etc.). Estas medidas preventivas no son incompatibles con permitir al bebé explorar el entorno de manera segura, bajo la supervisión de un adulto responsable.
- **Interés y estimulación:** interactuar con él o con ella, adaptando las actividades a su nivel de madurez. Estimular su producción de balbuceos, palabras, participar en juegos, contarle cuentos. Cuando empieza a hablar, preguntarle cosas.
- **Expresión del afecto:** ofrecer diariamente muestras de afecto abiertamente, mediante la comunicación verbal (con palabras de afecto, reforzando positivamente sus logros, animándole a que haga cosas) y no verbal, mediante gestos (abrazos, besos, miradas, sonrisas).
- **Orientación:** las rutinas son esenciales para los niños y las niñas, especialmente para los bebés. Necesitan que su entorno sea lo más predecible posible (mismos horarios de comidas, sueño, juego, etc.) porque saber qué va a ocurrir les aporta seguridad. Cuando son capaces de moverse por sí mismos e interactuar con su entorno de manera más libre, es necesario comenzar a pautar límites y normas de comportamiento claras y consistentes, preferiblemente en clave positiva, más eficaz que el uso de prohibiciones, por ejemplo: compartir es positivo, cuando se hace daño a alguien se debe intentar reparar el error, etc.

A medida que crecen y van adquiriendo autonomía, los niños y las niñas que cuentan con un apego seguro entienden que la separación física momentánea de su figura vincular no implica abandono, lo que facilitará su adaptación a la escuela infantil o al colegio. Favorecerá además, que el niño o la niña desarrollen estrategias de autoprotección claves en estos contextos para evitar posibles abusos o pedir ayuda a adultos de referencia, si lo necesitan.

Es importante también tener en cuenta que el vínculo afectivo no es estático, sino que evoluciona con la relación a la vez que las personas involucradas en la misma. Puede mejorarse, reinventarse y enriquecerse. La optimización de los lazos emocionales entre los padres, madres y sus hijos e hijas puede darse gracias a la conciencia sobre los errores cometidos y la voluntad de cambio, especialmente por parte de los progenitores. Cuidar y fortalecer los vínculos con los hijos e hijas en etapas posteriores del desarrollo, requiere también dedicación, interés y cercanía.



### **¿SABÍAS QUE... las interacciones tempranas tienen una influencia importante en la maduración del sistema nervioso y en el desarrollo psicológico del niño o la niña?**

Allan Schore (2001)<sup>(ii)</sup>, experto neurobiólogo de la Universidad de California, sostiene que la maduración de las estructuras cerebrales que participan en las funciones del apego: procesar la información emocional, y regular los estados afectivos y corporales que permiten al organismo lidiar con el estrés, son extremadamente sensibles a la experiencia.

La psicoterapeuta Sue Gerhardt (2004)<sup>(iii)</sup> sostiene que las experiencias estresantes para un bebé, como no recibir respuesta adecuada y a tiempo a sus necesidades, conllevan un aumento de los niveles de la hormona del estrés, cuya actuación prolongada en el organismo debilita el sistema inmunitario, inhibe los niveles de la hormona de crecimiento y afecta los circuitos neuronales de las estructuras que intervienen en los procesos de aprendizaje.

## **1.5.- DESARROLLO EVOLUTIVO**

Cada niño y cada niña poseen un temperamento particular, así como un ritmo y tiempos de desarrollo concretos para crecer de manera armónica, independientemente de las expectativas de los adultos que lo rodean, los estándares marcados y las comparaciones con la evolución de otros hijos e hijas. Sin embargo, existen hitos<sup>8</sup> en el desarrollo de los niños y las niñas que son típicos de cada franja de edad y que están relacionados con la maduración biológica y unas necesidades características.

Examinar las etapas evolutivas ayuda a los padres y las madres a dotar de sentido muchos comportamientos de sus hijos e hijas que les parecen irritantes, o a los que, a veces, atribuyen una intencionalidad equivocada (*"tiene muchas rabietas porque me ha salido un niño o niña rebelde, malo, etc."*). Finalmente, el uso repetido de este tipo de etiquetas negativas devuelve al hijo o la hija una imagen distorsionada de sí mismo.

Una de las claves del buen trato consiste en conocer el proceso de desarrollo de los niños y las niñas para que el adulto comprenda y responda de manera efectiva a sus necesidades con seguridad y afecto. Además de conocer las necesidades particulares de cada etapa evolutiva, los padres y las madres deben aceptar estos cambios y actuar en consonancia con ellos. Muchas

<sup>8</sup> La maduración del sistema nervioso del niño o la niña durante los primeros años de vida manifiesta un crecimiento asombroso que se traduce en avances psicomotrices, de intención comunicativa, del lenguaje, etc. a los que hay que prestar atención para consultar con un especialista en caso de detectar algún retraso. Para ampliar información, acudir a los recursos recomendados en la bibliografía.

veces, el origen de los conflictos paterno–filiales tiene que ver con un desajuste entre las expectativas de los progenitores hacia los hijos e hijas y la realidad del propio niño o niña.

El desarrollo evolutivo en la infancia y la adolescencia abarca diversas áreas (desarrollo motor, cognitivo, emocional, moral y social). A continuación resumiremos algunos de los aspectos más sobresalientes, sin entrar al detalle.

### **CARACTERÍSTICAS PRINCIPALES DE LAS ETAPAS DE DESARROLLO INFANTIL<sup>9</sup>:**

#### **El bebé de 0 a 12 meses**

Depende absolutamente de la figura de apego para sobrevivir. Necesita supervisión constante y cuidados especiales de alimentación, higiene, rutinas y revisiones pediátricas. Los primeros meses duerme mucho y se despierta cuando tiene hambre o está molesto. El afecto, las caricias o mecerle y que le hablen es fundamental para calmarle cuando está irritado.

Desde muy pequeño, el bebé muestra interés por otras personas y busca interactuar con ellas. El momento de la alimentación es idóneo para el establecimiento del vínculo. La comunicación entre el niño y el cuidador se impregna de matices: el bebé fija la mirada en su padre o madre; el contacto piel con piel y el habla, las caricias, le reconfortan y tranquilizan.

Sobre los 7 meses comienza a balbucear, a repetir sílabas, porque sus órganos del habla aún están formándose. Es muy importante interactuar en este “diálogo” de sonidos para estimular el desarrollo del lenguaje.

Con 10 meses le gusta ponerse de pie con apoyo. Estimular el gateo o que intente ponerse de pie (sujetándole por los brazos), ayuda a mejorar su desarrollo motor.

Sobre los 12 meses aproximadamente comienza a dar pasos solo (aunque necesita puntos de apoyo), comer solo; le encanta explorar su entorno y agarrar cosas. Comienza a emitir sus primeras palabras y le gusta que le hablen, empieza a comprender mejor el lenguaje.

#### **El niño y la niña de 12 a 36 meses**

Con 18 meses: agarra objetos perfectamente; le gusta garabatear; camina y le llama mucho la atención los juegos donde participan otras personas “escondite”, “toma–daca”.

Con 24 meses corretea y necesita tocar todo lo que le llama la atención. Es muy importante estar pendientes para evitar riesgos como se indicó anteriormente (enchufes, objetos cortantes, si se está cocinando con aceite o agua hirviendo apartarle de allí etc.).

---

<sup>9</sup> El documento “¿Quién te quiere a ti? Guía para padres y madres: Cómo educar en positivo” se propone como material de apoyo para consultar las principales características del desarrollo evolutivo infantil, con consejos para responder adecuadamente a las necesidades de los hijos y las hijas.

### LAS RABIETAS

En esta etapa comienza a ser más consciente de su autonomía y de su cuerpo. Hasta ahora, un adulto cercano ha satisfecho sus necesidades, pero ahora quiere hacer las cosas a su manera y tiende a imponer sus deseos o placeres, es una etapa de autoafirmación.

Las rabietas desaparecerán a medida que el niño o la niña aprenda a autorregularse (a menudo, niños y niñas en la etapa escolar y en la adolescencia reaccionan con pataletas). Aún no cuenta con herramientas para controlar sus emociones y su lenguaje tampoco le permite expresar a veces lo que le ocurre, por ello, el llanto y la rabietas es la reacción habitual.

Los padres y las madres tienen un papel fundamental en este sentido. Ante la rabietas es imprescindible calmarse antes de responder y ser conscientes de las características de los niños y las niñas en esta etapa.

Ayudar a los niños y las niñas a manejar la frustración implica:

- Permitirle desahogarse (llorar, protestar, gritar) y esperar a que se calme.
- Hablarle con un tono tranquilo, afectuosamente y explicarle de manera sencilla los motivos por los que no puede hacer o conseguir algo.
- Darle un abrazo. Esto reconfortará al niño o la niña.
- Ser firmes y no ceder ante la rabietas si el motivo implica riesgos para el niño o la niña, para otros, o quebranta una norma establecida (que el pequeño conozca de antemano). También se puede negociar y postergar el deseo del niño o la niña a otro momento, cuando sea posible atenderlo.

Una manifestación natural de esta etapa de autoafirmación suele traducirse en mostrar resistencia a que le besen o le cojan en brazos. Cuando el niño o la niña no desee dar muestras de afecto, dejarlo pasar es la mejor opción. De esta manera transmitimos el mensaje de que respetamos su cuerpo, afianzando su sentimiento de pertenencia individual y que él o ella tiene el derecho de hacerlo respetar<sup>10</sup>. En ningún caso se debe obligarle a besar o permitir que le besen si no quiere.

---

<sup>10</sup> Irene van der Zande, la fundadora de Kidpower Teenpower Fullpower International, ONG apoyada por educadores y profesionales de la salud mental entre otros, sostiene que cuando obligamos a un niño o niña a dar o recibir afecto físico que no desea por no ofender o lastimar los sentimientos de alguien, se les enseña que es más importante agradar a otros que respetar su propia decisión de no ser tocado. Según Van der Zande, esto puede exponer a los niños, niñas y adolescentes en un futuro a abusos o a someterse a relaciones sexuales con las que no están de acuerdo por miedo a defraudar al otro.

### El niño y la niña de 3 a 6 años

En torno a los 3 años se produce la explosión del vocabulario. Estimular el diálogo y responder a sus múltiples preguntas, con paciencia y honestidad es fundamental para el desarrollo del lenguaje y su curiosidad.

En esta etapa surgen miedos relacionados con la imaginación, alimentados por películas de terror y personajes con apariencia desagradable para ellos (muñecos, monstruos, etc.) que le provocan pesadillas. Ante estas situaciones hay que ofrecer seguridad y consuelo, nunca minimizar o burlarse de sus miedos. Cuando el niño o la niña tiene miedo necesita que le escuchen y reconforten (ayudarle a comprobar que no hay ningún monstruo debajo de la cama, o permitirle dormir con un pequeño punto de luz, suele funcionar).

En torno a los 4 años se interesa mucho por las actividades del adulto (ir a trabajar, cocinar, limpiar, etc.). Es una ocasión idónea para permitirle colaborar en las tareas domésticas y afianzar normas de convivencia.

#### LA IMPORTANCIA DE LOS LÍMITES Y LAS NORMAS

Los límites enseñan a los niños y las niñas desde pequeños que sus deseos no siempre serán satisfechos o que, en ocasiones, deben aprender a postergarlos. Ayudan al niño y la niña a autorregular el impulso natural que les empuja a conseguir lo que les es placentero y a entender que lo que desean no siempre les beneficia, o puede ser injusto o perjudicial para otros.

Las normas ofrecen orientaciones a los niños y las niñas sobre cómo moverse en su entorno para desenvolverse mejor en equipo, ya sea en casa, o en el colegio, por ejemplo. A partir de los 5 años o, incluso antes, es muy útil que los padres y las madres permitan a los niños y las niñas participar en la elaboración de las normas que les afectan (tiempo dedicado al ocio y al estudio; aseo personal; hábitos alimenticios, etc.), así como las sanciones que se aplicarán si se las saltan.

Para que tengan efecto, las normas deben ser:

- Claras. Se debe usar un lenguaje sencillo para que el niño o la niña las entiendan correctamente.
- Consistentes. Deben ser estables, respetadas por todos los miembros de la familia. Cambiarlas cuando al adulto no le venga bien cumplirlas, hará que el niño o la niña no las tome en serio.
- Justificadas. Deben ir asociadas a una explicación sencilla del por qué su utilidad. Esto ayuda al niño y la niña a interiorizar su importancia.
- Flexibles. En situaciones excepcionales, cuando la norma no sea adaptativa, es positivo saltársela, siempre dando una explicación al niño o la niña del por qué se hace.

- Participativas. Todos los miembros de la familia deben formar parte, en la medida de lo posible, del establecimiento de normas para afianzar su compromiso con ellas.
- Asociadas a sanciones o consecuencias coherentes y contingentes. Las sanciones deben ir encaminadas a reparar el “perjuicio” causado. Cuando se quebrante alguna norma, la sanción acordada debe producirse lo antes posible. Si las normas se infringen y no existen consecuencias de ningún tipo o se aplican mucho después, la sanción pierde su valor educativo.

### El niño y la niña de 6 a 10 años

Con 6 años, el niño o la niña ya se encuentra en el circuito de la educación primaria, lo que conlleva relacionarse con muchas personas que no forman parte del círculo familiar. Aprende nuevas normas y se socializa con otros niños y niñas de su edad. Estos cambios pueden provocar cierta ansiedad, por ello es importante prestar atención a señales de tristeza, enfado o angustia (falta de apetito, insomnio, pesadillas, falta de interés por el juego, etc.). Fomentar el diálogo con los niños y las niñas para que hablen de lo que les preocupa y acompañarles en sus emociones (sin quitarles importancia), les ayudará a sentirse comprendidos y aliviados.

En esta etapa, los niños y las niñas buscan el reconocimiento de sus padres y madres, profesores, y son muy sensibles a la crítica. No cuentan con los mecanismos psicológicos necesarios para relativizar la crítica o evaluarla con madurez (realmente, muchos adultos, tampoco). Las continuas censuras, riñas o etiquetas provocan que el niño y la niña desarrollen un autoconcepto negativo de sí mismo que le impide verse como una persona valiosa o digna de ser querida. Por el contrario, cuando se dialoga con ellos y ellas de manera abierta, con paciencia y respeto, aprenden a ser indulgentes consigo mismos. En este sentido, es importante evitar comparaciones con otros niños y usar etiquetas peyorativas muy comunes (“es un vago”, “no es muy espabilada”) porque dañan seriamente su autoestima y les apartan de sus metas.

Si se detecta un bajo rendimiento del niño o la niña en clase o comportamientos indeseados, se debe explorar con detenimiento sus causas y abordar el problema con respeto y máxima diligencia. Muchas veces, este tipo de dificultades pueden deberse a falta de motivación, a problemas emocionales (debido a algún cambio drástico en el hogar, como la separación de sus padres, la enfermedad o muerte de un ser querido, etc.), a problemas visuales, auditivos o a un trastorno del aprendizaje, por ejemplo.



### ¿SABÍAS QUÉ... la infancia es el período de la curiosidad por excelencia?

Cuando los niños y las niñas adquieren la capacidad de hablar, en torno a los dos años, las preguntas cumplen una intención comunicativa ideal para enseñarles a establecer turnos de palabra, enriquecer su vocabulario y para que aprendan la gramática de su idioma. Alrededor



de los cinco años, su curiosidad es muy inquieta y si se estimula adecuadamente, contribuye a incrementar su interés por aprender cosas nuevas en el futuro.

Algunos consejos que ayudan a estimular la curiosidad de los niños y las niñas son:

- Hablar con un lenguaje claro, adaptado a su nivel de comprensión
- Estimular la conversación, preguntar cómo les ha ido el día y mostrar interés por su opinión
- Cuando no se pueda responder a sus dudas, reconocerlo honestamente e invitarles a buscar la solución en los libros o en Internet, ayudándoles en esta tarea
- Antes de responder a determinadas preguntas, explorar qué opinan o saben de antemano sobre el tema

### **La preadolescencia y la adolescencia**

La adolescencia es una etapa plagada de estereotipos e incompreensión en nuestro entorno cultural, que empuja a muchos padres y madres a pedir información y consejos para manejarse en la incertidumbre.

Si bien, la pubertad se caracteriza por ser un periodo marcado por los cambios físicos y biológicos, también se producen interesantes transformaciones a nivel psicológico y moral.

En torno a los 11 años, surge el razonamiento abstracto<sup>11</sup> o la capacidad para reflexionar sobre suposiciones y buscar soluciones múltiples para un mismo problema, conectar y generalizar sus conocimientos, extrapolarlos a la práctica, etc. Es un proceso cognitivo necesario para comprender relaciones complejas de la vida. Podría decirse que el cerebro del adolescente se prepara para la madurez intelectual.

Se han descrito además algunos procesos cognitivos marcados aún por el egocentrismo (incapacidad para entender otros puntos de vista) que resultan interesantes para entender algunas reacciones emocionales y conductuales habituales en la adolescencia. David Elkind<sup>(iv)</sup>, psicólogo del desarrollo, habla de dos paradigmas relacionados con esta noción:

La conducta exhibicionista, provocadora y fanfarrona estaría relacionada con lo que se denomina “la audiencia imaginaria”. En este supuesto, el adolescente otorga una importancia exagerada a sus ideas y siente que él o ella, su conducta o aspecto, es foco de atención para los demás. Esto explicaría su obsesión por encajar en la imagen personal que los demás tienen (o cree que tienen) de él o ella.

---

<sup>11</sup> El psicólogo evolutivo y biólogo Jean Piaget en su teoría sobre el desarrollo cognitivo, llama a este período el “estadio de las operaciones formales” en la adolescencia.

La conducta temeraria y arriesgada estaría ligada a lo que llaman “fábula personal”. Refleja la propensión de algunos adolescentes a creer que sus sentimientos, vivencias y puntos de vista son únicos, raros y difíciles de comprender por los demás. Este sentimiento de exclusividad, o singularidad hacia su persona también estaría relacionado con la idea de ser inmunes al peligro.

Según Piaget, en el desarrollo moral del adolescente<sup>12</sup> también se produce un interesante cambio: se pasa del buen comportamiento centrado en la búsqueda de la aprobación externa a la internalización de las normas, cuya importancia radica en el fin en sí mismo, encontrar el bien común. Estas condiciones propiciarían el surgimiento del altruismo o la compasión, por ejemplo, comprender que a veces es necesario ser flexible frente a las normas y que éstas pueden modificarse por el bien común.

En esta etapa se consolida la identidad y la personalidad a través de las experiencias, los sentimientos, el autoconcepto y las expectativas. Cambian los gustos, la manera de comportarse e incluso la apariencia, porque el adolescente está experimentando y fantaseando sobre su imagen como futuro adulto. Necesita diferenciarse de sus adultos de referencia para sentar las bases de su independencia en un futuro próximo. Lo natural es que cuestione las decisiones de sus progenitores, pida explicaciones o manifieste una necesidad de privacidad que antes no existía.

Prefiere pasar más tiempo con los amigos, pero esto no implica que el afecto y apoyo de su familia sea prescindible o sustituible en ningún caso. Los amigos cumplen una función importante en la etapa adolescente porque estos espacios de relación le permiten desprenderse de etiquetas que a menudo impone la familia. Cobra especial relevancia la percepción que tienen los demás de él o de ella y, por lo general, desea encajar en el grupo de iguales para sentirse aceptado e integrado. Esto se refleja a la hora de tomar decisiones, por ejemplo, tendiendo a consultar a sus amigos antes que a los adultos de referencia.



**¿SABÍAS QUE... el estudio publicado en la journal *Child Development* —“It’s good to argue. Teenagers likely resist drink drugs if they row with their parents”—, concluye que los adolescentes que aprenden a defender sus puntos de vista en los conflictos familiares poseen mejor capacidad para resistir situaciones de presión social negativa, como consumir drogas o alcohol?**

Este estudio dirigido por Joseph Allen concluye que ayudar a los hijos e hijas a dialogar, apoyando sus razones con buenos argumentos supone un factor de protección muy sólido. La escucha juega un papel

12 O estadio moral autónomo, como lo denominó. Piaget consideraba que los cambios en el desarrollo moral iban de la mano del desarrollo intelectual, la maduración biológica y que eran universales. Sin embargo, otros autores, como Kohlberg consideran que la influencia social juega un papel determinante en la evolución del desarrollo moral. De hecho, muchos adultos pueden presentar una capacidad moral orientada hacia el refuerzo social, como Piaget observó en los niños y las niñas de etapas previas al estadio moral autónomo.

fundamental. En el estudio se observó que cuando los padres y las madres escuchaban a sus hijos e hijas, éstos también lo hacían. Aunque no estuvieran de acuerdo en todo, eran más proclives a dialogar y razonar, en lugar de llevar la razón a toda costa.

### 1.6.- COMUNICACIÓN INTERPERSONAL Y RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS

La comunicación interpersonal es esencial para intercambiar información, ideas, emociones y sentimientos en la convivencia cotidiana. También para reforzar los vínculos afectivos y abordar los conflictos de manera no violenta. Sin embargo, la comunicación puede estar plagada de fallos e interferencias que dificultan las relaciones interpersonales.

Cuando la comunicación es inadecuada en el ámbito familiar, las actitudes o respuestas agresivas suelen aflorar en momentos de tensión. Los malentendidos o la contraposición de deseos e ideas pueden desatar respuestas agresivas si las personas no cuentan con herramientas de negociación y diálogo.

Determinadas tendencias mantienen y fomentan la tensión e impiden una comunicación honesta, como por ejemplo:

- Focalizar la atención en las emociones negativas, en los sentimientos de victimización, de ira o venganza.
- Actitudes absolutistas, como querer llevar la razón a toda costa, defensivas, como el “tú más” o de amenaza, generar miedo en el otro para imponer las ideas.
- El miedo a perder autoridad o a parecer débiles ante los demás se convierte muchas veces en el centro del problema, más allá del motivo genuino de la discusión.
- Falta de autocrítica y atribuir a la otra parte la única responsabilidad del conflicto.
- Ignorar o eludir el problema no hará que desaparezca.

El conflicto es inevitable en las relaciones humanas y supone una gran oportunidad para conocer otros puntos de vista y explorar los sentimientos propios y ajenos.

Algunos consejos para resolver conflictos de manera pacífica y dialogante son:

- Calmarse antes de abordar el conflicto. En una situación de gran tensión no sirve de nada sentarse a razonar.
- Desterrar cualquier expresión de violencia, verbal o conductual de la comunicación (insultos, elevar la voz, realizar gestos de amenaza, etc.).
- Nunca ridiculizar las opiniones de los demás.

## GUÍA DE INTERVENCIÓN SOBRE PARENTALIDAD POSITIVA PARA PROFESIONALES

- No criticar a la persona, sino no su conducta (“eres egoísta” por “te has comportado de manera egoísta”).
- Evitar los reproches.
- “Resonar” los sentimientos del otro, mostrar con la comunicación no verbal (gestos) que se comprende y empatiza con su tristeza, enfado, etc.
- Admitir los errores.
- No interrumpir a la otra persona cuando esté hablando.
- Expresar las ideas de forma clara y precisa.
- Comprobar que se ha entendido al otro, formulando preguntas de distintas maneras, por ejemplo.
- Asegurarse de que la otra persona ha comprendido también nuestros mensajes.

Los beneficios de la comunicación eficaz en las relaciones familiares son evidentes, por ello los padres y las madres deben fomentarla con sus hijos e hijas desde que son pequeños, especialmente en la etapa adolescente, cuando tal vez se haga más patente su utilidad. La escucha activa y la asertividad son herramientas fundamentales en la comunicación interpersonal eficaz, por ello se dedicará un apartado específico.

### LA ESCUCHA ACTIVA

Este tipo de escucha supone un ejercicio consciente, cuyo objetivo es comprender lo que los demás expresan y es necesaria para desarrollar la empatía (ponerse en el lugar de los demás). Implica dismantlar tendencias fáciles o cómodas, como tratar de llevar la razón a toda costa o posturas defensivas, en lugar de conciliadoras.

Algunos consejos para practicar la escucha activa son:

- Situarse físicamente a la misma altura del interlocutor, sentados todos en el suelo, o en un lugar cómodo.
- Formular preguntas adecuadas al nivel de madurez del niño o la niña.
- Emplear un tono de voz sosegado.
- Evitar distracciones o atender a otras cosas cuando el interlocutor está hablando.
- Mantener contacto ocular.
- Devolver la información que la otra persona nos ha dado para asegurarse que se ha comprendido el mensaje. Una buena forma de conseguir esto consiste en resumir lo que la otra persona ha expresado.

Los padres y las madres que escuchan, se muestran cercanos, abiertos al diálogo y son sensibles a las necesidades de sus hijos e hijas, facilitan que éstos les confíen sus preocupaciones en momentos de dificultad y sean más honestos.



### **¿SABÍAS QUÉ... el lenguaje corporal imprime a las palabras un sentido más profundo?**

Demostrar que comprendemos al otro y que nos interesa lo que tiene que contar debe ir acompañado de gestos que demuestren que se está atento: mirar a los ojos, acompañar con nuestros gestos faciales las emociones del otro, no desviar la atención a lo que pasa alrededor, al móvil o a lo que están hablando otros, por ejemplo.

#### LA ASERTIVIDAD

La asertividad es la capacidad para defender de manera firme, pero amable, la valía de las propias opiniones y derechos. Los adultos, los niños y las niñas que aprenden a defender sus derechos y sus ideas con respeto hacia los demás albergan sentimientos de satisfacción y confianza hacia sí mismos, lo cual redundará en el desarrollo de una autoestima sana.

El comportamiento asertivo es la vía ideal para comunicarse con los demás de manera no violenta porque se asume que los intereses propios y los del resto pueden ser opuestos y que el diálogo es la mejor manera para llegar a acuerdos. Por el contrario, existen otros estilos de comunicación opuestos al asertivo, que se caracterizan por la tendencia a la pasividad, el miedo a ser juzgado o el autoritario. Estos estilos recrean dinámicas disfuncionales en las relaciones porque promueven el abuso, ya sea porque se da de lado sistemáticamente a los deseos personales por no entrar en conflicto, o porque se impone la propia voluntad a los demás de manera agresiva, coercitiva.

Para fomentar la asertividad es necesario:

- Estar abierto a recibir críticas constructivas.
- Aceptar las propias limitaciones para mejorar, sin actitudes derrotistas.
- Ser capaz de reconocer los errores y admitirlos.
- Expresar las propias ideas y sentimientos con honestidad y claridad.
- Decir “no” cuando no se desea hacer algo, sin sentirse culpable.

- Perseguir las metas personales respetando los derechos de los demás.
- Expresar y recibir afecto de los demás sin pudor o vergüenza.
- Tener derecho a cambiar de opinión.
- Pedir ayuda cuando se necesita, sin sentir que se es poco válido.

Es muy importante enseñar a los niños y las niñas a ser asertivos para que mantengan relaciones respetuosas con los demás, pero también para protegerles frente a posibles abusos y manipulaciones. Un niño o niña asertivos participan activamente en los espacios a los que pertenecen. Por ejemplo, preguntan en clase si no han entendido algo; defienden sus ideas ante la presión social del grupo; pueden ser amables y generosos, sin tener que agradar siempre a los demás y contribuyen en el establecimiento de normas en el hogar con interés.

Como se comentó anteriormente, la expresión honesta del afecto en la comunicación es un aspecto importante de la asertividad. La comunicación verbal es un vehículo fundamental de expresión del cariño, tan importante como los besos o los abrazos. En muchas ocasiones, se observa que los padres y las madres abusan excesivamente de la reprimenda y dan demasiada importancia a los errores que cometen sus hijos e hijas. Cuando ésta es la tónica habitual de la comunicación familiar, con mucha probabilidad existirán importantes barreras para expresar sentimientos positivos y reconocer las cualidades positivas de cada uno. La expresión del afecto, requiere enseñar a los miembros de la familia a no dar por hecho las facultades positivas de sus seres queridos, sino apreciarlas y valorarlas de manera sincera.

Por último, mencionar un componente esencial en la comunicación eficaz y la resolución de conflictos no violenta: la identificación y dominio de las emociones. La autorregulación emocional y el control de la impulsividad, como se señaló anteriormente, son capacidades que se van adquiriendo con el paso del tiempo, gracias a la asimilación de los límites y el encuentro con las normas que existen en el entorno. Por ello, es muy importante que a edades tempranas, se enseñe a los niños y las niñas a explorar y educarles en sus emociones.

Educar en las emociones consiste en permitir la expresión de las mismas, ayudar al niño o la niña a identificar lo que le pasa (ponerle nombre a la emoción e incluso describir la reacción fisiológica que le precede o acompaña para que pueda detectarla) o a ponerse en el lugar de los demás, por ejemplo. Se trata de un trabajo esencial también para los adultos a la hora de abordar los conflictos, ya que favorece la expresión sincera de emociones y evita que se produzcan actitudes agresivas o poco asertivas.







2.

MARCO METODOLÓGICO



## 2.- MARCO METODOLÓGICO

*“Lo que se les dé a los niños, los niños darán a la sociedad”*

**Karl A. Menninger (1893–1990), psiquiatra estadounidense**

Esta sección describe la metodología del taller. Responde al cómo se deben abordar los contenidos expuestos en el marco conceptual y cómo se articulan las sesiones y actividades del taller.

El taller propone un proceso de construcción grupal y de empoderamiento familiar mediante la experimentación de formas de relación positiva y la participación en actividades lúdico-creativas que ayudan a los participantes a reconocerse en el rol de hijo, hija, madre, padre o tutor.

Las actividades tienen como finalidad estimular la cohesión grupal, enriquecer los vínculos familiares y optimizar el estilo relacional de cada núcleo de convivencia, gracias al aprendizaje conjunto de distintas técnicas y perspectivas facilitadoras de cambios positivos que pueden ser aplicadas a situaciones familiares cotidianas. Muestran a padres, madres, hijos e hijas los beneficios del diálogo, la negociación y la expresión del afecto para lograr una convivencia armónica y mejorar su calidad de vida.

El ejercicio de la participación, especialmente la participación infantil, cobra un protagonismo central en el taller. Las actividades propuestas convierten a los participantes en agentes activos de su proceso de aprendizaje mediante la reflexión individual y grupal, la escucha y la expresión de opiniones en un ambiente de confianza.

### 2.1.- ASPECTOS CENTRALES DE LA METODOLOGÍA

La metodología del taller se basa en el aprendizaje significativo<sup>13</sup>. Se propone un ambiente de interacción dinámica y multidireccional entre los participantes: las personas facilitadoras, el grupo de iguales y el núcleo familiar; que permite acomodar la nueva información a los conocimientos previos del participante y extrapolar lo aprendido a otras situaciones de su vida diaria. De esta manera, se generan oportunidades para que cada persona nutra su proceso de crecimiento interno y optimice sus capacidades relacionales (especialmente las del ámbito familiar).

<sup>13</sup> Tipo de aprendizaje acuñado por el psicólogo y pedagogo David Ausubel.

Por otro lado, la participación activa y el aprendizaje cooperativo (la interdependencia, la ayuda mutua, etc.) serán elementos centrales en el taller. Las actividades propician una sólida identidad de grupo y fomentan el compromiso individual como elemento esencial para el funcionamiento del grupo.

El taller plantea un proceso de aprendizaje de doble dirección. Cada participante puede ser indistintamente “maestro” y “alumno” ofreciendo retroalimentación a sus compañeros y monitoreando sus propios logros respecto a las metas personales y familiares generadas durante el taller.

### 2.2.- PRINCIPALES TÉCNICAS EMPLEADAS

En cada sesión del taller se dan a conocer y se practican técnicas de comunicación eficaz y de resolución de conflictos no violenta, como el diálogo y la negociación. Toma un papel relevante, durante todo el desarrollo del taller, el concepto de “escucha activa” y “asertividad”, no solo como ingredientes esenciales de la comunicación eficaz, sino también para trabajar la expresión del afecto.

Se utiliza la dramatización para abordar situaciones cotidianas donde se producen conflictos. A través de esta técnica los participantes toman distancia de su situación personal y se expresan con mayor libertad; observan las reacciones de otras personas del grupo y comparten entre ellos soluciones positivas que el propio grupo refuerza.

La educación de las emociones, es otro aspecto fundamental y presente a lo largo del taller. La expresión e identificación de emociones son imprescindibles para el desarrollo de la empatía y la comunicación eficaz. Trabajar las emociones está ligado al desarrollo de otros valores como la compasión, el altruismo y el sentido de la justicia.

La expresión artística es el hilo conductor de las sesiones. Mediante la metáfora del Mini-yo se materializa el proceso de cambio que experimentan los participantes a medida que conocen, asimilan e integran información nueva. Desde la primera a la última sesión, dedican unos minutos a moldear su obra, momento que la persona facilitadora aprovecha para despertar la reflexión de los participantes sobre los aspectos más relevantes de la sesión.

Los juegos y las actividades plásticas previstas les permiten explorar su creatividad y flexibilidad, dando énfasis al proceso en lugar del resultado final.

## 2.3.-ALGUNAS RECOMENDACIONES SOBRE CÓMO ABORDAR LOS TEMAS EN EL TALLER

### **Estilos de Crianza**

En las sesiones dedicadas al desarrollo evolutivo es interesante introducir el debate entre los adultos sobre los beneficios e inconvenientes de sus prácticas parentales.

A partir de las experiencias personales se indagan y cuestionan actitudes tradicionales, como el de la figura autoritaria del padre, la madre complaciente, por ejemplo, o poco funcionales, como ejercer de padre “amigo”, que anula su papel de responsable de la educación del hijo o la hija.

Es esencial también que los profesionales sensibilicen a los responsables de la crianza sobre las situaciones de desigualdad que pueden darse en las familias y el impacto que tiene en el desarrollo psicosocial y emocional de sus hijos e hijas. Esto ocurre, por ejemplo, cuando los padres y las madres atribuyen tareas, oportunidades o expectativas diferentes a sus hijos o hijas en función del sexo. La discriminación por sexo, al igual que por otro tipo de condición, vulnera el derecho de los niños y las niñas a disfrutar de las mismas oportunidades (derecho de participación) y a recibir una educación basada en la igualdad de sexos.

El trato igualitario a los niños y las niñas debe manifestarse en el día a día en el reparto equitativo de las tareas domésticas; en estimular su potencial, escuchar sus gustos y necesidades particulares (no aquellas que las barreras de género propias de nuestra sociedad imponen a los niños y las niñas); en permitir la expresión genuina de sentimientos o en fomentar la actitud de cuidado hacia los demás, por ejemplo.

### **Vínculos Afectivos**

Hablar sobre el proceso de vinculación afectiva con los hijos e hijas puede hacer aflorar experiencias muy intensas en algunos participantes, por lo que es esencial generar un espacio acogedor y de confianza, exento de juicios de valor o discursos moralizantes, en el compartan sus experiencias cómodamente. Este principio se debe aplicar también cuando surjan comentarios en torno al castigo físico y humillante o los estilos de crianza. Se trata de ofrecer a los padres y las madres alternativas de crianza no violenta, argumentando los múltiples beneficios que conlleva: en el desarrollo del niño o la niña; en la creación de lazos afectivos sanos; en una comunicación basada en el diálogo y la confianza en lugar del miedo al castigo, etc.

Es importante ayudar a los padres y las madres, mediante la reflexión, a desarmar razonamientos que admiten prácticas educativas incompatibles con el bienestar de sus hijos e hijas. Si un mensaje debe quedar claro, es que el afecto y el respeto son el motor de las relaciones familiares saludables.

### **Desarrollo Evolutivo**

Se propone abordar este tema ofreciendo una exposición sobre los hallazgos del desarrollo de la infancia en el campo de la psicología evolutiva y la educación para trabajar creencias erróneas sobre cómo son los niños y las niñas y devolver a los padres y las madres una imagen positiva y más ajustada a la realidad. La creación del vínculo afectivo (sobre todo de los 0 a 2 años), la importancia de las normas y los límites, los beneficios de la participación infantil, los estilos de crianza, etc. son temas estrechamente ligados a las fases de desarrollo y se pueden enlazar fácilmente. Se recomienda invitar a los adultos a viajar a su infancia, a recordar sus estilos de crianza, las emociones que experimentaban y lo que pensaban, según sus propias vivencias.

Dentro de este espacio, se dedica una actividad exclusivamente a tratar la etapa de la adolescencia. Se sugiere abrir el diálogo con los padres y las madres partiendo del impacto emocional y vivencial que conllevan los cambios asociados a la adolescencia, su repercusión en el clima de convivencia, así como sus dudas y preocupaciones al respecto.

En este sentido, es esencial trasladar a los adultos de referencia lo importante que es acompañar a sus hijos e hijas en este proceso de cambio mostrando respeto hacia sus preferencias y decisiones. Se debe hacer hincapié en la necesidad de renegociar las normas y ofrecer más autonomía e independencia a los adolescentes.

### **Autoestima y expectativas**

Muchos padres y madres temen que su papel como cuidadores sea cuestionado por los demás, o se culpabilizan por no llegar a cumplir determinadas expectativas. Por ello, trabajar el autoconcepto y la autoestima, en un espacio de intercambio de experiencias y preocupaciones con otros padres y madres, ayuda a contrarrestar sentimientos de inseguridad y poca valía que limitan la potencialidad del cuidador. Esta reflexión se puede usar en la actividad que pone a prueba la capacidad para estimar correctamente los saltos de longitud en la séptima sesión "Superamos retos".

Es importante transmitir a los padres y las madres, que también deben permitirse espacios de descanso y de autocuidado para afrontar con energía y optimismo sus responsabilidades parentales. Algunos aspectos claves de partida para trabajar la autoestima con los padres y las madres pueden ser:

- La identificación de los cambios vitales asociados a la llegada del hijo o la hija
- Las dificultades para adaptarse a esta nueva situación
- La identificación de sus fortalezas y debilidades personales
- Las expectativas, miedos y falta de habilidades para afrontar las dificultades derivadas de la crianza.

También se sugiere abordar este tema en la primera sesión, en la actividad de debate sobre desarrollo evolutivo infantil. Al igual que los adultos, los niños, las niñas y adolescentes presentan a menudo problemas de autoestima, por ello es necesario estar atentos a señales más sutiles porque no suelen manifestarlo verbalmente: “Me siento inútil, o superado, no soy capaz, etc.”.

Para fomentar sentimientos de valía en sus hijos e hijas, se recomienda a los padres y las madres minimizar las reprimendas y sustituirlas por críticas constructivas; evitar compararles con otros niños; dar refuerzos sociales cuando lleven a cabo conductas positivas (ser generoso, ayudar a recoger la mesa, pedir perdón, por ejemplo) o se esfuercen por superar obstáculos.

El trabajo con los adolescentes en el taller se centra en hablar sobre los temas que afectan a su cotidianidad y en cuestionar los estereotipos negativos asociados a esta etapa, que les describen generalmente como personas indomables, groseras, pasivas y con baja motivación para asumir responsabilidad, etc. Muy al contrario, los adolescentes tienen un gran potencial que la sociedad y los medios de comunicación, especialmente, no suelen mostrar. A menudo, los adolescentes son enérgicos, idealistas, considerados y poseen un alto sentido de la justicia.

Cuando las expectativas hacia uno mismo o hacia los demás no se cumplen, surgen sentimientos de tristeza, decepción o enfado. En el taller se estimula la idea de que no siempre lo que se espera de los demás es justo o se corresponde con lo que el otro desea. Aceptar la individualidad es especialmente importante para algunos padres y madres que, sin ser conscientes, proyectan en sus hijos e hijas metas que pueden ser incompatibles con lo que les hace felices.

Los hijos e hijas, a veces, también poseen expectativas poco realistas sobre cómo deberían ser o actuar sus padres y madres. Se propone reflexionar a lo largo del taller con los niños, niñas y adolescentes sobre determinados sistemas de creencias que pueden llevar a actitudes indeseadas o desequilibrios de poder. Es fundamental establecer claramente las diferencias entre derechos y deseos.

Los derechos, responden a necesidades universales que deben ser satisfechas para el correcto desarrollo de los seres humanos, como el derecho a la educación, al ocio, a la salud, a la alimentación, a no ser discriminados, a acceder a la información, etc. (para ampliar información consultar la Convención sobre los Derechos del Niño de las Naciones Unidas).

Los deseos también son muy necesarios porque suponen un importante motor que empuja a las personas a marcarse objetivos, pero no responden a necesidades básicas, sino a anhelos (como llegar a ser astronauta, viajar alrededor del mundo) o a caprichos materiales (como tener montañas de ropa o juguetes).

### **Comunicación Interpersonal y Resolución de Conflictos**

Mediante la recreación de conflictos cotidianos, se debe enseñar a los participantes a identificar el origen de los conflictos, qué actitudes o conductas los mantienen o agravan y qué alternativas no violentas existen para abordar los problemas.

Es importante remarcar la importancia de mostrar una actitud dialogante, cercana y comprensiva hacia los demás cuando surjan conflictos. También se plantea incidir en la idea de que pensar o desear cosas distintas no interfiere en el amor que se sienta hacia un ser querido. Una relación afectuosa no implica estar siempre de acuerdo, de manera incondicional, sino asumir las diferencias mediante el respeto y el diálogo.

Las situaciones conflictivas que pueden surgir espontáneamente de la propia interacción entre los niños y las niñas en las actividades programadas, suponen escenarios ideales para ensayar maneras asertivas de petición de cambio, de expresión de ideas y necesidades. Además, las tareas para casa invitan a los participantes a aplicar estas prácticas en su vida cotidiana y a monitorear su desempeño en las sesiones posteriores. Estos momentos se utilizan para que el propio grupo de iguales refuerce o corrija el desempeño de sus compañeros.

### **2.4.- ¿CÓMO FORMAR LOS GRUPOS DE PARTICIPANTES?**

Con el propósito de ofrecer un acompañamiento adecuado y configurar espacios participativos acordes a las franjas de edad y necesidades de los niños y las niñas, se plantean 4 grupos diferenciados, además del de los padres y las madres (o tutores):

1. Pequeños (6–8 años).
2. Medianos (9–11 años).
3. Mayores (12–13 años).
4. Adolescentes (14–16 años).

De no ser posible esta división por falta de asistentes, se recomienda formar como mínimo 2 grupos con los niños y las niñas, según cursen Educación Primaria o Educación Secundaria.

Se recomienda que los grupos estén formados por un mínimo de 5 asistentes y un máximo de 10, en el caso de los niños y las niñas. El grupo de adultos puede llevarse bien con 15 participantes como máximo.



## 2.5.- SESIONES DEL TALLER

### **Sesión 1. “ Conocernos”**

La primera sesión se centra en la presentación de los participantes y las personas facilitadoras. También se pactan las normas de funcionamiento que acompañarán al grupo durante el proceso. En esta sesión se trabaja la identificación de emociones y se amplía el vocabulario emocional de los participantes. En el grupo de adultos además, se presentan los principios básicos del desarrollo evolutivo infantil.

### **Sesión 2. “ Comunicarnos”**

En la segunda sesión, se aborda la importancia de la expresión del afecto a través de los elogios y el reconocimiento de las cualidades de los demás. Se ofrece a los participantes un modelado y se ensayan situaciones donde deben pensar y dirigir un cumplido a sus compañeros y a algún miembro de su familia.

### **Sesión 3. “Intercambiar”**

En la tercera sesión, toma relevancia la práctica de la escucha activa y cómo realizar peticiones de manera asertiva y constructiva. Esta sesión gira en torno a la utilidad de las críticas positivas para crecer en el plano personal.

### **Sesión 4. “Ponernos de acuerdo”**

En la cuarta sesión se incide en la importancia del conflicto como parte de las relaciones. Se genera una reflexión grupal sobre las consecuencias que tienen las distintas formas de manejar los conflictos y se fomenta la importancia del diálogo, la escucha y la negociación.

### **Sesión 5. “Viajar juntos”**

En la quinta sesión, la atención se centra en la práctica del “consenso” como herramienta que comporta beneficios en las relaciones familiares. Las familias disfrutarán de un “viaje” figurado, donde la imaginación y la toma de decisiones en común serán fundamentales.

### **Sesión 6. “Resolvemos”**

En la sexta sesión, se trabaja la negociación en situaciones de conflicto o dificultad, desde una actitud cooperativa.

### **Sesión 7. “Superamos retos”**

En la séptima sesión, se profundiza en la importancia del autoconocimiento para plantear metas ajustadas a la realidad y fomentar una autoestima sana. Además, con los grupos de adultos y adolescentes, por separado, se crea un espacio para hablar sobre la adolescencia.

### **Sesión 8. “Participamos”**

En la octava sesión, los participantes ponen en práctica el uso de herramientas de negociación positivas para lograr un objetivo en equipo.

### **Sesión 9. “Celebrarnos”**

Todos los usuarios participan en la fiesta final, un espacio dedicado a que cada familia celebre conocerse mejor y valore el poder contar unos con otros.

## **2.6.- CALENDARIO SUGERIDO**

La propuesta de partida es de una sesión semanal, aunque la distribución de las sesiones pueda ajustarse a la disponibilidad de cada centro, a razón de 1 o 2 sesiones semanales o 1 quincenal. En cualquier caso, se recomienda que la distancia temporal entre sesiones no supere los 15 días para que los contenidos y técnicas trabajadas no pierdan su efecto y se sigan ampliando contenidos de manera fluida.

La duración prevista de cada sesión es de 2h 15 minutos como máximo, por ello es importante elegir una franja horaria que no interfiera en las rutinas de los grupos de edad más pequeños (por ejemplo, deberes escolares, baño, cena, etc.).

## **2.7.- ESTRUCTURA GENERAL DE LAS SESIONES**

Las sesiones contemplan la siguiente secuencia:

- a) Preparación de la sala y los materiales.
- b) Bienvenida al grupo.
- c) Actividades principales.
- d) Actividad de distensión.

- e) Mini-yo<sup>14</sup>.
- f) Evaluación de la sesión.
- g) Despedida y cierre.
- h) Recogida de espacios y materiales.

Para facilitar la comprensión de la estructura del taller se incluyen las siguientes secciones:

### 1) TABLAS RESUMEN DE LAS SESIONES

- Duración.
- Objetivos (cognitivos, actitudinales y procedimentales).
- Secuencia de las actividades.
- Tipos de actividades (de bienvenida, de distensión, etc.)
- Evaluación.
- Despedida y cierre.
- Sugerencias para dirigir adecuadamente las sesiones.

### 2) ITINERARIOS

Se trata de un mapa general que plasma el recorrido previsto en el taller para cada uno de los 3 grupos. El itinerario 1 (I-1) corresponde al grupo de niños y niñas; el itinerario 2 (I-2) al de adolescentes y el itinerario 3 (I-3) al de adultos. En algunos casos, los itinerarios son comunes, lo que indica que la actividad se lleva a cabo de manera conjunta, con todos los participantes.

### 3) FICHAS DE ACTIVIDADES

Describen las dinámicas de cada sesión en profundidad. Cada ficha incluye diferentes secciones, a saber: itinerario; sesión a la que pertenece la actividad descrita; duración; objetivos que se esperan alcanzar; recursos necesarios para el desarrollo de las actividades (bien como anexos incluidos en la propia guía o recursos que se deben conseguir); preparación (ayuda a planificar la actividad de antemano); recomendaciones (plantea orientaciones para la puesta en práctica de la actividad según la edad o tipo de grupo); desarrollo (descripción de la actividad); y anotaciones (apartado destinado a que cada persona facilitadora registre posibles incidencias o reflexiones destinadas a mejorar o adaptar la actividad).

---

<sup>14</sup> Expresión plástica libre en la que se proyecta la identidad de cada participante. Es útil para trabajar y materializar las actitudes que se persiguen potenciar y afianzar los aprendizajes realizados en cada sesión del taller.

## 2.8.- REGULACIÓN DEL CLIMA GRUPAL

La creación de cohesión y un buen clima grupal ocupan gran parte de la primera sesión. Los participantes que se involucran en el taller compartirán muchas horas juntos, por lo que es preciso acordar unas normas de comportamiento para que todos disfruten de esta oportunidad.

Mediante la actividad "Nuestro Árbol", los participantes pactan las normas de funcionamiento del grupo y plantean opciones en caso de incumplimiento de las normas, con la orientación de la persona facilitadora. Será una herramienta de referencia a lo largo del desarrollo del taller. Esta actividad tiene un carácter dinámico, pues abre la posibilidad de modificar posteriormente una norma si, por mayoría, o consenso, se decide que supone una mejoría para el grupo.

Al involucrar a los participantes de manera directa en el diseño de las normas, se consigue buena aceptación y mayor compromiso por su parte. Esto permitirá que ellos mismos detecten cuándo se quebranta una norma y cómo se debe subsanar la falta.

## 2.9.- EVALUACIONES

En el taller se plantean evaluaciones de distintos formatos y que persiguen varios objetivos:

**a) Evaluación previa:** Se trata de un sondeo preliminar que permitirá a las personas facilitadoras conocer en qué punto de partida se encuentran los participantes en relación a ciertos temas relevantes del taller:

- Expresión del afecto entre los miembros de la familia (si es abierta o si existen reticencias a manifestar el afecto con palabras o gestos).
- Estilo de comunicación familiar (si es directo y abierto, dialogante o agresivo).
- Estilo de toma de decisiones en el hogar (si se realizan de manera democrática o se suele imponer la voluntad de una de las partes, hijos-hijas o padres-madres).
- Participación infantil (si se tiene en cuenta la opinión de los niños y las niñas en las decisiones, si se les permite participar de elecciones que les afectan, o por el contrario son los padres los que deciden).
- Resolución de conflictos (si existe una posición dominante y otra pasiva; tendencia a la confrontación por ambas partes, o una postura abierta al diálogo y la negociación).

La evaluación consiste en presentar a los participantes, historias representadas en viñetas con distintos finales. A continuación, deberán elegir el desenlace que ellos escogerían si estuvieran en el lugar de esa persona, o en el caso de los peques, elegir la opción que creen que el protagonista elegirá (elección proyectiva). Esta evaluación se desarrolla a lo largo de las 3 primeras sesiones.

**b) Evaluación continuada:** en cada sesión se prevén dinámicas destinadas a conocer el grado de satisfacción general de los participantes respecto a las actividades propuestas. Se pretende con ello explorar cuales han sido sus actividades favoritas, qué aspectos no han comprendido o disfrutado y qué cambiarían.

Se ha incluido el apartado “Anotaciones y observaciones de la persona facilitadora” en las fichas de cada actividad para registrar expresiones significativas de los participantes y dinámicas que puedan surgir y el profesional considere interesantes.

**c) Evaluación de proceso:** En la sesión 8 se incluye una actividad, “El juego de la oca” en la que los participantes pondrán a prueba sus conocimientos. Responderán una serie de preguntas relacionadas con la aplicación de las técnicas y habilidades trabajadas a lo largo del taller. Los propios compañeros serán quienes evalúen, con la supervisión de la persona facilitadora, si las respuestas se adecúan a los contenidos aprendidos.

**d) Evaluación final:** su objetivo es recoger el sentir común e individual de cada participante en relación al taller. En la última sesión se lleva a cabo la actividad “Recogiendo la Cosecha”, en la que los integrantes reflexionan a nivel personal sobre lo que han incorporado a su vida y dejarán atrás, después de su paso por el taller.

## 2.10.- (CONSIDERACIONES LOGÍSTICAS)

### Asistencia de los participantes

Cuando se realice la difusión del taller, ya sea directamente con las familias o a través de un enlace (jefe de estudios, trabajador social, AMPA) es imprescindible hacer hincapié en que el taller está dirigido a la familia nuclear al completo, independientemente de su estructura (monoparental, biparental, familias donde las figuras vinculares son madre y abuela, por ejemplo).

Aun así, algunos padres o madres pueden acudir sin sus hijos o hijas o viceversa. En este caso, se recomienda indagar los motivos para resolver lo antes posible la situación. Además de alterar la esencia del taller (lograr la cohesión y el entendimiento familiar) los niños y las niñas que no cuenten con sus padres en las actividades conjuntas, como es lógico, sentirán rechazo, tristeza

o enfado. Cuando se ha detectado algún caso de estas características, otras familias o el propio equipo de profesionales han asumido este papel, pero es preferible evitar esta situación.

### **Voluntarios y voluntarias**

Cuando los padres y las madres no cuenten con una red de apoyo para cuidar a sus hijos de 0 a 4 años durante el taller, será necesario contar con un equipo de voluntarios para que los atiendan en una sala o espacio aparte, pero adecuado para esta tarea, con rincones de juego y actividades para ellos, como un espacio de Cuentacuentos, por ejemplo.

### **Composición desequilibrada de los grupos de edad**

En caso que los chicos y chicas de 15–16 años tengan una representación minoritaria en relación al número total de participantes, se recomienda incorporarlos en el grupo más cercano de edad (10 – 14 años) procurando que trabajen juntos en los subgrupos. Este tipo de organización tiene la ventaja de optimizar las relaciones entre hermanos y hermanas de edades distintas. En algunas ocasiones se les puede proponer funciones de apoyo a la persona facilitadora.

### **Espacios**

Cada grupo necesita un aula individual en la que desarrollar las sesiones. Es importante contar con espacios polivalentes, a poder ser diáfanos, que permitan cambiar el mobiliario de lugar para desarrollar dinámicas de movimiento y trabajar con creaciones plásticas sobredimensionadas. Al menos uno de los espacios debe posibilitar la realización de dinámicas para 30–40 personas.

### **Equipamiento**

Se aconseja que cada aula esté equipada con medios audiovisuales (cañón, ordenador, proyector y altavoces).

### **Almacenaje**

Será necesario contar con un lugar seguro en el que dejar los trabajos artísticos–creativos de cada grupo de edad (murales, Mini-yo, etc.) durante el tiempo de toda la intervención y también donde guardar los materiales para las actividades de cada sesión.







3.

# TABLAS RESÚMEN E ITINERARIOS



### 3.- TABLAS RESUMEN DE LAS SESIONES E ITINERARIOS PROPUESTOS

Sesión 1.

"(O)NOCERNOS"

Sesión 2.

"(O)MUNICARNOS"

Sesión 3.

"(I)NTERCAMBIAR"

Sesión 4.

"(P)ONERNOS DE ACUERDO"

Sesión 5.

"(V)IAJAR JUNTOS"

Sesión 6.

"(R)ESOLVEMOS"

Sesión 7.

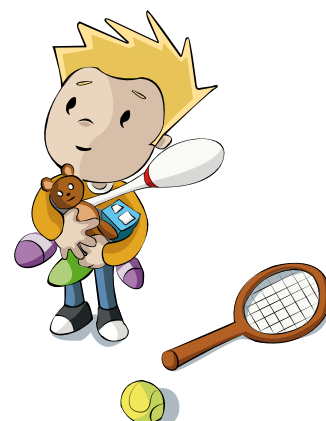
"(S)UPERAMOS RETOS"

Sesión 8.

"(P)ARTICIPAMOS"

Sesión 9.

"(E)LEBRARNOS"



## GUÍA DE INTERVENCIÓN SOBRE PARENTALIDAD POSITIVA PARA PROFESIONALES

<b>SESIÓN 1. CONOCERNOS - TABLA RESUMEN</b>	
DURACIÓN	2 horas
OBJETIVOS	<p><b>Cognitivos</b></p> <p>1) Conocer los nombres de los miembros del grupo.                  2) Identificar los rasgos principales de las demás familias (1-1).                  3) Conocer los principios básicos y necesidades de cada etapa del desarrollo evolutivo infantil (1-3).                  4) Conocer los contenidos y actividades del taller.                  5) Reflexionar sobre la influencia de los estereotipos en torno a la construcción de la autoimagen (1-2).</p> <p><b>Actitudinales</b></p> <p>6) Identificar sus estados de ánimo, sentimientos y emociones.</p> <p><b>Procedimentales</b></p> <p>7) Participar en la creación de normas de convivencia consensuadas en grupo.</p>
SECUENCIA	Preparación de la sala y los materiales — Bienvenida — Actividades principales — Actividades de distensión — Mini-yo — Evaluación — Recogida de espacios y materiales — Despedida y cierre.
ACTIVIDADES BIENVENIDA	“Bienvenida y evaluación Inicial 1ª sesión”
ACTIVIDADES PRINCIPALES	“Me llamo me gusta/nos llamamos nos gusta” (1-1) “Presentación del grupo” (1-2 y 1-3) “Presentación del programa” (1-3) “Nuestro árbol” “Somos Familia” (1-1) “Estos somos nosotros” (1-2) “Claves del desarrollo evolutivo” (1-3)
ACTIVIDADES DISTENSIÓN	“Tendemos la ropa”
MINI-YO	Mini-yo
EVALUACIÓN	“Evaluación gomets y semáforo” (1-1) “Evaluación gomets y me mola/no me mola” (1-2) “Evaluación gomets y cruzar la calle” (1-3)
DESPEDIDA Y CIERRE	–Tarea para casa: pensar en algo que les guste de su padre y madre o hijo e hija o abuelo, abuela y hermano o hermana y algo que les guste de sí mismos. –Recogida de materiales y espacios. –Cierre de la sesión con abrazo colectivo. –Despedida individual.
SUGERENCIAS	–Generar un clima de diversión, compañerismo y confianza en el taller desde su comienzo. –Si el nivel de activación de los participantes es muy elevada, dedicar algunos minutos para relajación. –Realizar un pequeño refrigerio a mitad de la sesión.

## QUERRIENDO SE ENTIENDE LA FAMILIA – TABLAS RESUMEN E ITINERARIOS

<b>SESIÓN 1. (CONOCERNOs – ITINERARIOS)</b>		
<b>Grupo</b>	<b>Itinerario</b>	<b>Duración</b>
<b>Pequeños y medianos (1-1)</b>	<b>“Bienvenida y evaluación inicial 1ª sesión”</b> (Ficha actividad 1)	20'
	<b>“Me llamo/me gusta, nos llamamos/nos gusta”</b> (Ficha actividad 2)	15'
	<b>“Nuestro árbol”</b> (Ficha actividad 3)	20'
	<b>“Somos familia”</b> (Ficha actividad 4)	25'
	<b>“Tendemos la ropa”</b> (Ficha actividad 5)	20'
	<b>“Mini-yo”</b> (Ficha actividad 6)	10'
	<b>“Evaluación gomets y semáforo”</b> (Ficha actividad 7)	10'
	<b>“Despedida y cierre”</b> (Ficha actividad 8)	2'
<b>Preadolescentes y Adolescentes (1-2)</b>	<b>“Bienvenida y evaluación inicial 1ª sesión”</b> (Ficha actividad 1)	20'
	<b>“Presentación del grupo”</b> (Ficha actividad 9)	10'
	<b>“Nuestro árbol”</b> (Ficha actividad 3)	20'
	<b>“Tendemos la ropa”</b> (Ficha actividad 5)	20'
	<b>“Estos somos nosotros”</b> (Ficha actividad 10)	30'
	<b>“Mini-yo”</b> (Ficha actividad 6)	10'
	<b>“Evaluación gomets y me mola/no me mola”</b> (Ficha actividad 11)	10'
	<b>“Despedida y cierre”</b> (Ficha actividad 8)	2'
<b>Adultos (1-3)</b>	<b>“Bienvenida y evaluación inicial 1ª sesión”</b> (Ficha actividad 1)	20'
	<b>“Presentación del grupo”</b> (Ficha actividad 9)	5'
	<b>“Presentación del programa”</b> (Ficha actividad 12)	10'
	<b>“Nuestro árbol”</b> (Ficha actividad 3)	15'
	<b>“Claves del desarrollo evolutivo”</b> (Ficha actividad 13)	40'
	<b>“Tendemos la ropa”</b> (Ficha actividad 5)	20'
	<b>“Mini-yo”</b> (Ficha actividad 6)	10'
	<b>“Evaluación gomets y cruzar la calle”</b> (Ficha actividad 14)	10'
	<b>“Despedida y cierre”</b> (Ficha actividad 8)	2'

<b>SESIÓN 2. COMUNICARNOS – TABLA RESUMEN</b>	
DURACIÓN	2 horas
OBJETIVOS	<p><b>Cognitivos</b> 1) Mejorar la capacidad de comunicación interpersonal e intrafamiliar.</p> <p><b>Actitudinales</b> 2) Identificar cómo influyen los distintos estilos de comunicación sobre los sentimientos propios y de los demás.</p> <p><b>Procedimentales</b> 3) Practicar la expresión del afecto abiertamente mediante elogios.</p>
SECUENCIA	Preparación de la sala y los materiales — Bienvenida — Actividades principales — Actividades de distensión — Mini-yo — Evaluación — Recogida de espacios y materiales — Despedida y cierre.
ACTIVIDADES BIENVENIDA	“Saludo y evaluación inicial 2ª sesión”
ACTIVIDADES PRINCIPALES	“Elogios” “Te doy me quedo” (Actividad compartida)
ACTIVIDADES DISTENSIÓN	“Se me va la pinza”
MINI-YO	Mini-yo
EVALUACIÓN	“Evaluación gomets y manteles”
DESPEDIDA Y CIERRE	<ul style="list-style-type: none"> <li>–Tarea para casa (practicando lo aprendido hoy): expresarán a un miembro de su entorno familiar algo que le agrade de él o ella.</li> <li>–Recogida de materiales y espacios.</li> <li>–Cierre de la sesión con abrazo colectivo.</li> <li>–Despedida individual.</li> </ul>
SUGERENCIAS	<ul style="list-style-type: none"> <li>–Generar un clima afectuoso y de receptividad en el que los participantes se sientan cómodos dando y recibiendo elogios.</li> <li>–Utilizar el recurso de las Tarjetas de Emociones (Anexo 4), en los momentos que sea necesario.</li> <li>–Crear momentos de relajación donde los participantes puedan parar y respirar si se produce algún conflicto.</li> </ul>

## QUERIENDO SE ENTIENDE LA FAMILIA – TABLAS RESUMEN E ITINERARIOS

<b>SESIÓN 2. COMUNICARNOS – ITINERARIOS</b>		
<b>Grupo</b>	<b>Itinerario</b>	<b>Duración</b>
<b>Pequeños y medianos (1-1)</b>	<b>“Saludo y evaluación inicial 2ª sesión”</b> (Ficha actividad 15)	15'
	<b>“Se me va la pinza”</b> (Ficha actividad 16)	15'
	<b>“Elogios”</b> (Ficha actividad 17)	15'
	<b>“Te doy/Me quedo”</b> (Ficha actividad 18)	45'
	<b>“Mini-yo”</b> (Ficha actividad 6)	10'
	<b>“Evaluación gomets y manteles”</b> (Ficha actividad 19)	20'
	<b>“Despedida y cierre”</b> (Ficha actividad 8)	2'
<b>Preadolescentes y Adolescentes (1-2)</b>	<b>“Saludo y evaluación inicial 2ª sesión”</b> (Ficha actividad 15)	15'
	<b>“Se me va la pinza”</b> (Ficha actividad 16)	15'
	<b>“Elogios”</b> (Ficha actividad 17)	15'
	<b>“Te doy/Me quedo”</b> (Ficha actividad 18)	45'
	<b>“Mini-yo”</b> (Ficha actividad 6)	10'
	<b>“Evaluación gomets y manteles”</b> (Ficha actividad 19)	20'
	<b>“Despedida y cierre”</b> (Ficha actividad 8)	2'
<b>Adultos (1-3)</b>	<b>“Saludo y evaluación inicial 2ª sesión”</b> (Ficha actividad 15)	15'
	<b>“Se me va la pinza”</b> (Ficha actividad 16)	15'
	<b>“Elogios”</b> (Ficha actividad 17)	15'
	<b>“Te doy/Me quedo”</b> (Ficha actividad 18)	45'
	<b>“Mini-yo”</b> (Ficha actividad 6)	10'
	<b>“Evaluación gomets y manteles”</b> (Ficha actividad 19)	20'
	<b>“Despedida y cierre”</b> (Ficha actividad 8)	2'

<b>SESIÓN 3. INTERCAMBIAR – TABLA RESUMEN</b>	
DURACIÓN	2 horas
OBJETIVOS	<p><b>Cognitivos</b> 1) Conocer los principios de la comunicación eficaz.</p> <p><b>Actitudinales</b> 2) Valorar la escucha activa y los mensajes asertivos como herramientas de comunicación útiles.</p> <p><b>Procedimentales</b> 3) Expresar lo que desean y lo que necesitan de manera asertiva.</p>
SECUENCIA	Preparación de la sala y los materiales — Bienvenida — Actividades principales — Actividades de distensión — Mini-yo — Evaluación — Recogida de espacios y materiales — Despedida y cierre.
ACTIVIDADES BIENVENIDA	"Saludo y evaluación inicial 3ª sesión"
ACTIVIDADES PRINCIPALES	"Petición de cambio" "Debate sobre comunicación eficaz" (1-3)
ACTIVIDADES DISTENSIÓN	"Masaje animal" (1-1) "Yo nunca" (1-2) "Bailando sobre el papel"
MINI-YO	Mini-yo
EVALUACIÓN	"Evaluación gomets y el pajarito verde" (1-1) "Evaluación gomets y las 9 palabras" (1-2, 1-3)
DESPEDIDA Y CIERRE	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Tarea para casa: practicarán la petición de cambio en su entorno familiar durante la semana.</li> <li>-Recogida de materiales y espacio</li> <li>-Cierre de la sesión con abrazo colectivo.</li> <li>-Despedida individual.</li> </ul>
SUGERENCIAS	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Manejar un lenguaje sencillo, con ejemplos para que los participantes comprendan qué es la asertividad y manejen mensajes en esta línea.</li> <li>-Crear momentos de relajación donde los participantes puedan parar y respirar si se produce algún conflicto.</li> </ul>



## QUERIENDO SE ENTIENDE LA FAMILIA – TABLAS RESUMEN E ITINERARIOS

<b>SESIÓN 3. INTERCAMBIAR – ITINERARIOS</b>		
<b>Grupo</b>	<b>Itinerario</b>	<b>Duración</b>
<b>Pequeños y medianos (1-1)</b>	<b>“Saludo y evaluación inicial 3ª sesión”</b> (Ficha actividad 20)	20’
	<b>“Masaje animal”</b> (Ficha actividad 21)	15’
	<b>“Petición de cambio”</b> (Ficha actividad 22)	40’
	<b>“Bailando sobre papel”</b> (Ficha actividad 23)	10’
	<b>“Mini-yo”</b> (Ficha actividad 6)	10’
	<b>“Evaluación gomets y termómetro”</b> (Ficha actividad 24)	20’
	<b>“Despedida y cierre”</b> (Ficha actividad 8)	2’
<b>Preadolescentes y Adolescentes (1-2)</b>	<b>“Saludo y evaluación inicial 3ª sesión”</b> (Ficha actividad 15)	20’
	<b>“Yo nunca”</b> (Ficha actividad 25)	20’
	<b>“Petición de cambio”</b> (Ficha actividad 22)	40’
	<b>“Bailando sobre papel”</b> (Ficha actividad 23)	10’
	<b>“Mini-yo”</b> (Ficha actividad 6)	10’
	<b>“Evaluación gomets y las 9 palabras”</b> (Ficha actividad 26)	20’
	<b>“Despedida y cierre”</b> (Ficha actividad 8)	2’
<b>Adultos (1-3)</b>	<b>“Saludo y evaluación inicial 3ª sesión”</b> (Ficha actividad 15)	15’
	<b>“Bailando sobre papel”</b> (Ficha actividad 23)	10’
	<b>“Debate sobre comunicación eficaz”</b> (Ficha actividad 27)	30’
	<b>“Petición de cambio”</b> (Ficha actividad 22)	30’
	<b>“Mini-yo”</b> (Ficha actividad 6)	10’
	<b>“Evaluación gomets y las 9 palabras”</b> (Ficha actividad 26)	20’
	<b>“Despedida y cierre”</b> (Ficha actividad 8)	2’

<p><b>SESIÓN 4. PONERNOS DE ACUERDO – TABLA RESUMEN</b></p>	
DURACIÓN	2 horas
OBJETIVOS	<p><b>Cognitivos</b> 1) Reflexionar sobre los obstáculos que impiden una comunicación adecuada y dificultan llegar a acuerdos entre los miembros de la familia.</p> <p><b>Actitudinales</b> 2) Canalizar de forma adecuada los sentimientos de frustración ante la negativa de los demás.</p> <p><b>Procedimentales</b> 3) Negociar con otras personas con diferentes opiniones de manera respetuosa.</p>
SECUENCIA	Preparación de la sala y los materiales — Bienvenida — Actividades principales — Actividades de distensión — Mini-yo — Evaluación — Recogida de espacios y materiales — Despedida y cierre.
ACTIVIDADES BIENVENIDA	“Saludo”
ACTIVIDADES PRINCIPALES	“Role-playing” “Canción conjunta” (Actividad compartida)
ACTIVIDADES DISTENSIÓN	“Rascacielos” (1-1) “Pasar por el hueco de la puerta” (1-2, 1-3)
MINI-YO	Mini-yo
EVALUACIÓN	“Evaluación gomets y piernas sueltas”
DESPEDIDA Y CIERRE	<ul style="list-style-type: none"> <li>–Recogida de materiales y espacio</li> <li>–Cierre de la sesión con abrazo colectivo.</li> <li>–Despedida individual.</li> </ul>
SUGERENCIAS	<ul style="list-style-type: none"> <li>–Promover un clima de aceptación y calma ante las negativas o las opiniones contrarias.</li> <li>–Crear momentos de relajación donde los participantes puedan parar y respirar si se produce algún conflicto.</li> </ul>

## QUERIENDO SE ENTIENDE LA FAMILIA – TABLAS RESUMEN E ITINERARIOS

<b>SESIÓN 4. PONERNOS DE ACUERDO – ITINERARIOS</b>		
<b>Grupo</b>	<b>Itinerario</b>	<b>Duración</b>
<b>Pequeños y medianos (1-1)</b>	<b>“Saludo”</b> (Ficha actividad 28)	10’
	<b>“Rascacielos”</b> (Ficha actividad 29)	20’
	<b>“Role-playing/Teatro”</b> (Ficha actividad 30)	40’
	<b>“¿Quién canta más?”</b> (Ficha actividad 31)	30’
	<b>“Mini-yo”</b> (Ficha actividad 6)	10’
	<b>“Evaluación gomets y piernas sueltas”</b> (Ficha actividad 32)	10’
	<b>“Despedida y cierre”</b> (Ficha actividad 8)	2’
<b>Preadolescentes y Adolescentes (1-2)</b>	<b>“Saludo”</b> (Ficha actividad 28)	10’
	<b>“Pasar por el hueco de la puerta”</b> (Ficha actividad 33)	20’
	<b>“Role-playing/Teatro”</b> (Ficha actividad 30)	40’
	<b>“¿Quién canta más?”</b> (Ficha actividad 31)	30’
	<b>“Mini-yo”</b> (Ficha actividad 6)	10’
	<b>“Evaluación gomets y piernas sueltas”</b> (Ficha actividad 32)	10’
	<b>“Despedida y cierre”</b> (Ficha actividad 8)	2’
<b>Adultos (1-3)</b>	<b>“Saludo”</b> (Ficha actividad 28)	10’
	<b>“Pasar por el hueco de la puerta”</b> (Ficha actividad 33)	20’
	<b>“Role-playing/Teatro”</b> (Ficha actividad 30)	40’
	<b>“¿Quién canta más?”</b> (Ficha actividad 31)	30’
	<b>“Mini-yo”</b> (Ficha actividad 6)	10’
	<b>“Evaluación gomets y piernas sueltas”</b> (Ficha actividad 32)	10’
	<b>“Despedida y cierre”</b> (Ficha actividad 8)	2’

SESIÓN 5. VIAJAR JUNTOS – TABLA RESUMEN	
DURACIÓN	2 horas
OBJETIVOS	<p><b>Cognitivos</b> 1) Aprender a negociar una actividad en familia.</p> <p><b>Actitudinales</b> 2) Experimentar la satisfacción de lograr acuerdos en familia.</p> <p><b>Procedimentales</b> 3) Poner en práctica técnicas de negociación.</p>
SECUENCIA	Preparación de la sala y los materiales — Bienvenida — Actividades principales — Actividades de distensión — Evaluación — Recogida de espacios y materiales — Despedida y cierre.
ACTIVIDADES BIENVENIDA	“Saludo”
ACTIVIDADES PRINCIPALES	“Creando un paraíso”
ACTIVIDADES DISTENSIÓN	“Tela de araña”
EVALUACIÓN	“Evaluación gomets y diana”
DESPEDIDA Y CIERRE	<ul style="list-style-type: none"> <li>–Tarea para casa: participar en la organización de alguna actividad familiar.</li> <li>–Recogida de materiales.</li> <li>–Cierre de la sesión con abrazo colectivo.</li> <li>–Despedida individual.</li> </ul>
SUGERENCIAS	<ul style="list-style-type: none"> <li>–Mantener un ambiente lúdico durante toda la sesión.</li> <li>–Prestar atención a todas las familias, especialmente aquellas en las que pueda surgir algún conflicto durante la actividad.</li> <li>–Las personas facilitadoras deberán coordinarse entre sí, procurando tener contacto y conversación durante toda la actividad con las familias.</li> <li>–Realizar un pequeño refrigerio a mitad de la sesión para descansar.</li> </ul>

## QUERIENDO SE ENTIENDE LA FAMILIA - TABLAS RESUMEN E ITINERARIOS

SESIÓN 5. VIAJAR JUNTOS - ITINERARIOS		
Grupo	Itinerario	Duración
Actividad conjunta (1-1; 1-2; 1-3)	<b>“Saludo”</b> (Ficha actividad 34)	15'
	<b>“Tela de araña”</b> (Ficha actividad 35)	10'
	<b>“Creando un paraíso”</b> (Ficha actividad 30)	75'
	<b>“Evaluación gomets y diana”</b> (Ficha actividad 32)	20'
	<b>“Despedida y cierre”</b> (Ficha actividad 8)	5'

## GUÍA DE INTERVENCIÓN SOBRE PARENTALIDAD POSITIVA PARA PROFESIONALES

<b>SESIÓN 6. RESOLVEMOS – TABLA RESUMEN</b>	
DURACIÓN	2 horas
OBJETIVOS	<p><b>Cognitivos</b> 1) Conocer herramientas útiles para la resolver conflictos mediante el diálogo.</p> <p><b>Actitudinales</b> 2) Aceptar el desacuerdo como parte de las relaciones.</p> <p><b>Procedimentales</b> 3) Practicar técnicas de cooperación y buscar soluciones equilibradas para todas las personas que forman parte del conflicto.</p>
SECUENCIA	Preparación de la sala y los materiales — Bienvenida — Actividades principales — Actividades de distensión — Mini-yo — Evaluación — Recogida de espacios y materiales — Despedida y cierre.
ACTIVIDADES BIENVENIDA	“Saludo”
ACTIVIDADES PRINCIPALES	“Contamos un cuento” (1-1) “Caja de bombones” (1-2) “Debate resolución de conflictos” (1-3)
ACTIVIDADES DISTENSIÓN	“Río de pirañas” (1-1, 1-2) “Sillas cooperativas”
MINI-YO	Mini-yo
EVALUACIÓN	“Evaluación gomets y telegrama”
DESPEDIDA Y CIERRE	<ul style="list-style-type: none"> <li>–Tarea para casa: practicarán las habilidades aprendidas en el taller para la resolución de posibles conflictos en el hogar (escucha activa, asertividad, comunicación eficaz, empatía...)</li> <li>–Recogida de materiales.</li> <li>–Cierre de la sesión con abrazo colectivo.</li> <li>–Despedida individual.</li> </ul>
SUGERENCIAS	<ul style="list-style-type: none"> <li>–Se incide en los beneficios de la resolución de conflictos no violenta.</li> <li>–Hacer hincapié en las capacidades de cada uno y reafirmar el valor del trabajo en equipo.</li> <li>–Crear momentos de relajación donde los participantes puedan parar y respirar, si se produce alguna situación de conflicto.</li> </ul>

## QUERIENDO SE ENTIENDE LA FAMILIA – TABLAS RESUMEN E ITINERARIOS

<b>SESIÓN 6. RESOLVEMOS – ITINERARIOS</b>		
<b>Grupo</b>	<b>Itinerario</b>	<b>Duración</b>
<b>Pequeños y medianos (1-1)</b>	<b>“Saludo”</b> (Ficha actividad 38)	15'
	<b>“Río de pirañas”</b> (Ficha actividad 39)	20'
	<b>“Contamos un cuento”</b> (Ficha actividad 40)	40'
	<b>“Sillas cooperativas”</b> (Ficha actividad 41)	20'
	<b>“Mini-yo”</b> (Ficha actividad 6)	15'
	<b>“Evaluación gomets y telegrama”</b> (Ficha actividad 42)	10'
	<b>“Despedida y cierre”</b> (Ficha actividad 8)	2'
<b>Preadolescentes y Adolescentes (1-2)</b>	<b>“Saludo”</b> (Ficha actividad 38)	20'
	<b>“Río de pirañas”</b> (Ficha actividad 39)	20'
	<b>“Caja de bombones”</b> (Ficha actividad 43)	40'
	<b>“Sillas cooperativas”</b> (Ficha actividad 41)	10'
	<b>“Mini-yo”</b> (Ficha actividad 6)	10'
	<b>“Evaluación gomets y telegrama”</b> (Ficha actividad 42)	20'
	<b>“Despedida y cierre”</b> (Ficha actividad 8)	2'
<b>Adultos (1-3)</b>	<b>“Saludo”</b> (Ficha actividad 38)	10'
	<b>“Sillas cooperativas”</b> (Ficha actividad 41)	20'
	<b>“Debate resolución de conflictos”</b> (Ficha actividad 44)	70'
	<b>“Mini-yo”</b> (Ficha actividad 6)	10'
	<b>“Evaluación gomets y telegrama”</b> (Ficha actividad 42)	20'
	<b>“Despedida y cierre”</b> (Ficha actividad 8)	2'

SESIÓN 7. SUPERAMOS RETOS – TABLA RESUMEN	
DURACIÓN	2 horas
OBJETIVOS	<p><b>Cognitivos</b></p> <p>1) Reflexionar sobre la importancia de ajustar las expectativas en torno a las limitaciones y cualidades personales.</p> <p>2) Conocer y desmitificar estereotipos negativos asociados a la etapa de la adolescencia. (I-2, I-3)</p> <p><b>Actitudinales</b></p> <p>3) Confiar a personas cercanas las preocupaciones personales.</p> <p><b>Procedimentales</b></p> <p>4) Trabajar contenidos dirigidos a mejorar el autoconocimiento y la autoestima.</p>
SECUENCIA	Preparación de la sala y los materiales — Bienvenida — Actividades principales — Actividades de distensión — Mini-yo — Evaluación — Recogida de espacios y materiales — Despedida y cierre.
ACTIVIDADES BIENVENIDA	“Saludo”
ACTIVIDADES PRINCIPALES	“Saltos” “Yo elijo” (I-1) “Debate sobre adolescencia” (I-2, I-3)
ACTIVIDADES DISTENSIÓN	“Perritos guía” (I-1)
MINI-YO	Mini-yo
EVALUACIÓN	“Evaluación gomets y alfombra mágica”
DESPEDIDA Y CIERRE	–Recogida de materiales –Cierre de la sesión con abrazo colectivo. –Despedida individual.
SUGERENCIAS	–Prevenir situaciones de frustración ante retos no superados. –Hablar sobre la importancia de confiar en personas de nuestra familia o adultos de confianza para resolver situaciones difíciles. –Abordar los conflictos de la adolescencia desde un prisma positivo.



## QUERIENDO SE ENTIENDE LA FAMILIA – TABLAS RESUMEN E ITINERARIOS

<b>SESIÓN 7. SUPERAMOS RETOS – ITINERARIOS</b>		
<b>Grupo</b>	<b>Itinerario</b>	<b>Duración</b>
<b>Pequeños y medianos (1-1)</b>	<b>“Saludo”</b> (Ficha actividad 45)	10’
	<b>“Yo elijo”</b> (Ficha actividad 46)	30’
	<b>“Perritos guía”</b> (Ficha actividad 47)	20’
	<b>“Saltos”</b> (Ficha actividad 48)	30’
	<b>“Mini-yo”</b> (Ficha actividad 6)	20’
	<b>“Evaluación gomets y alfombra mágica”</b> (Ficha actividad 49)	10’
	<b>“Despedida y cierre”</b> (Ficha actividad 8)	2’
<b>Preadolescentes y Adolescentes (1-2)</b>	<b>“Saludo”</b> (Ficha actividad 45)	10’
	<b>“Saltos”</b> (Ficha actividad 48)	30’
	<b>“Debate sobre adolescencia”</b> (Ficha actividad 50)	50’
	<b>“Mini-yo”</b> (Ficha actividad 6)	20’
	<b>“Evaluación gomets y alfombra mágica”</b> (Ficha actividad 49)	10’
	<b>“Despedida y cierre”</b> (Ficha actividad 8)	2’
<b>Adultos (1-3)</b>	<b>“Saludo”</b> (Ficha actividad 45)	10’
	<b>“Saltos”</b> (Ficha actividad 48)	20’
	<b>“Debate sobre adolescencia”</b> (Ficha actividad 50)	60’
	<b>“Mini-yo”</b> (Ficha actividad 6)	20’
	<b>“Evaluación gomets y alfombra mágica”</b> (Ficha actividad 49)	10’
	<b>“Despedida y cierre”</b> (Ficha actividad 8)	2’

<b>SESIÓN 8. PARTICIPAMOS – TABLA RESUMEN</b>	
DURACIÓN	2 horas
OBJETIVOS	<p><b>Cognitivos</b> 1) Poner en práctica los procesos psicológicos adecuados para llegar a consensos en familia.</p> <p><b>Actitudinales</b> 2) Disfrutar planificando una actividad en familia.</p> <p><b>Procedimentales</b> 3) Participar de forma activa en la toma de decisiones compartida.</p>
SECUENCIA	Preparación de la sala y los materiales — Bienvenida — Actividades principales — Actividades de distensión — Mini-yo — Evaluación — Recogida de espacios y materiales — Despedida y cierre.
ACTIVIDADES BIENVENIDA	“Saludo”
ACTIVIDADES PRINCIPALES	“Ideas de fiesta” “Preparación de fiesta” (Actividad compartida)
ACTIVIDADES DISTENSIÓN	“Dar la vuelta a la sábana”
MINI-YO	Mini-yo
EVALUACIÓN	“Evaluación gomets” “Juego de la Oca” (Evaluación final)
DESPEDIDA Y CIERRE	–Recogida de materiales –Cierre de la sesión con abrazo colectivo. –Despedida individual.
SUGERENCIAS	–Mostrar a los niños y las niñas la importancia de participar de las decisiones que les afecten, tanto en su vida familiar, como con sus amigos o en la escuela o el instituto. –Hacer recordatorio de todo lo aprendido hasta ahora.

QUERIENDO SE ENTIENDE LA FAMILIA – TABLAS RESUMEN E ITINERARIOS

SESIÓN 8. PARTICIPAMOS – ITINERARIOS		
Grupo	Itinerario	Duración
Pequeños y medianos (1-1)	<b>“Saludo”</b> (Ficha actividad 51)	5'
	<b>“Dar la vuelta a la sábana”</b> (Ficha actividad 52)	15'
	<b>“Juego de la oca” (Evaluación final)</b> (Ficha actividad 53)	40'
	<b>“Ideas de fiesta”</b> (Ficha actividad 54)	10'
	<b>“Preparación de fiesta”</b> (Ficha actividad 55)	20'
	<b>“Mini-yo”</b> (Ficha actividad 6)	20'
	<b>“Evaluación gomets y piernas sueltas”</b> (Ficha actividad 32)	10'
	<b>“Despedida y cierre”</b> (Ficha actividad 8)	2'
Preadolescentes y Adolescentes (1-2)	<b>“Saludo”</b> (Ficha actividad 51)	5'
	<b>“Dar la vuelta a la sábana”</b> (Ficha actividad 52)	15'
	<b>“Juego de la oca” (Evaluación final)</b> (Ficha actividad 53)	40'
	<b>“Ideas de fiesta”</b> (Ficha actividad 54)	10'
	<b>“Preparación de fiesta”</b> (Ficha actividad 55)	20'
	<b>“Mini-yo”</b> (Ficha actividad 6)	20'
	<b>“Evaluación gomets y piernas sueltas”</b> (Ficha actividad 32)	10'
	<b>“Despedida y cierre”</b> (Ficha actividad 8)	2'
Adultos (1-3)	<b>“Saludo”</b> (Ficha actividad 51)	5'
	<b>“Dar la vuelta a la sábana”</b> (Ficha actividad 52)	15'
	<b>“Juego de la oca” (Evaluación final)</b> (Ficha actividad 53)	40'
	<b>“Ideas de fiesta”</b> (Ficha actividad 54)	10'
	<b>“Preparación de fiesta”</b> (Ficha actividad 55)	20'
	<b>“Mini-yo”</b> (Ficha actividad 6)	20'
	<b>“Evaluación gomets y piernas sueltas”</b> (Ficha actividad 32)	10'
	<b>“Despedida y cierre”</b> (Ficha actividad 8)	2'

## GUÍA DE INTERVENCIÓN SOBRE PARENTALIDAD POSITIVA PARA PROFESIONALES

<b>SESIÓN 9. (ELEBRARNOS – TABLA RESUMEN)</b>	
DURACIÓN	2 horas
OBJETIVOS	<p><b>Cognitivos</b> 1) Entender que el trabajo cooperativo y las metas consensuadas en familia son muy beneficiosas para la convivencia.</p> <p><b>Actitudinales</b> 2) Expresar su grado de satisfacción con el proceso personal y familiar vivido en el taller.</p> <p><b>Procedimentales</b> 3) Participar en actividades que han sido planificadas y consensuadas en equipo.</p>
SECUENCIA	Preparación de la sala y los materiales — Bienvenida — Actividades principales — Actividades de distensión — Mini-yo — Evaluación — Recogida de espacios y materiales — Despedida y cierre.
ACTIVIDADES BIENVENIDA	“Saludo”
ACTIVIDADES PRINCIPALES	“Fiesta”
EVALUACIÓN	“Recogiendo la cosecha”
DESPEDIDA Y CIERRE	–Recogida de materiales –Cierre de la sesión con abrazo colectivo.
SUGERENCIAS	–Mantener el ambiente lúdico durante toda la sesión, prestar atención a todas las familias y participar en todas las actividades. –Mostrar agradecimiento por su asistencia al taller. –Realizar un pequeño refrigerio a mitad de la sesión para descansar.

<b>SESIÓN 9. (ELEBRARNOS – ITINERARIOS)</b>		
Grupo	Itinerario	Duración
<b>Actividad conjunta (I-1; I-2; I-3)</b>	<b>“Saludo”</b> (Ficha actividad 56)	20'
	<b>“Fiesta”</b> (Ficha actividad 57)	70'
	<b>“Entrega de diplomas”</b> (Ficha actividad 58)	10'
	<b>“Recogiendo la cosecha”</b> (Ficha actividad 59)	20'
	<b>“Despedida y cierre”</b> (Ficha actividad 8)	5'





# 4. FICHAS DE ACTIVIDADES







<b>BIENVENIDA Y EVALUACIÓN INICIAL</b>			
<b>Itinerario:</b>	I-1, I-2, I-3	<b>Sesión:</b>	I
<b>Tiempo:</b> 10-20 minutos			

### Objetivos:

- Conocer los contenidos de las sesiones.
- Tener expectativas positivas y reales sobre el taller.
- Evaluar someramente el estado de los participantes respecto a diferentes áreas: expresividad del afecto (si es abierto o por el contrario, tienden a no manifestarlo externamente) y empatía (capacidad para ponerse en el lugar de otras personas, saber qué sienten o piensan dependiendo de las circunstancias).

### Recursos:

Música, equipo reproductor, pelota, lámina de presentación (Anexo 1) y láminas para la evaluación inicial 1ª parte (Anexo 2).

### Recomendaciones:

Para peques:

- Dar siempre un toque de sorpresa en los juegos para estimular su curiosidad y agradecer su asistencia.

Para adolescentes y adultos:

- Recibirles con motivación, entusiasmo y agradecer su asistencia.

### Desarrollo:

- Se presenta la persona facilitadora y explica de manera sencilla y cercana qué es lo que van a hacer durante estos 9 días, mediante la lámina de presentación. *Ejemplo: “Bienvenidos y bienvenidas al taller, mi nombre es “X” y vamos a pasar 9 días juntos, en los que vamos a jugar a un montón de actividades; vamos a aprender a comunicarnos mejor, a entender mejor a los demás, a jugar con nuestras familias, etc.”*
- La persona facilitadora pregunta a cada participante cómo ha sido su día de hoy, si han asistido a algún taller de este estilo, qué idea tienen sobre él, etc. Los adultos se presentarán uno a uno y contarán brevemente cuántos hijos tienen y qué edades tienen. Con los niños y las niñas más pequeños se harán preguntas más concretas para que se sientan cómodos y contrarrestar la timidez. *Ejemplo: ¿Has ido al cole? y ¿Qué tal ha ido?; ¿Quién te ha llevado?; ¿Has jugado hoy?; ¿A qué has jugado?; ¿Con quién?*
- Evaluación inicial: la persona facilitadora reparte las láminas de escenas cotidianas a cada participante. Lee en voz alta la pequeña introducción a cada viñeta y les pide que elijan el final que debe escoger el protagonista de la historia (en el caso de los peques) o el que ellos mismos escogerían si estuvieran en el lugar de los protagonistas de las historias (en el caso de los adolescentes y adultos).

### Anotaciones y observaciones de la persona facilitadora:



2			
<b>ME LLAMO/ME GUSTA, NOS LLAMAMOS/NOS GUSTA</b>			
<b>Itinerario:</b>	–	<b>Sesión:</b>	
<b>Tiempo:</b> 10–15 minutos			

### Objetivos:

- Conocer los nombres de los compañeros y el de la persona facilitadora.
- Saber qué tienen en común con cada integrante del grupo.

### Recursos:

Música, equipo reproductor, lápices y gomas.

### Desarrollo:

- La persona facilitadora muestra con un ejemplo lo que tendrá que hacer el grupo. Se dirige a un niño, le da la mano y le dice: “Buenas tardes, me llamo “X” ¿cómo te llamas tú? Me gusta “Y”, ¿qué te gusta a ti?”
- Se reparten lápices a la mitad del grupo y gomas a la otra mitad y se les pide que formen parejas de lápiz/goma. Cada pareja deberá repetir el ejemplo que ha indicado la persona facilitadora. Si el número de niños y niñas es impar, se formará un grupo de 3.
- A continuación, se les pide que cada uno presente su pareja al grupo, que le dará la bienvenida.
- Las parejas se juntarán con otras parejas y repetirán el mismo proceso, así hasta que todos los participantes conozcan los nombres de los demás y hablen de sus gustos entre ellos. *Ejemplo: 1º parejas; 2º grupos de 2 parejas, 3º grupos de 3, 4 parejas, etc. hasta que se forme un único grupo.*
- Se cierra la actividad preguntándoles cómo se han sentido conociendo y encontrando cosas en común con el resto del grupo.

**Anotaciones y observaciones de la persona facilitadora:**



3			
<b>NUESTRO ÁRBOL</b>			
<b>Itinerario:</b>	I-1, I-2, I-3	<b>Sesión:</b>	I
<b>Tiempo:</b> 20–30 minutos			

### Objetivos:

- Aportar sus expectativas y compromisos personales respecto al programa.
- Consensuar las normas de funcionamiento del grupo.

### Recursos:

Mural de papel kraft, una fruta, una hoja, una gota (Anexo 3) y un lápiz para cada participante, cinta adhesiva y tijeras.

*Preparación:*

*Cortar papel kraft para el tronco con una medida de 1,5x1 m.; recortar hojas de los árboles, los frutos y las gotas de lluvia. Preparar tantos como el número de participantes.*

### Recomendaciones:

- Contar una historia a modo de introducción sobre la importancia de los árboles en otras culturas como sitios de reunión y asamblea para las comunidades.
- Convertir este símbolo en un espacio de referencia para el grupo durante todo el taller. Se colgará en un lugar del aula donde se vea bien y se retirará y guardará en un lugar seguro cada vez que termine la sesión.
- La persona facilitadora guiará una reflexión sobre cómo reparar las normas cuando los participantes las incumplan, sin necesidad de entrar en actitudes punitivas.
- “Nuestro Árbol” merece respeto, pero es flexible y admite modificaciones de los pactos, siempre que el objetivo sea mejorar el clima de grupo y o la gestión del tiempo, los recursos, etc.

### **Desarrollo:**

- Se pide a los participantes que escriban o dibujen en su “fruta” lo que les gustaría que pasara durante el taller. Se levanta, lo pega en las ramas y explica su razón al grupo.
- Cada participante escribe o dibuja en su “gota” lo que va a aportar para conseguir sus expectativas. Se levanta, la pega en la base del tronco y explica su razón al grupo.
- Cada participante escribe o dibuja en su “hoja” las normas que considera necesarias para conseguir una buena armonía en el taller. Se levanta, la pega en las ramas y explica su razón al grupo.
- Entre todos los participantes habrán creado un árbol con sus frutos (expectativas), sus gotas de agua (aportaciones) y sus hojas (normas).
- Se cierra la actividad preguntándoles cómo se han sentido creando su “árbol de grupo”.

### **Anotaciones y observaciones de la persona facilitadora:**



4	
SOMOS FAMILIA	
Itinerario:	—  Sesión:
Tiempo: 20–30 minutos	

**Objetivos:**

- Hablar sobre las características identificativas de sus familias y conocer las del resto del grupo.

**Recursos:**

Folios DIN A4, mesas, sillas, rotuladores y pinturas para cada participante.

**Recomendaciones:**

- Presentar el juego como una expresión artística de cómo es su familia. Hacer hincapié en que lo importante no es la técnica del dibujo (si se dibuja mejor o peor), sino que sirva de apoyo para hablar de su familia al resto de los compañeros.
- Los niños y las niñas tendrán total libertad para usar formas y colores (con color, en blanco y negro, más pequeño más grande...).
- No confundir con la prueba de personalidad “el test de la familia”. La función de esta actividad es meramente lúdica.

### **Desarrollo:**

- Se pide a los participantes que hagan un dibujo sobre su familia. Cada uno dispondrá de una silla y una mesita para realizarlo.
- Cada participante describe al resto del grupo su dibujo y cuelga en la pared su retrato familiar.
- Todos los participantes pueden hacer preguntas sobre el relato.
- Se cierra la actividad preguntándoles cómo se han sentido presentando a su familia al grupo y se reflexiona sobre el papel que tiene cada uno dentro de ella y qué tiene de positivo formar parte de una familia.

### **Anotaciones y observaciones de la persona facilitadora:**





5			
<b>TENDEMOS LA ROPA</b>			
<b>Itinerario:</b>	I-1, I-2, I-3	<b>Sesión:</b>	I
<b>Tiempo:</b> 10–20 minutos			

### Objetivos:

- Disfrutar de un momento divertido y de distensión.
- Tener un mejor vocabulario emocional y reflexionar sobre cómo se sienten.

### Recursos:

10 folios DINA4 blancos y 10 morados, tarjetas de emociones (Anexo 4) y 80 pinzas.

#### *Preparación:*

*Dividir cada folio en dos y escribir en cada una de las mitades una característica personal o un sentimiento (se pueden aglutinar 2 ó 3 sinónimos en cada medio folio) siguiendo el ejemplo del Anexo 4; colgar una cuerda de tender (de unos 4 metros) en el sitio que consideremos más adecuado para realizar la actividad (la pizarra suele ser buena idea).*

### Recomendaciones:

- Hacer una breve exposición sobre las emociones, los sentimientos y las características personales, estableciendo diferencias entre ellas. Es necesario adaptar el lenguaje al público al que vaya dirigido. Las tarjetas se pueden usar en todas las sesiones que sean necesarias como apoyo para la identificación de emociones y sentimientos.

### Desarrollo:

- La persona facilitadora reúne al grupo alrededor de una mesa grande o varias pequeñas y ofrece una introducción sobre la tarea de tender la ropa. Pregunta a los participantes qué utilidad tiene, si les gusta hacerlo, quién se encarga en su hogar de ello, etc. Al hilo de esta exposición, comenta que las personas necesitamos “airear” también cómo nos sentimos, nuestras emociones.

## GUÍA DE INTERVENCIÓN SOBRE PARENTALIDAD POSITIVA PARA PROFESIONALES

- Se realiza una breve exposición sobre las emociones, los sentimientos y las características personales. A continuación se surge una breve introducción al tema:
  - Las emociones son respuestas automáticas que expresan cómo nos sentimos ante determinadas situaciones. Las emociones básicas son: miedo, sorpresa, aversión, alegría, ira, tristeza, amor y vergüenza. A veces son intensas y producen cambios en nuestra fisiología que no podemos controlar (*late fuerte el corazón, provoca el llanto, pone la piel de gallina, rubor en la cara, etc.*), en nuestra expresión facial y gestos (*ira = se arruga la frente, brazos cruzados; alegría = cara relajada, sonrisa, etc.*). Tienen una duración relativamente corta, mientras que los sentimientos permanecen más tiempo. Los sentimientos son las interpretaciones que damos a las emociones, es decir, el significado que cada uno le da o la etiqueta que le atribuye: sentimiento de placer, satisfacción, tranquilidad, decepción, libertad, etc.
  - Las emociones y los sentimientos influyen en nuestra forma de comportarnos; mientras que las características personales se relacionan con nuestra forma de ser o nuestro temperamento. *Ejemplo: generalmente soy una persona tímida, o una persona alegre, etc.*
- Se distribuyen por encima de la mesa los folios. Los folios morados representan las emociones y sentimientos y los folios blancos, las características personales.
- De uno en uno irán escogiendo una emoción y una característica al azar y las colgarán en la cuerda. Si es necesario, con la ayuda de la persona facilitadora explicarán al grupo lo que significa y si alguna vez se han sentido de esa manera; así hasta que todas las emociones y características estén colgadas.
- Una vez terminada la “colada”, de nuevo de uno en uno escogerán la característica personal que más les representa y la emoción o sentimiento que más veces sienten a lo largo del día. Se la colgarán de la camiseta con pinzas y explicarán al resto del grupo su significado.
- Cerraremos la actividad preguntándoles si han aprendido nuevo vocabulario y si han descubierto nuevas emociones.

### **Anotaciones y observaciones de la persona facilitadora:**



6			
<b>MINI-yo</b>			
<b>Itinerario:</b>	I-1, I-2, I-3	<b>Sesión:</b>	I
<b>Tiempo:</b> 10–20 minutos			

### Objetivos:

- Reflexionar desde el plano artístico-simbólico acerca de la influencia que tienen las actuaciones individuales (positivas y negativas) sobre los demás, el entorno y sobre sí mismos.

### Recursos:

Plastilina de colores (450 gr/per), muñecos de alambre (1/per) y proceso de construcción del Mini-yo (Anexo 5).

*Preparación:*

*Preparar los muñecos de alambre de antemano (uno por cada participante) siguiendo el proceso del Anexo 5 y 450 gr de plastilina de colores para cada participante.*

### Recomendaciones:

- El orden de creación del Mini-yo en las sesiones es el siguiente: 1ª y 2ª sesión cara/cabeza, 3ª y 4ª sesión brazo/manos, 6ª y 7ª sesión pies/piernas y 8ª sesión cuerpo/ vestidos/decoración.
- Llevar muñecos de sobra y permitir absoluta libertad para usar colores, formas y tamaños y distribuir colores para la piel más oscuros y más claros.
- Guardar los Mini-yo y los dibujos de “Somos Familia” (solo en el grupo de peques) en un sobre tamaño DIN A3 con su nombre.

### **Desarrollo:**

- Se explica que durante el taller cada uno va a crear un Mini-yo. Se trata de una representación de sí mismos en pequeño, o de un personaje imaginario que se irá construyendo y dotando de partes a medida que aprendan cosas nuevas en el taller: *“Hoy construiremos la cabeza con sus ojos, orejas, boca y nariz. Con la cabeza hacemos muchas cosas importantes. ¿Como qué?”*. Se promueve un diálogo con los participantes en torno al uso que le podemos dar a la cabeza, desde percibir con los sentidos (saborear, oír, ver), hasta realizar funciones más complejas como imaginar, soñar, memorizar, mostrar estados emocionales; decir cosas agradables a otros (como animar o halagar) y desagradables (gritar e insultar); hacer muecas; besar, etc.
- Se reparte y organiza la plastilina de manera que todo el grupo tenga acceso a porciones iguales.

### **Anotaciones y observaciones de la persona facilitadora:**



7			
<b>EVALUACIÓN GOMETS Y SEMÁFORO</b>			
<b>Itinerario:</b>	–	<b>Sesión:</b>	
<b>Tiempo:</b> 10–20 minutos			

### Objetivos:

- Expresar la opinión sobre la sesión, qué han aprendido y qué han sentido.
- Escuchar al resto del grupo.

### Recursos:

Folio DIN A3 dividido con una línea y las caritas, gomets de colores, rotulador, cinta adhesiva, globos de tres colores inflados para cada uno de ellos (rojo, verde y amarillo) y Modelo de anotaciones de evaluación continua (Anexo 6).

#### *Preparación:*

*En un folio DIN A3 pegar cinta adhesiva de color dividiéndolo en 2. En la parte superior pintar carita feliz, carita triste en la parte inferior, carita “si pero no” en la mitad. Inflar tres globos para cada participante (cada uno tendrá rojo, verde y naranja).*

### Recomendaciones:

- Ofrecer una breve explicación sobre el proceso de evaluación. Hacer hincapié en lo importante que es su opinión para mejorar las actividades.
- Recoger las valoraciones y comentarios sobre la sesión en el Modelo de anotaciones de evaluación continua (Anexo 6).

### Desarrollo:

- Se pide a los participantes que pongan su gomet por encima, por debajo o en la línea media según hayan disfrutado de la sesión en general y que expliquen al grupo el motivo. *Ejemplo: ¿Te ha gustado? Si/no/regular, ¿Qué es lo que más te ha gustado? ¿Y lo que menos?*
- Se reparte a cada integrante un globo rojo, amarillo y verde.
- Cuando la persona facilitadora diga las siguientes frases en voz alta, los participantes tendrán que levantar su globo rojo (si no está de acuerdo), verde (si está de acuerdo) o amarillo (no sabe).
- “He aprendido mucho”, “hay algunas cosas que no he entendido”, “me he sentido a gusto”, “me he aburrido”, “se me ha hecho largo”; “de todas las actividades, mi favorita fue... me llamo, me gusta/ nos llamamos, nos gusta; la de Nuestro Árbol; dibujar a la familia, tender la ropa, Mini-yo.”
- Cada integrante ante las afirmaciones levanta su globo rojo (no está de acuerdo), verde (está de acuerdo) o amarillo (no sabe).
- Se realiza una puesta en común.

### Anotaciones y observaciones de la persona facilitadora:



8			
<b>DESPEDIDA Y CIERRE</b>			
<b>Itinerario:</b>	I-1, I-2, I-3	<b>Sesión:</b>	I
<b>Tiempo:</b> 2-5 minutos			

### Objetivos:

- Despedirse afectuosamente de todos los participantes del taller.

### Desarrollo:

- Se organizan grupos para recoger los materiales entre todos. Se asignan los números “1, 2 ó 3” a cada participante para formar equipos, de manera que cada uno se encargue de recoger los materiales de las actividades, otro se encargue de colocar el mobiliario y otro de limpiar lo que se haya ensuciado, según las necesidades.
- Se plantea la tarea para casa tras cada sesión:
  - 1ª sesión: pensarán en una característica personal de cada miembro que conviva en el núcleo familiar que les guste (de su padre, su madre, su hermana, su hermano, abuelos, etc.) y una de ellos mismos.
  - 2ª sesión: expresarán a un miembro de su entorno familiar algo que le agrade de él o de ella durante la semana.
  - 3ª sesión: practicarán la petición de cambio en el hogar durante la semana.
  - 4ª sesión: se les pedirá que a lo largo de la semana estén atentos a una situación donde se produzca un desacuerdo: con los compañeros de trabajo; con los amigos a la hora de decidir un juego; con algún miembro de la familia, etc. En la siguiente sesión tendrán que describir al resto la situación: si se llegó o no a un acuerdo, y por qué.
  - 5ª sesión: participarán en la planificación de alguna actividad en familia durante la semana y la llevarán a cabo.
  - 6ª sesión: practicarán las habilidades adquiridas en el taller para resolver algún conflicto real producido esa semana en el hogar: elegir el programa de tv; hora de la comida; realizar las tareas escolares; o cualquier situación donde se produzca un conflicto de intereses.
  - 7ª sesión: Antes de recoger los materiales se promoverá una reflexión sobre el cumplimiento o no, de los retos propuestos en la actividad “Yo elijo”, ficha de actividad 46 (I-1).

## GUÍA DE INTERVENCIÓN SOBRE PARENTALIDAD POSITIVA PARA PROFESIONALES

- Abrazo colectivo. Todo el grupo, en círculo, se abraza por los hombros y poco a poco van cerrando el círculo hacia dentro consiguiendo tener contacto con casi todos participantes.
- La persona facilitadora se despide afectuosamente de cada uno de los participantes.

**Anotaciones y observaciones de la persona facilitadora:**





9			
<b>PRESENTACIÓN DEL GRUPO</b>			
<b>Itinerario:</b>	1-2, 1-3	<b>Sesión:</b>	1
<b>Tiempo:</b> 5-10 minutos			

**Objetivos:**

- Conocer los nombres de todos los integrantes del grupo.
- Conocer aspectos que tienen en común con otros miembros del grupo.

**Recursos:**

Música (preferiblemente tranquila) y equipo reproductor.

**Recomendaciones:**

- La persona facilitadora romperá el hielo poniendo un ejemplo. Si acuden parejas o amigos al taller se les pedirá que no se sitúen juntos en el círculo.

**Desarrollo:**

- Todo el grupo se pone de pie y en círculo.
- Cada integrante saludará a la persona de la izquierda y buscará aspectos en común. Si el número de personas es impar, participará la persona facilitadora.
- Cada pareja se unirá a otra y realizarán el mismo ejercicio (al principio habrá grupos de 1 pareja, luego de 2 parejas, de 3.). Así, hasta que se forme un único grupo otra vez y todos se conozcan.
- Se vuelven a colocar en círculo y presentarán al compañero o compañera de su izquierda al resto del grupo.

**Anotaciones y observaciones de la persona facilitadora:**



10			
<b>ESTOS SOMOS NOSOTROS</b>			
<b>Itinerario:</b>	1-2	<b>Sesión:</b>	1
<b>Tiempo:</b> 30–40 minutos			

### Objetivos:

- Reflexionar sobre los estereotipos que existen en nuestra sociedad (especialmente los de género) y de qué manera pueden afectar a la imagen que tienen de sí mismos y de los demás.

### Recursos:

Cámara de fotos digital o móvil nueva generación.

*Preparación:*

*Cámaras o móviles cargados, cables conectores, proyector y ordenador.*

### Recomendaciones:

- Asignar el rol de fotógrafo a una persona, o como función rotativa entre las personas que así lo deseen.
- Iniciar la reflexión o mini debate haciendo una breve explicación sobre qué son los estereotipos, qué función cumplen, sus consecuencias y cómo los medios de comunicación y las redes sociales actúan como canales de transmisión de los mismos.
- Compartir el enlace de la web **“De aquí no pasas”** de Save the Children para promover el uso seguro de Internet: <http://www.deaquinopasas.org/>

### **Desarrollo:**

- Se pide a cada participante que pose para el fotógrafo. Entre el fotógrafo y el resto del grupo le indicarán cómo colocarse para la foto.
- Se tomarán fotos de cada uno hasta que queden satisfechos.
- Se usará el ordenador o móviles para ver los resultados de cada uno y del grupo.
- La persona facilitadora fomentará la reflexión y la crítica en torno a los estereotipos que se reproducen consciente, e inconscientemente (si se siguen para agradar a los demás, porque es la norma y lo que hace la mayoría). Se dialogará sobre cómo las opiniones de otros respecto a la propia apariencia y forma de actuar afectan a la autoimagen de cada uno (qué sentimientos provocan); si se corresponde con su ideal individual y qué impacto tienen sobre su autoestima.

### **Anotaciones y observaciones de la persona facilitadora:**



<b>EVALUACIÓN GOMETS Y ME MOLA/NO ME MOLA</b>			
<b>Itinerario:</b>	1-2	<b>Sesión:</b>	1
<b>Tiempo:</b> 10–20 minutos			

### Objetivos:

- Expresar la opinión sobre la sesión, qué han aprendido y qué han sentido.
- Escuchar al resto del grupo.

### Recursos:

Folio DIN A3 dividido con una línea y las caritas, gomets de colores, rotulador, cinta adhesiva y globos de tres colores inflados para cada uno de ellos (rojo, verde y amarillo) y Modelo de anotaciones de evaluación continua (Anexo 6).

#### *Preparación:*

*En una lámina DIN A3 pegar cinta adhesiva de color dividiéndolo en 2. En la parte superior pintar carita feliz, carita triste en la parte inferior, carita “si pero no” en la mitad. Inflar tres globos para cada participante (cada uno tendrá rojo, verde y naranja).*

### Recomendaciones:

- Ofrecer una breve explicación sobre el proceso de evaluación. Hacer hincapié en lo importante que es su opinión para mejorar las actividades.
- Recoger las valoraciones y comentarios sobre la sesión en el Modelo de anotaciones de evaluación continua (Anexo 6).

### **Desarrollo:**

- Se pide a los participantes que pongan su gomet por encima, por debajo o en la línea media, según el grado en el que hayan disfrutado en la sesión de hoy y que cada uno explique al grupo el motivo. *Ejemplo: ¿Te ha gustado? Si no/regular, ¿Qué es lo que más te ha gustado?*
- A continuación, se les pide que escriban en la lámina una frase que describa lo que les “ha molado” (por encima de la línea media) y otra sobre lo que “no les ha molado” (por debajo de la línea media).
- Recoger las valoraciones de la sesión en Modelo de anotaciones de evaluación continua (Anexo 6).

### **Anotaciones y observaciones de la persona facilitadora:**



12			
<b>PRESENTACIÓN DEL TALLER</b>			
<b>Itinerario:</b>	1-3	<b>Sesión:</b>	1
<b>Tiempo:</b> 5-10 minutos			

**Objetivos:**

- Conocer la estructura y los contenidos del taller de adultos, peques y adolescentes.
- Expresar sus dudas acerca del mismo.

**Recursos:**

Música y equipo reproductor.

**Recomendaciones:**

- Disponer de antemano para los participantes del material de apoyo “Quien te quiere a ti: Guía para padres y madres. Cómo educar en positivo”<sup>15</sup> y “Consejos Prácticos sobre Parentalidad Positiva”<sup>16</sup>.

**Desarrollo:**

- Se describen brevemente los objetivos y actividades del taller y se entrega a cada participante el material de apoyo.
- Se resuelven las dudas que surjan entre los participantes.

<sup>15</sup> [http://www.savethechildren.es/docs/Ficheros/592/QuienTeQuiereAti\\_v3.pdf](http://www.savethechildren.es/docs/Ficheros/592/QuienTeQuiereAti_v3.pdf)

<sup>16</sup> <http://www.savethechildren.es/docs/Ficheros/522/consejos.pdf>

**Anotaciones y observaciones de la persona facilitadora:**





13			
<b>(LAVES DEL DESARROLLO EVOLUTIVO)</b>			
<b>Itinerario:</b>	1-3	<b>Sesión:</b>	1
<b>Tiempo:</b> 30–60 minutos			

### Objetivos:

- Conocer las características, las necesidades e intereses de los niños y las niñas en cada etapa de su desarrollo.

### Recursos:

Pizarra del aula o un mural de papel kraft para reflejar las ideas principales que queremos transmitir.

### Recomendaciones:

- Insistir en el importante papel que juegan los padres y las madres como guías, modelos y principales referentes afectivos.

### Desarrollo:

- La persona facilitadora hará una pequeña introducción sobre la importancia que tiene conocer el desarrollo característico de la infancia y la adolescencia para comprender los comportamientos y atender mejor las necesidades de sus hijos e hijas (consultar materiales de Save the Children sobre parentalidad positiva: “¿Quién te quiere a ti?”). Desde un clima de confianza, se promoverá un debate e intercambio de ideas sobre la vivencia subjetiva de la paternidad y la maternidad (estilos de crianza); sobre las inquietudes y alegrías que conlleva. El objetivo, además de ofrecer información sobre el desarrollo psicológico, emocional y físico de los niños y las niñas o la importancia de los lazos afectivos y cómo fortalecerlos, será crear desde el inicio del taller, un espacio para el apoyo y enriquecimiento mutuo entre los padres y las madres asistentes.
- Ronda de preguntas y debate.

**Anotaciones y observaciones de la persona facilitadora:**



14			
<b>EVALUACIÓN GOMETS Y CRUZAR LA CALLE</b>			
<b>Itinerario:</b>	1-3	<b>Sesión:</b>	1
<b>Tiempo:</b> 10–20 minutos			

### Objetivos:

- Expresar la opinión sobre la sesión, qué han aprendido y qué han sentido.
- Escuchar al resto del grupo.

### Recursos:

Folio DIN A3 dividido con una línea y las caritas, gomets de colores, rotulador, celo y Modelo de anotaciones de evaluación continua (Anexo 6).

### Recomendaciones:

- Realizar una breve introducción acerca de la evaluación y lo importante que es su opinión para mejorar y enriquecer la calidad de las sesiones.

### Desarrollo:

- Se pide a los participantes que pongan su gomets por encima, por debajo o en la línea según el grado en el que hayan disfrutado en la sesión de hoy y explique al grupo el motivo. *Ejemplo: ¿Te ha gustado? Si/no/regular, ¿Qué es lo que más te ha gustado?*
- Se pide que definan en una frase su impresión sobre la primera sesión y se les pide que la escriban en los lados del folio.
- Se reúne en círculo a los participantes y ante las afirmaciones de la persona facilitadora se moverán hacia un lateral del aula según: derecha/si, izquierda/no, centro/más o menos. *“Ahora entiendo un poco más el comportamiento de mi hijo o mi hija”; “la sesión me ha resultado larga”; “Indica la actividad que más te ha gustado y la que menos entre las siguientes: Nuestro árbol, la charla sobre desarrollo evolutivo, tendemos la ropa o Mini-yo” (se leen todas las actividades seguidas y luego una a una para que señalen sus preferencias).*

**Anotaciones y observaciones de la persona facilitadora:**



15			
<b>SALUDO Y EVALUACIÓN INICIAL SESIÓN 2</b>			
<b>Itinerario:</b>	I-1, I-2, I-3	<b>Sesión:</b>	2
<b>Tiempo:</b> 10–20 minutos			

### Objetivos:

- Motivar para empezar la sesión.

### Recursos:

Música, equipo reproductor, pelota, tarjetas de emociones (Anexo 4) y evaluación inicial 2ª sesión (Anexo 7).

### Recomendaciones:

- Recibir con entusiasmo al grupo.
- El objetivo de la evaluación será explorar el estilo de comunicación familiar (si se produce con asertividad o agresividad) cómo se produce la toma de decisiones en el hogar (dialogante o por el contrario impositiva, por alguna de las partes).

### Desarrollo:

Esta actividad se emplea en los tres grupos con ligeras variaciones.

- La persona facilitadora da la bienvenida, les reúne en círculo y les pregunta cómo ha sido el día de hoy. Al grupo de niños y niñas más pequeños se les pide que entre las tarjetas de emociones, seleccionen una que describa su estado de ánimo. Con el grupo de adolescentes y adultos, se les pide que nombren una canción que conecte con su estado de ánimo en ese momento.
- A continuación, se les pide que uno a uno hablen de la tarea que llevaron para casa (pensar en algo que les guste de cada uno de los miembros de su familia).
- Evaluación inicial: la persona facilitadora reparte las láminas de escenas cotidianas a cada participante. Lee en voz alta la pequeña introducción a cada viñeta y les pide que elijan el final que debe escoger el protagonista de la historia (en el caso de los pequeños) o el que ellos mismos escogerían si estuvieran en el lugar de los protagonistas de las historias (en el caso de los adolescentes y adultos).

**Anotaciones y observaciones de la persona facilitadora:**



16			
<b>SE ME VA LA PINZA</b>			
<b>Itinerario:</b>	I-1, I-2, I-3	<b>Sesión:</b>	2
<b>Tiempo:</b> 10–20 minutos			

### Objetivos:

- Disfrutar del juego.

### Recursos:

Música, equipo reproductor y 6 pinzas por cada participante.

### Recomendaciones:

- La persona facilitadora del grupo de niños y niñas, deberá estar atenta para prevenir posibles golpes y empujones. Es muy importante plantear el juego como un reto “conseguir muchas pinzas o deshacerse del mayor número posible” para no inspirar una actitud competitiva frente al juego, sino de diversión. Recordar los compromisos de respeto hacia los demás acordados en la actividad “Nuestro árbol”.

### Desarrollo:

- Se reúne el grupo en círculo y cada participante prende 6 pinzas en su ropa.
- Se explica que el reto consiste en mantener el mayor número de pinzas colgadas de su ropa, para ello tendrán que intentar conseguir más pinzas quitándoselas a otros compañeros.
- Se realiza el juego a la inversa. El reto consiste en lograr desprenderse del mayor número de pinzas posible.

**Anotaciones y observaciones de la persona facilitadora:**





17			
<b>ELOGIOS</b>			
<b>Itinerario:</b>	I-1, I-2, I-3	<b>Sesión:</b>	2
<b>Tiempo:</b> 10–20 minutos			

### Objetivos:

- Formular y recibir elogios por parte de otros compañeros.

### Recursos:

Pizarra.

### Recomendaciones:

- Realizar un ejemplo ante el grupo tras explicar la actividad.

### Desarrollo:

- Se escribe el siguiente mensaje en la pizarra: “De ti me gusta tu...”. La persona facilitadora explica a los participantes la importante función que tienen los cumplidos. Hacen sentir bien tanto a quien los recibe, como a quien los da, si estos son sinceros y sobre todo si son inesperados. Sin embargo, muchas veces por vergüenza o porque no estamos acostumbrados, no lo hacemos y las personas que apreciamos se pierden información muy valiosa. Cuando hacemos cumplidos a otros es necesario acompañarlo con gestos acordes al mensaje: mirar a los ojos a la persona con la que hablamos, sonreír, decirlo en un tono de voz adecuado, etc.
- En círculo, se pide a cada integrante que piense durante un minuto en algo que le guste de su compañero de la izquierda (si no le conoce a penas no tiene porqué ser muy elaborado). A continuación, se pide que uno a uno dirija el cumplido a esa persona poniéndole su mano sobre ella, así hasta que el grupo al completo haya dado y recibido un elogio.
- Al terminar la ronda de elogios se pregunta a los participantes cómo se han sentido, si han disfrutado o se han sentido incómodos y por qué.

**Anotaciones y observaciones de la persona facilitadora:**



18			
<b>TE DOY ME QUEDO</b>			
<b>Itinerario:</b>	Actividad compartida	<b>Sesión:</b>	2
<b>Tiempo:</b> 30–50 minutos			

### Objetivos:

- Reforzar su autoestima.
- Vencer la timidez a formular elogios hacia sus familiares.

### Recursos:

Pizarra.

### Recomendaciones:

- Pactar previamente la hora y el lugar del encuentro entre las personas facilitadoras. Antes de reunir a todos los participantes, pedir que cada uno piense en una cualidad que les guste de sí mismos.
- Explicar la actividad de una manera clara y sencilla junto con el mensaje escrito en la pizarra: “Te doy de mi... y me quedo de ti...”. Recordarles que la tarea que hicieron en casa les servirá de ayuda. Los cumplidos pueden referirse a cualidades (amabilidad, esfuerzo, simpatía, sensibilidad, etc.) y habilidades positivas (tocar un instrumento, cocinar, etc.).
- Estar atentos a situaciones donde afloren conflictos no solucionados que hayan podido producirse en el hogar. Si el contenido o la forma de expresar el elogio no es adecuada (se utiliza el sarcasmo, o se realiza con desgana, por ejemplo) la persona facilitadora intervendrá para reorientar el comentario y disminuir la tensión.

### Desarrollo:

- Se reúnen en el aula más grande disponible y se pide a los participantes que se sitúen en círculo y por familia.
- Una de las personas facilitadoras explica la actividad y expone un ejemplo ante el grupo: *Facilitador 1 a facilitador 2: “Te doy mi generosidad y me quedo tu paciencia”. Facilitador 2 a facilitador 3: “Te doy mi sentido del humor y me quedo tu creatividad”.*

## GUÍA DE INTERVENCIÓN SOBRE PARENTALIDAD POSITIVA PARA PROFESIONALES

- Cuando termine la ronda de elogios entre los participantes, se separan de nuevo los grupos y se lleva a cabo una breve reflexión guiada sobre cómo se han sentido en la actividad. *¿Es más fácil o más difícil hacer cumplidos a miembros de nuestra familia o a amigos y personas desconocidas? ¿Por qué?*

**Anotaciones y observaciones de la persona facilitadora:**



19			
<b>EVALUACIÓN GOMETS Y MANTELES</b>			
<b>Itinerario:</b>	I-1, I-2, I-3	<b>Sesión:</b>	2
<b>Tiempo:</b> 10–20 minutos			

### Objetivos:

- Expresar la opinión sobre la sesión, qué han aprendido y qué han sentido.
- Escuchar al resto del grupo.

### Recursos:

Folio DIN A3 dividido con una línea y las caritas; gomets de colores, rotuladores, cinta adhesiva, tres manteles con una frase escrita en cada uno que recoja ideas para evaluar la sesión y Modelos de anotaciones de evaluación continua (Anexo 6).

#### *Preparación:*

*Colgar en la pared los manteles, cada uno en un rincón del aula, a ser posible separados. Escribir en cada mantel frases orientativas: “Hoy me he sentido...”, “La relación con mis compañeros y compañeras ha sido...”, “La actividad con mi familia me parecido...”*

### Desarrollo:

- Se pide a los participantes que pongan su gomet por encima, por debajo o en la línea media según el grado en el que hayan disfrutado en la sesión de hoy y explique al grupo el motivo. *Ejemplo: ¿Te ha gustado? Si/no/regular, ¿Qué es lo que más te ha gustado? ¿Y lo que menos?*
- La persona facilitadora ofrece una breve introducción sobre el uso de los manteles en las casas en clave de humor (“es un trozo de tela o plástico en torno al que se reúne la familia; evita que se ensucie la mesa, ¿quién lo elige?, ¿a quién le toca recogerlo?, ¿qué aspecto tiene?, etc.”). Los participantes irán pasando por cada uno de los manteles para escribir lo que quieran en relación a las frases escritas.
- Recoger las valoraciones de la sesión en el Modelo de anotaciones de evaluación continua (Anexo 6).

**Anotaciones y observaciones de la persona facilitadora:**



20			
<b>SALUDO Y EVALUACIÓN INICIAL SESIÓN 3</b>			
<b>Itinerario:</b>	I-1, I-2, I-3	<b>Sesión:</b>	3
<b>Tiempo:</b> 10–20 minutos			

### Objetivos:

- Motivar para empezar la sesión.
- Obtener una idea general sobre el estilo de resolución de conflictos que se maneja en el ámbito familiar y las oportunidades de participación que se ofrecen a los niños y las niñas en cada hogar.

### Recursos:

Mesas, sillas para cada uno y evaluación inicial 3ª sesión (Anexo 8).

### Desarrollo:

- La persona facilitadora les da la bienvenida, les reúne en círculo y les pregunta cómo ha sido el día de hoy, mediante las siguientes preguntas: *¿Qué es lo más divertido que has hecho hoy? ¿Y lo más aburrido?*
- Una vez hayan respondido todos, se les pide que describan cómo ha ido la tarea para casa (emitir un cumplido a un miembro de la familia). El grupo, con la guía de la persona facilitadora, dará feedback a cada participante a partir de las situaciones que relate cada uno. Se dará la enhorabuena a todos por el esfuerzo dedicado a la tarea.
- Evaluación inicial: la persona facilitadora reparte las láminas de escenas cotidianas a cada participante. Lee en voz alta la pequeña introducción a cada viñeta y les pide que elijan el final que debe escoger el protagonista de la historia (en el caso de los peques) o el que ellos mismos escogerían si estuvieran en el lugar de los protagonistas de las historias (en el caso de los adolescentes y adultos).

**Anotaciones y observaciones de la persona facilitadora:**





21			
<b>MASAJE ANIMAL</b>			
<b>Itinerario:</b>	–	<b>Sesión:</b>	3
<b>Tiempo:</b> 10–20 minutos			

### Objetivos:

- Relajarse.
- Identificar sentimientos.

### Recomendaciones:

- La persona facilitadora participará en el juego con el grupo, ya que suele costarles romper la barrera del contacto físico. Independientemente del animal que elijan, lo importante es que asocien el sentimiento actual con un movimiento de manos acorde al mismo.

### Desarrollo:

- Sentados en círculo en el suelo se les pide que pongan las manos en los hombros del compañero de delante.
- De uno en uno tienen que elegir un animal que sea compatible con el sentimiento que tengan en ese momento. Todos masajean al compañero de delante emulando la forma en la que lo haría el animal. *Ejemplo: elefante (palmas abiertas), tranquilo (pisada profunda, lenta); gorila (puños cerrados), enfadado (paso rápido); hormiga (con las puntas de los dedos), contenta (pasitos rápidos, nerviosos); oso (puños cerrados), perezoso (con paso lento y profundo), ardilla (puntas de 3 dedos) nerviosa (con movimientos rápidos, de un sitio a otro) etc.*

**Anotaciones y observaciones de la persona facilitadora:**



22			
<b>PETICIÓN DE CAMBIO</b>			
<b>Itinerario:</b>	I-1, I-2, I-3	<b>Sesión:</b>	3
<b>Tiempo:</b> 20–50 minutos			

### Objetivos:

- Pedir un cambio de manera asertiva a otro integrante del grupo.
- Conocer e identificar las claves para realizar peticiones amables a los demás.

### Recursos:

Pizarra donde se escriban las claves de la comunicación asertiva, la escucha activa y la empatía.

### Recomendaciones:

- Explicar previamente cuáles son las herramientas más útiles para lograr una comunicación eficaz (escucha activa, asertividad, empatía) y qué significan.
- Realizar los ejemplos que sean necesarios, tanto en negativo como en positivo, para que tengan claro cómo influye un tipo de mensaje u otro en el receptor y cómo condiciona la comunicación. Usar los mensajes claves escritos en la pizarra.
- Incidir en la importancia de evitar personalizaciones. Las peticiones de cambio deben referirse a actos o conductas. Con el grupo de adolescentes y adultos, simular peticiones de cambio que les gustaría hacer en casa.

### Desarrollo:

- Se presentan las ideas esenciales para la comunicación eficaz escritas en la pizarra: *Mensajes yo (me siento...)/ Tono amable (nunca elevar la voz)/ Postura corporal: evitar posturas agresivas o defensivas (brazos cruzados, señalar con el dedo)/ No personalizar (evitar el uso de “eres” por “me molesta que hagas...”/ Pedir o proponer alternativas / Agradecer.*
- Sentados en círculo, la persona facilitadora pide de uno en uno que piensen o imaginen una situación en la que se hayan sentido molestos con alguien cercano (puede ser un familiar, amigo o participante del taller).

## GUÍA DE INTERVENCIÓN SOBRE PARENTALIDAD POSITIVA PARA PROFESIONALES

- Se les ofrece un ejemplo haciendo hincapié en que el mensaje debe referirse a las acciones, no a las características de las personas, por ejemplo: *“me molesta que Javier me interrumpa cuando hablo”*.
- La persona facilitadora plantea distintas cuestiones para entender los motivos de esa conducta: *¿Por qué Javier me interrumpe cuando hablo? no se ha dado cuenta; no piensa que eso te moleste tanto; quiere llevar la razón, etc.*
- A continuación, cada uno expresa a la persona situada a su derecha una petición de cambio de manera constructiva sobre la situación que han pensado (puede ser directa a esa persona o fingir que tiene delante a alguien concreto a quien le gustaría pedir un cambio de actitud).
- El grupo retroalimenta las peticiones de cambio de los demás y da consejos en positivo sobre cómo hacerlo mejor.
- La persona facilitadora guía la reflexión sobre los diferentes estilos de comunicación que se manejan en el día a día y la variedad de consecuencias que tienen sobre las relaciones.

### **Anotaciones y observaciones de la persona facilitadora:**



23			
<b>BAILANDO SOBRE EL PAPEL</b>			
<b>Itinerario:</b>	I-1, I-2, I-3	<b>Sesión:</b>	3
<b>Tiempo:</b> 10–20 minutos			

**Objetivos:**

- Motivar para empezar la sesión.
- Divertirse.

**Recursos:**

Música, equipo, hojas de periódico, lápices y gomas.

**Desarrollo:**

- La persona facilitadora reparte gomas a la mitad del grupo y lápices a la otra mitad. Se les pide que formen parejas lápiz/goma al azar.
- La facilitadora reparte dos hojas de periódico (una pieza) a cada pareja.
- Las parejas bailan sobre su hoja mientras la música suena. Cada vez que pare la música, tendrán que doblar sus hojas, quedando un espacio más pequeño a medida que avanza la actividad.
- Supera el reto la pareja que más aguante bailando dentro de su espacio, sin salirse del mismo.

**Anotaciones y observaciones de la persona facilitadora:**



24			
<b>EVALUACIÓN GOMETS Y TERMÓMETRO</b>			
<b>Itinerario:</b>	–	<b>Sesión:</b>	3
<b>Tiempo:</b> 10–20 minutos			

### Objetivos:

- Expresar la opinión sobre la sesión, qué han aprendido y qué han sentido.
- Escuchar al resto del grupo.

### Recursos:

Folio DIN A3 dividido con una línea y las caritas, gomets de colores, rotulador, cinta adhesiva, bolígrafos y folios con termómetros dibujados (tantos como participantes) y Modelo de anotaciones de evaluación continua (Anexo 6).

*Preparación:*

*En un folio DIN A3 pegar cinta adhesiva de color dividiéndolo en 2, en la parte superior pintar carita feliz, carita triste en la parte inferior, carita “sí pero no” en la mitad.*

### Desarrollo:

- Se pide a los participantes que pongan su gomet por encima, por debajo o en la línea media según el grado en el que hayan disfrutado en la sesión de hoy y explique al grupo el motivo. *Ejemplo: ¿Te ha gustado? Si/no/regular, ¿Qué es lo que más te ha gustado? ¿Y lo que menos?*
- A continuación se reparten las hojas con los termómetros. La actividad consiste en escribir al lado de las marcas de temperatura 0°C, 25°C, 50°C, 75°C, 100°C, los nombres de las actividades según los siguientes criterios: “0° C: Me pareció aburrida o no me enteré de nada, ¡no quiero volver a repetirla!”, “25° C: No me gustó, pero tampoco es para tanto”, “50° C: no me acuerdo de la actividad o no estoy seguro si me gustó”, “75° C: si me gustó”, “100° C: si me gustó muchísimo y ¡quiero volver a repetirla!”.

## GUÍA DE INTERVENCIÓN SOBRE PARENTALIDAD POSITIVA PARA PROFESIONALES

- Se leen los nombres de las actividades realizadas: Evaluación inicial; masaje animal; petición de cambio; bailando sobre el papel y Mini-Yo.
- Recoger las valoraciones de la sesión en Modelo de anotaciones de evaluación continua (Anexo 6).

### **Anotaciones y observaciones de la persona facilitadora:**





25			
<b>Yo NUNCA</b>			
<b>Itinerario:</b>	1-2	<b>Sesión:</b>	3
<b>Tiempo:</b> 10–20 minutos			

### Objetivos:

- Ejercitar la creatividad.

### Recursos:

Sillas.

*Preparación:*

*Colocar en círculo el mismo número de sillas que de participantes menos uno. (Si son 12 integrantes, habrá 11 sillas).*

### Recomendaciones:

- Animar a los participantes a que sean creativos pero respetuosos con las afirmaciones.

### Desarrollo:

- Se pide a los participantes que se sienten en las sillas.
- Un voluntario se situará en el centro del círculo.
- El voluntario dirá en voz alta: “Yo nunca he... (puesto la lavadora/nadado con tiburones/ he conducido una moto/ he tenido perro)”.
- Los participantes que sí lo hayan hecho intercambiarán la silla con otro compañero. Los que no lo hayan hecho, permanecerán sentados.
- Continúa el juego con otro voluntario o voluntaria hasta que todos los participantes formulen un “Yo nunca...”

**Anotaciones y observaciones de la persona facilitadora:**



26			
<b>EVALUACIÓN GOMETS Y LAS 9 PALABRAS</b>			
<b>Itinerario:</b>	1-2, 1-3	<b>Sesión:</b>	3
<b>Tiempo:</b> 10–20 minutos			

### Objetivos:

- Expresar la opinión sobre la sesión, qué han aprendido y qué han sentido.
- Escuchar al resto del grupo.

### Recursos:

Folio DIN A3 dividido con una línea y las caritas, gomets de colores, rotulador, cinta adhesiva, folios, pizarra, lápices y Modelo de anotaciones de evaluación continua (Anexo 6).

*Preparación:*

*En un folio DIN A3 pegar cinta adhesiva de color dividiéndolo en 2, en la parte superior pintar carita feliz, carita triste en la parte inferior, carita "si pero no" en la mitad. Y en la pizarra se escriben las 9 palabras: techo, cuerdas, sombras, elefante, pero, sin, cometa y piedras.*

### Desarrollo:

- Se pide a los participantes que pongan su gomet por encima, por debajo o en la línea media, según el grado en el que hayan disfrutado de la sesión de hoy y explique al grupo el motivo. *Ejemplo: ¿Te ha gustado? Si/no/regular, ¿Qué es lo que más te ha gustado? ¿Y lo que menos?*
- La persona facilitadora explica la actividad: consiste en crear un relato por grupos sobre lo que han aprendido y cómo valoran la sesión, en el que deben aparecer las 9 palabras indicadas.
- Se divide el grupo en subgrupos de 3 personas mínimo.
- Cada grupo expresará a través del relato su valoración de la sesión de hoy.
- Recoger las valoraciones de la sesión en Modelo de anotaciones de evaluación continua (Anexo 6).

**Anotaciones y observaciones de la persona facilitadora:**



27			
<b>DEBATE SOBRE COMUNICACIÓN EFICAZ</b>			
<b>Itinerario:</b>	1-3	<b>Sesión:</b>	3
<b>Tiempo:</b> 30 minutos			

**Objetivos:**

- Conocer pautas claves para comunicarse de manera eficaz.

**Recursos:**

Pizarra.

**Desarrollo:**

- La persona facilitadora ofrece una exposición sobre la comunicación eficaz haciendo hincapié en aspectos esenciales: escucha activa; mensajes asertivos (mensajes yo); lenguaje corporal; tono que se usa al hablar y aquellos aspectos que interfieren en la comunicación.
- Se pide a los participantes que piensen ejemplos en los que consideran que falla la comunicación con sus hijos e hijas.
- Se escoge entre ellos varios ejemplos (a poder ser de diferentes edades) y se analizan los errores de comunicación más frecuentes, los cuales, generalmente, conducen a conflictos. Es importante hacer hincapié en la conveniencia de adaptar el lenguaje a la edad del hijo o la hija.

**Anotaciones y observaciones de la persona facilitadora:**



28			
SALUDO			
Itinerario:		Sesión:	4
<b>Tiempo:</b> 10–20 minutos			

**Objetivos:**

- Motivar para empezar la sesión.

**Recursos:**

Música y equipo reproductor.

**Recomendaciones:**

- Dar la bienvenida y atender a todo el grupo.

**Desarrollo:**

- La persona facilitadora da la bienvenida.
- Sentados en círculo cada uno expresa cómo ha sido el día de hoy a través de una postura corporal. *(La persona facilitadora puede hacer un ejemplo de brazos cruzados/ brazos abiertos, sentados/ en pie, ojos cerrados/ojos abiertos...).*
- Se pide que recuerden de manera breve lo que hicieron en la sesión anterior y a continuación, que expongan la tarea que llevaron para casa (practicar la petición de cambio). Uno a uno describe la situación en la cual se produjo la petición de cambio (contexto, objetivo de la petición, contenido del mensaje, reacción del interlocutor, etc.) y el resto del grupo ofrece feedback al respecto.

**Anotaciones y observaciones de la persona facilitadora:**





29			
<b>RASCA(IE)LOS</b>			
<b>Itinerario:</b>	–	<b>Sesión:</b>	4
<b>Tiempo:</b> 10–20 minutos			

**Objetivos:**

- Crear un ambiente de cooperación para lograr un objetivo.
- Divertirse.

**Recursos:**

Música, equipo y banco (posibilidad de pintarlo en el suelo con cinta aislante).

**Recomendaciones:**

- Dar intriga contándo que están en la azotea de un rascacielos y en el momento que se salgan de los límites de la cinta adhesiva se caerían al vacío.

**Desarrollo:**

- La persona dinamizadora invita al grupo a subir al rascacielos (se simula que suben todos en un gran montacargas hasta la azotea).
- Una vez arriba (sobre el banco o rascacielos) se les explica que tienen que ordenarse por edad sin caerse. Para lograr superar el reto, tienen que organizarse, cooperar, escucharse unos a otros y participar. Si no lo hacen de esta manera el juego no tendrá resultado y probablemente alguien se “caiga del rascacielos” (se caiga del banco o se salga de los límites trazados con la cinta aislante).
- Se puede repetir la actividad varias veces para observar la evolución.
- Se lleva a cabo una reflexión sobre el desempeño de la actividad: si ha habido una actitud de escucha adecuada, si alguien actuó de líder, acuerdos a los que llegaron, etc.

**Anotaciones y observaciones de la persona facilitadora:**



30			
<b>ROLE-PLAYING / TEATRO</b>			
<b>Itinerario:</b>	I-1, I-2, I-3	<b>Sesión:</b>	4
<b>Tiempo:</b> 20–50 minutos			

### Objetivos:

- Reflexionar sobre los obstáculos que les impiden llegar acuerdos con otros miembros de la familia.
- Conocer cómo aplicar pautas de la comunicación eficaz ante situaciones de conflicto.

### Recursos:

Música y equipo reproductor.

### Recomendaciones:

- De antemano escribir en papel kraft posibles situaciones para representar diferenciando las que van dirigidas a niños y niñas (hacer los deberes, discusiones entre hermanos, etc.), o a padres y madres (colaboración en las tareas de la casa, desacuerdo entre padres sobre pautas de disciplina, desacuerdo entre padres e hijos sobre horarios de salida, etc.).
- Motivar a los más pequeños mediante una introducción que les resulte emocionante. Por ejemplo, “*hoy nos convertiremos en actores y actrices*”.
- En la puesta en común, recordar a los participantes los puntos clave que han aprendido para comunicarse de manera eficaz: la importancia de expresar las opiniones y necesidades personales de manera clara y asertiva para evitar conflictos innecesarios; fijar de antemano normas claras y pactadas; hacer hincapié en que una negativa o mostrar una opinión diferente, no implica una retirada o pérdida del afecto de la otra persona, etc.

### **Desarrollo:**

- La persona facilitadora divide el grupo en subgrupos de 3 ó 4 personas. Dos harán de padre o madre, abuelo o abuela y otras dos de hijo e hija. Tendrán que representar una situación de las posibles escritas en el papel kraft, si bien pueden proponer ellos y ellas cualquier otra situación cotidiana que les motive.
- Los subgrupos eligen su tema a representar y ensayan con ayuda de la facilitadora durante 5 minutos, las posibles reacciones de los padres, madres, hijas, etc. Cada uno representará el rol que le haya tocado actuando y reaccionando tal y como si viviese en primera persona esa situación.
- Cada subgrupo representará su obra durante 10 minutos. Al final, el resto de participantes dará su opinión sobre el origen del conflicto, qué lo mantiene, lo empeora y propondrán soluciones y nuevas pautas de comportamiento o reforzarán aquellas que sean adecuadas.
- La persona facilitadora guía una reflexión donde puedan expresar cómo se han sentido, si han visto similitudes con su vida diaria y si han aprendido nuevas herramientas.

### **Anotaciones y observaciones de la persona facilitadora:**



31			
<b>¿QUIÉN CANTA MÁS?</b>			
<b>Itinerario:</b>	Actividad compartida	<b>Sesión:</b>	4
<b>Tiempo:</b> 20–40 minutos			

### Objetivos:

- Disfrutar en familia a través de una actividad de distensión.
- Generar mayor cohesión entre sí.

### Recursos:

Música, equipo reproductor, folios y bolígrafos para todo el grupo.

### Recomendaciones:

- Pactar previamente la hora y el lugar de encuentro con el equipo de personas facilitadoras y sus grupos.
- Generar un clima desenfadado y divertido (todos los grupos acaban de realizar un role playing bastante denso).

### Desarrollo:

- Se reúnen en el aula más grande y se pide a los participantes que se sitúen por familias, en un único círculo grande.
- Una de las personas facilitadoras explica la actividad: “*hoy vamos a realizar un concurso de canciones*”. Reparte un folio y un lápiz a cada familia.
- Tendrán 5 minutos para escribir 6 títulos de canciones que se sepan todos los miembros de la familia.
- Empezará la primera familia por orden alfabético cantando su primera canción. Si cualquier otra familia también la tiene en su lista, la cantan conjuntamente con ellos. La familia que más letra se sepa, habrá superado el reto.
- Empieza la siguiente familia por orden alfabético, así hasta que todas las familias hayan cantado sus canciones.

## GUÍA DE INTERVENCIÓN SOBRE PARENTALIDAD POSITIVA PARA PROFESIONALES

- Para cerrar la actividad se lleva a cabo una breve reflexión grupal sobre cómo se han sentido cantando junto a miembros de su familia, si lo habían hecho en otras ocasiones, si se sentían incómodos o si se han divertido.

**Anotaciones y observaciones de la persona facilitadora:**



32			
<b>EVALUACIÓN GOMETS Y PIERNAS SUELTAS</b>			
<b>Itinerario:</b>	I-1, I-2, I-3	<b>Sesión:</b>	4
<b>Tiempo:</b> 10–20 minutos			

### Objetivos:

- Expresar la opinión sobre la sesión, qué han aprendido y qué han sentido.
- Escuchar al resto del grupo.

### Recursos:

Folio DIN A3 dividido con una línea y las caritas, gomets de colores, rotulador, cinta adhesiva y Modelo de anotaciones de evaluación continua (Anexo 6).

*Preparación:*

*En un folio DIN A3 pegar cinta adhesiva de color dividiéndolo en 2, en la parte superior pintar carita feliz, carita triste en la parte inferior, carita "si pero no" en la mitad.*

### Desarrollo:

- Se pide a los participantes que pongan su gomet por encima, por debajo o en la línea media según el grado en el que hayan disfrutado en la sesión de hoy y explique al grupo el motivo. *Ejemplo: ¿Te ha gustado? Si/no/regular, ¿Qué es lo que más te ha gustado? ¿Y lo que menos?*
- Cada integrante tendrá que expresar con el movimiento de sus piernas cómo se lo ha pasado hoy en la sesión: corriendo (muy bien), trotando (regular) y estático (mal).
- Recoger las valoraciones de la sesión en Modelo de anotaciones de evaluación continua (Anexo 6).

**Anotaciones y observaciones de la persona facilitadora:**





33			
<b>PASAR POR EL HUECO DE LA PUERTA</b>			
<b>Itinerario:</b>	I-2, I-3	<b>Sesión:</b>	4
<b>Tiempo:</b> 20–30 minutos			

**Objetivos:**

- Llegar a acuerdos para solucionar un problema.
- Animar a otros compañeros a superar el reto.

**Recursos:**

Papel kraft con un agujero en medio donde quepa una persona, cinta aislante.

**Recomendaciones:**

- Para evitar posibles caídas, poner un hueco no muy alto, con un grado de dificultad medio.

**Desarrollo:**

- Se tapa la puerta del aula con papel kraft.
- De uno en uno, deberán pasar por el hueco sin romper el papel. Los compañeros deben estar pendientes unos de otros para echarse una mano en caso de que alguno no pueda pasar por el hueco sin estropear el papel.
- Habrán superado el reto cuando todo el equipo haya pasado por el hueco.
- Reflexionarán guiados por la persona facilitadora, sobre las estrategias que han usado para llegar a un acuerdo y la importancia del trabajo en equipo. Se promoverá el diálogo sobre situaciones donde han recibido u ofrecido ayuda a desconocidos, de manera desinteresada y cómo se han sentido.

**Anotaciones y observaciones de la persona facilitadora:**



34			
<b>SALUDO</b>			
<b>Itinerario:</b>	Actividad compartida	<b>Sesión:</b>	5
<b>Tiempo:</b> 10–20 minutos			

**Objetivos:**

- Motivar para empezar la sesión.

**Recursos:**

Música y equipo reproductor.

**Desarrollo:**

- La persona facilitadora les da la bienvenida, les reúne en círculo y les pregunta cómo ha sido el día de hoy.
- Se pide que varios voluntarios recuerden de manera breve lo que hicieron en la sesión anterior.
- Sentados en círculo se les pide que piensen en un momento bonito que hayan compartido hoy con su padre/madre o hijo/hija. A continuación se pide que cada uno lo comparta con los demás: *“Me ha dado un beso”, “Me ha hecho un bocadillo de nocilla”, “Me ha defendido”, “Me ha llevado al colegio”, “Me ha regalado una flor”, etc.*

**Anotaciones y observaciones de la persona facilitadora:**



35			
<b>TELA DE ARAÑA</b>			
<b>Itinerario:</b>	Actividad compartida	<b>Sesión:</b>	5
<b>Tiempo:</b> 10–20 minutos			

### Objetivos:

- Motivar para empezar la sesión.
- Divertir.

### Recursos:

Música y equipo reproductor.

### Recomendaciones:

- A modo de introducción contar cómo las arañas construyen telas para cazar, alimentarse y también de proteger a sus crías.

### Desarrollo:

- Se coloca todo el grupo en un círculo.
- Cierran los ojos y extienden los brazos hacia el frente. Una vez estén preparados buscan una mano con su mano derecha y otra mano con su mano izquierda. (Procurar que los brazos no estén muy altos para que los peques también lleguen).
- Cuando todo el grupo tenga sus dos manos enlazadas, abren los ojos y deben volver al círculo inicial sin soltarse unos de otros. (Habrá enredos imposibles de solucionar)

**Anotaciones y observaciones de la persona facilitadora:**



36			
<b>(REANDO UN PARAÍSO)</b>			
<b>Itinerario:</b>	Actividad compartida	<b>Sesión:</b>	5
<b>Tiempo:</b> 50–90 minutos			

### Objetivos:

- Ser más receptivos a los deseos de los demás.
- Llegar a acuerdos en familia.
- Practicar la escucha activa.
- Evidenciar que se pueden construir cosas positivas en familia.

### Recursos:

Música ambiente, equipo, proyector, cámara de fotos, telas de colores de 2x2 m (una para cada familia), 10 m de cuerda, lana, ceras de colores, tijeras (una por familia), pegamento (uno por familia), folios de colores, cartulinas de colores y otros materiales que se puedan aportar para hacer más real la actividad, como: toallas, gorras, mochilas, leña, gafas de buceo, manguitos, vestidos de fiesta, revistas, etc.

### Recomendaciones:

- Dejar claras las siguientes premisas: es un juego para divertirse y disfrutar. Cualquier paraíso es posible (playas/montañas/ un país en concreto/ museos/ discotecas, etc.)
- Deben participar y opinar todos, la “obra” final tiene que ser el resultado de una buena comunicación y los acuerdos a los que lleguen de manera democrática.
- Los materiales están disponibles para todos, pero pueden crear más con sus propias manos.
- Las personas facilitadoras del taller deben ayudar o intervenir en los momentos que sea preciso con las familias.

### **Desarrollo:**

- Una de las personas facilitadoras del taller presentará la actividad de una manera entusiasta, sencilla y con unas normas claras que todos entiendan. (Recordar las normas expresadas en la actividad de Nuestro árbol). Consiste en planificar un viaje en familia.
- Cada familia elige un lugar del aula donde organizarán su paraíso.
- Se sientan por familias en el lugar elegido y dialogan sobre qué le gustaría hacer a cada uno en vacaciones. Puede tratarse de un lugar real o imaginario. Entre todos tendrán que llegar a un acuerdo, teniendo en cuenta las opiniones de todos los miembros de la familia (deberán usar todas las herramientas de comunicación eficaz aprendidas hasta ahora).
- Se les pide que decoren ese espacio como si fuera su “paraíso” e imaginen que realmente están allí.
- Las personas facilitadoras hacen una foto a cada familia.
- Todo el grupo guiado por las personas facilitadoras, irá visitando los “paraísos” de los demás donde cada familia explicará porqué han decidido ese lugar, cómo se han puesto de acuerdo y cómo se lo han pasado.

### **Anotaciones y observaciones de la persona facilitadora:**





37			
<b>EVALUACIÓN GOMETS Y DIANA</b>			
<b>Itinerario:</b>	Actividad compartida	<b>Sesión:</b>	5
<b>Tiempo:</b> 10–30 minutos			

### Objetivos:

- Expresar la opinión sobre la sesión, qué han aprendido y qué han sentido.
- Escuchar al resto del grupo.

### Recursos:

Folio DIN A3 dividido con una línea y las caritas, gomets de colores, rotuladores, cinta adhesiva y post-it (1 por cada integrante).

*Preparación:*

*Pintar una diana con cinta adhesiva o con ceras en el suelo.*

### Recomendaciones:

- Sentar al grupo en círculo y pedirles que hagan tres respiraciones antes de empezar con la evaluación (vendrán bastante activos, especialmente los peques).

### Desarrollo:

- Se pide a los participantes que pongan su gomet por encima, por debajo o en la línea media, según el grado en el que hayan disfrutado en la sesión de hoy y explique al grupo el motivo. *Ejemplo: ¿Te ha gustado? Si/no/regular, ¿Qué es lo que más te ha gustado? ¿Y lo que menos?*
- Se dejan sobre una mesa varios post-it con los nombres de las actividades que han realizado hoy y se les pide que elijan la que más le haya gustado y la que menos.
- Cada participante colocará en la parte de la diana que considere los dos post-it, siendo el centro lo más positivo y los bordes lo más negativo.
- Recoger las valoraciones de la sesión en Modelo de anotaciones de evaluación continua (Anexo 6).

**Anotaciones y observaciones de la persona facilitadora:**



38			
SALUDO			
<b>Itinerario:</b>	I-1, I-2, I-3	<b>Sesión:</b>	6
<b>Tiempo:</b> 10–20 minutos			

**Objetivos:**

- Motivar para empezar la sesión.

**Recursos:**

Música y equipo reproductor.

**Recomendaciones:**

- Sentar al grupo en círculo y pedirles que hagan tres respiraciones antes de empezar con la evaluación (vendrán bastante activos, especialmente los peques).

**Desarrollo:**

- La persona facilitadora les da la bienvenida.
- Sentados en círculo cada uno expresa cómo ha sido el día de hoy a través de las Tarjetas de emociones Anexo 4 y emoticonos Anexo 9.
- Recuerdan de manera breve lo que hicieron en la sesión anterior y la tarea que llevaron para casa (participar en la organización de alguna actividad familiar). Describirán al resto del grupo cómo se llevó a cabo y el resto del grupo comentará qué se podría mejorar y qué se hizo bien.

**Anotaciones y observaciones de la persona facilitadora:**



39			
<b>RÍO DE PIRAÑAS</b>			
<b>Itinerario:</b>	I-1, I-2	<b>Sesión:</b>	6
<b>Tiempo:</b> 10–30 minutos			

### Objetivos:

- Crear un ambiente de cooperación para lograr un objetivo.
- Divertirse.

### Recursos:

Música, equipo, cinta aislante que simule las orillas del río, piedras para atravesar saltando el río y pirañas de papel (Anexo 10).

### Desarrollo:

- La persona facilitadora les introduce en la actividad contándoles que están de campamento en la montaña y que es necesaria la participación y disposición de todos para resolver el dilema de cruzar el río.
- Elegirán el material necesario para llevar al campamento en grupo (se puede utilizar el material disponible en clase, como mochilas, carpetas, etc., simulando que son objetos necesarios para la excursión).
- En orden y manteniendo el equilibrio irán transportando su material de una orilla a otra, saltando sobre las piedras, sin pisar las pirañas.
- Al finalizar se promueve la reflexión sobre cómo han llevado a cabo la actividad: escucha, acuerdos, orden, espera, etc.

**Anotaciones y observaciones de la persona facilitadora:**



40			
<b>CONTAMOS UN CUENTO</b>			
<b>Itinerario:</b>	–	<b>Sesión:</b>	6
<b>Tiempo:</b> 20–50 minutos			

### Objetivos:

- Colaborar y cooperar para resolver una situación indefinida.
- Expresar su creatividad.

### Recursos:

Música, equipo reproductor, cuentos impresos en papel, lápices y gomas.

Recursos recomendados para la preparación de la actividad:

- Rodari, Gianni (1984): Gramática de la fantasía. Ed. Argos.
- Rodari, Gianni (1990): Cuentos para jugar. Ed. Alfaguara.

### Recomendaciones:

- La persona facilitadora podría representar un papel de “abuela o abuelo cuentacuentos”, para darle mayor interés.
- Se pueden usar historias propias relacionadas directamente con los contenidos del taller o acudir a materiales disponibles como los que aparecen en la bibliografía recomendada.

### Desarrollo:

- La persona facilitadora reúne al grupo en círculo y ofrece una breve introducción sobre el mundo de los cuentos (hay cuentos abiertos, cerrados, de aventura, de juego, de familias...). Explica la actividad: “tenemos varios cuentos escritos a los que les falta el final así que vamos a terminarlos”.
- Se organiza a los participantes en grupos de 3 o 4 personas donde habrá un “secretario” para apuntar las ideas o el final que se decida.
- Se lee el primer relato. Cada grupo debe buscar un final adecuado.

## GUÍA DE INTERVENCIÓN SOBRE PARENTALIDAD POSITIVA PARA PROFESIONALES

- La persona facilitadora recuerda que es necesario poner en práctica las habilidades de comunicación eficaz (escucha, respeto por puntos de vista diferentes, asertividad, aceptación de la negativa, etc.) para llegar a un final para el cuento entre todos.
- Cada grupo expone el final que han definido para el cuento inacabado. Realizarán la actividad con varios cuentos si queda tiempo disponible.

**Anotaciones y observaciones de la persona facilitadora:**





41			
<b>SILLAS COOPERATIVAS</b>			
<b>Itinerario:</b>	I-1, I-2, I-3	<b>Sesión:</b>	6
<b>Tiempo:</b> 10–30 minutos			

**Objetivos:**

- Crear un ambiente de cooperación e inclusión para lograr un objetivo.

**Recursos:**

Música, equipo y sillas.

**Recomendaciones:**

- Incidir en la importancia de ayudarse unos a otros para superar el reto.
- Prestar atención para prevenir posibles enfados o sentimientos de frustración ante la pérdida del juego con los más pequeños.

**Desarrollo:**

- La persona facilitadora colocará al grupo en círculo alrededor de las sillas. Habrá una silla menos que el total de participantes.
- Al escuchar la música, todos empezarán a girar alrededor de las sillas. En el momento que se para la música, todos tienen que subirse encima de una silla. Es una actividad grupal, nadie puede quedarse en el suelo.
- El juego continúa, esta vez con una silla menos, todos los integrantes tienen que subirse encima de las sillas.
- Así hasta que sea imposible que el grupo permanezca en 3, 4 ó 5 sillas.
- Se lleva a cabo una reflexión sobre cómo han organizado la actividad: escucha, acuerdos, orden, si se han ayudado o han priorizado el subirse antes que los demás, etc.

**Anotaciones y observaciones de la persona facilitadora:**



42			
<b>EVALUACIÓN GOMETS Y TELEGRAMA</b>			
<b>Itinerario:</b>	I-1, I-2, I-3	<b>Sesión:</b>	6
<b>Tiempo:</b> 10–20 minutos			

### Objetivos:

- Expresar la opinión sobre la sesión, qué han aprendido y qué han sentido.
- Escuchar al resto del grupo.

### Recursos:

Folio DIN A3 dividido con una línea y las caritas, gomets de colores, rotulador, cinta adhesiva, 1 folio, lápices, pizarra y Modelo de anotaciones de evaluación continua (Anexo 6).

*Preparación:*

*En un folio DIN A3 pegar cinta adhesiva de color dividiéndolo en 2, en la parte superior pintar carita feliz, carita triste en la parte inferior, carita "si pero no" en la mitad.*

*Dibujar en un folio "fecha, lugar, dirigido a..." dejando un espacio grande después de la frase "yo repetiría de la sesión de hoy..."*

*Para peques: en lugar de usar un folio, dibujar el telegrama en la pizarra, más visual y práctico para ellos.*

### Desarrollo:

- Se pide a los participantes que pongan su gomet por encima, por debajo o en la línea media, según el grado en el que hayan disfrutado en la sesión de hoy y explique al grupo el motivo. *Ejemplo: ¿Te ha gustado? Si no/regular, ¿Qué es lo que más te ha gustado? ¿Y lo que menos?*
- Sentados en círculo, la persona facilitadora explica que deben elegir la actividad que más les haya gustado y comunicarlo mediante un telegrama.
- Los participantes deben pasar el telegrama a la persona de su izquierda, una vez hayan escrito su mensaje, hasta que todo el grupo haya escrito en el folio.
- Recoger las valoraciones de la sesión en el Modelo de anotaciones de evaluación continua (Anexo 6).

**Anotaciones y observaciones de la persona facilitadora:**



43			
<b>CAJA DE BOMBONES</b>			
<b>Itinerario:</b>	1-2	<b>Sesión:</b>	6
<b>Tiempo:</b> 20–40 minutos			

### Objetivos:

- Comprender y aceptar la importancia del conflicto como parte del desarrollo personal.
- Reflexionar sobre la importancia de los límites y el respeto en las relaciones intrafamiliares.
- Practicar fórmulas asertivas para responder ante los conflictos.

### Recursos:

Caja (de bombones, de comida, de zapatos...), pizarra, trozos de papel como envoltorios y bolígrafo. Para el relleno se puede utilizar más papel o un caramelo.

#### *Preparación:*

*Escribir en los trozos de papel situaciones cotidianas que puedan generar conflictos en el entorno familiar. Ejemplos: “Mi hermano está viendo la tele y yo quiero cambiar el canal...”; “Mi padre me pide que haga los deberes, pero yo tengo que irme ya porque he quedado con una amiga”; “Mi abuelo no quiere que me ponga pendientes”; “Mi madre está muy enfadada. Me ha dicho que vuelva a las 10 y he llegado a las 11 porque un amigo ha sufrido un percance”; “Cuando llego a casa mi abuela piensa que he estado fumando y no es verdad, pero no me cree”; “Mi padre quiere que me dedique al negocio familiar cuando acabe el instituto y yo quiero tener otra profesión”; “Mi mejor amigo ha dejado de hablarme de repente, he intentado averiguar qué le pasa, pero no hay manera”; “Me he enterado por gente de la clase que mi amiga está diciendo cosas terribles sobre mí”; “Durante un examen, el profesor me quita el folio porque cree que estoy copiando”. Escribir en la pizarra las pautas claves para la resolución de conflictos (ver ficha 44).*

### **Desarrollo:**

- La persona facilitadora les explica la actividad: *“Tenemos una caja de bombones (o caramelos). Cada uno puede tomar uno, pero antes tendrá que solucionar la situación que haya escrita en el envoltorio”*.
- De uno en uno irán cogiendo un “bombón”. Tienen que leer la situación que se plantea e intentar resolverla en voz alta poniéndose en el lugar del protagonista.
- El grupo y la persona facilitadora retroalimentan las soluciones que se proponen de acuerdo a la meta a la que se quiere llegar y poniendo en práctica las habilidades trabajadas en sesiones anteriores.
- Reflexionarán guiados por la persona facilitadora, sobre cómo influye la motivación, las actitudes para resolver los conflictos; las estrategias más difíciles para llegar a una solución equilibrada o justa, el coste que tienen, etc.

### **Anotaciones y observaciones de la persona facilitadora:**



44			
<b>DEBATE RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS</b>			
<b>Itinerario:</b>	1-3	<b>Sesión:</b>	6
<b>Tiempo:</b> 30–60 minutos			

### Objetivos:

- Conocer y comprender las necesidades de los hijos e hijas e interiorizar las habilidades de comunicación eficaz.

### Recursos:

Mural de papel kraft o pizarra donde se recojan las claves imprescindibles para resolver un conflicto: *Cálmate primero / Identifica las emociones / Reflexiona sobre tus necesidades y pon tus ideas en claro / Usa mensajes YO / Toma la iniciativa / Practica la escucha activa / Reconoce tus errores / Busca soluciones / Maneja la frustración.*

### Recomendaciones:

- Conducir el debate al hilo de los contenidos expuestos en las fichas de actividades 13 (Desarrollo evolutivo) y 27 (Debate sobre comunicación eficaz).

### Desarrollo:

- Se ofrece una ponencia sobre el origen de los conflictos, tipos, procesos psicológicos que subyacen al conflicto y consejos para abordar un conflicto de manera pacífica:
  - a) Cálmate primero. No te enfrentes a un conflicto si estás muy enfadado.
  - b) Identifica las emociones que despierta en ti el conflicto, qué ideas las refuerzan (“*está haciéndome daño a posta*”; “*me está retando*”; “*ve que estoy muy mal y no le importa nada*”; “*no me quiere, no me respeta*”, etc.). Normalmente, estas ideas son erróneas o exageradas.
  - c) Reflexiona sobre tus necesidades y pon tus ideas en claro: *¿Cuál es el origen real del problema? (por ejemplo: no recoge su habitación) ¿Qué quiero conseguir? (que lo haga sin que yo se lo pida).*

## GUÍA DE INTERVENCIÓN SOBRE PARENTALIDAD POSITIVA PARA PROFESIONALES

- d) Piensa cómo expresar tu punto de vista sin usar la ironía y sin atacar al otro. Usar mensajes YO. Expresa cómo te sientes, sin dramatizar o culpabilizar al otro.
  - e) Cuando las personas involucradas en el problema no se dirijan la palabra, toma la iniciativa, no esperes a que los demás acudan a ti para iniciar un acercamiento (espera a que la otra persona esté en un nivel de excitación moderado o bajo, no intentes hablar si la notas alterada).
  - f) Practica la escucha activa. Esfuérzate en comprender la postura del otro para saber por qué ha actuado así, qué piensa y siente. Muchas veces damos por hecho que la otra persona es indiferente o no sufre por el problema, cuando no es así. Esto se debe a que cada uno posee una manera particular de expresar las emociones o de ver el problema, y porque normalmente solo prestamos atención a nuestro pesar.
  - g) Reconoce tus errores. Es la mejor muestra de honestidad y supone un modelo muy útil para tu hijo o hija.
  - h) Busca soluciones justas para todas las partes. Buscar un culpable nos aleja de la solución.
  - i) Maneja la frustración, habrá muchas cosas de las que escuches que no te gustarán. Puedes aplicar alguna técnica de distracción o relajación que contrarreste la tensión cuando tu interlocutor dirija ataques injustos hacia ti.
- Se abre una ronda de preguntas y se fomenta el debate en torno a los conflictos más habituales con los hijos e hijas.

### **Anotaciones y observaciones de la persona facilitadora:**



## QUERRIENDO SE ENTIENDE LA FAMILIA – FICHAS DE ACTIVIDAD



45			
SALUDO			
<b>Itinerario:</b>	I-1, I-2, I-3	<b>Sesión:</b>	7
<b>Tiempo:</b> 10–20 minutos			

### Objetivos:

- Motivar para empezar la sesión.

### Recursos:

Música y equipo reproductor.

### Desarrollo:

- La persona facilitadora les da la bienvenida.
- Se pide a los participantes que se sienten en círculo. Cada uno tiene que pensar en un miembro de su familia al que admiren y contar al resto por qué.
- Se les pide que de manera breve recuerden qué hicieron en la sesión anterior y expongan uno a uno la tarea que llevaron para casa (aplicar las habilidades trabajadas en el taller para la resolución de conflictos en casa o en el colegio durante la semana).
- El resto del grupo, con la orientación de la persona facilitadora dará feedback a cada participante. Se le felicitará por lo que ha hecho bien y se animará a mejorar en los aspectos que no logró alcanzar.

**Anotaciones y observaciones de la persona facilitadora:**



46			
Yo ELIJO			
<b>Itinerario:</b>	–	<b>Sesión:</b>	7
<b>Tiempo:</b> 20–40 minutos			

### Objetivos:

- Poner a prueba su autocontrol.
- Reflexionar acerca de sus limitaciones y posibilidades.

### Recursos:

Folios rojos, amarillos y verdes.

#### *Preparación:*

*Recortar cada folio en 6 partes. En los folios rojos, escribir retos más difíciles; en los amarillos, retos no muy difíciles; y en los verdes, retos bastante fáciles.*

*Retos rojos: “mantenerse a la pata coja durante toda la sesión”, “no enfadarse”, “no gritar”, “no usar palabrotas durante toda la sesión”, “dar un salto cada vez que la persona facilitadora diga la palabra reto”, “planificar y dirigir la recogida de materiales al finalizar la sesión”, etc.*

*Retos amarillos: “ir a por agua cada vez que cualquier compañero o compañera tenga sed durante la actividad”, “ayudar a un compañero a cumplir su reto”, “atar los cordones de las zapatillas cuando un compañero lo necesite”, “contar hasta 50 del revés”, etc.*

*Retos verdes: “reírse cuando se lo está pasando bien”, “dar las gracias cuando le digan algo bonito”, “ayudar a la persona facilitadora a leer los retos de los demás”, “dar 10 vueltas sobre sí mismo cada vez que alguien tosa” etc.*

### Recomendaciones:

- Realizar una introducción que les intrigue y motive sobre el reto que van a elegir y afrontar.
- Recordar que no siempre conseguimos todo lo que nos proponemos.

## GUÍA DE INTERVENCIÓN SOBRE PARENTALIDAD POSITIVA PARA PROFESIONALES

- Recordar que hay que elegir el reto en función de cómo se sientan hoy: cansados, enérgicos, contentos, tristes...

### **Desarrollo:**

- La persona facilitadora colocará al grupo en círculo y explica la actividad: consiste en escoger un reto y cumplirlo durante toda la sesión. Los retos son rojos (muy difíciles), amarillos (regular) y verdes (fáciles); ellos deberán escoger la dificultad en función de su estado anímico, motivación, y principalmente deberán tener en cuenta sus posibilidades y limitaciones.
- La persona facilitadora hace 3 montones de retos (rojos, amarillos y verdes) y los coloca en el centro del círculo. Quien supere el reto rojo, el más difícil, se llevará un aplauso y una "ola" de sus compañeros al final de la sesión.
- Cada participante se levantará, escogerá un reto (rojo, amarillo o verde) y se lo pasará a la persona facilitadora para que lo lea en voz alta.
- Una vez leído el reto, cada participante se compromete a cumplirlo durante la sesión.
- Al final de la sesión (ver ficha de actividad 8) se promueve la reflexión, guiados por la persona facilitadora, sobre la importancia de conocer y aceptar las limitaciones y capacidades, ya que, a veces las personas se plantean retos muy difíciles de lograr y en cambio, otras, subestiman sus habilidades personales (cuando con perseverancia se pueden alcanzar).

### **Anotaciones y observaciones de la persona facilitadora:**



47			
<b>PERRITOS GUÍA</b>			
<b>Itinerario:</b>	–	<b>Sesión:</b>	7
<b>Tiempo:</b> 20–30 minutos			

### Objetivos:

- Reflexionar sobre la importancia de colaborar con los demás.
- Aprender a confiar en otra persona para dejarse ayudar.

### Recursos:

Aula despejada, vendas y tiza o cinta adhesiva.

*Preparación:*

*Pintar con tiza o cinta adhesiva un camino en el suelo con cierto nivel de dificultad, con algún obstáculo.*

### Recomendaciones:

- Estar pendientes para evitar posibles golpes.
- Incidir en la importancia de apoyarse y confiar en otras personas en situaciones difíciles, especialmente enfocado en la familia.

### Desarrollo:

- La persona facilitadora dividirá al grupo en parejas.
- Se les explica la actividad: uno de los miembros de la pareja debe cubrirse los ojos con la venda y con su mano apoyada en el hombro del otro, “perrito guía”, debe dejarse guiar por las instrucciones que le da su compañero para llegar al final del camino.
- Por parejas, repetirán el juego con los roles cambiados.
- Se lleva a cabo una reflexión grupal guiada por la persona facilitadora sobre cómo se han sentido, si han confiado, si han sentido temor a caerse, etc.

**Anotaciones y observaciones de la persona facilitadora:**



48			
SALTOS			
<b>Itinerario:</b>	I-1, I-2, I-3	<b>Sesión:</b>	7
<b>Tiempo:</b> 20–30 minutos			

### Objetivos:

- Evaluar mejor sus capacidades y expectativas.

### Recursos:

Cinta aislante de colores.

### Recomendaciones:

- Insistir en que el objetivo de esta actividad no es comprobar quién hace la mayor marca, sino ser conscientes de las expectativas que se marcan a sí mismos; si son realistas o distorsionadas y cómo influye este proceso psicológico en su capacidad de autosuperación personal.

### Desarrollo:

- Se reúne al grupo en círculo y se les explica que la actividad consiste en realizar saltos de longitud.
- Se colocan en fila. Cada integrante indica a la persona facilitadora la marca a la que estima que va a llegar de un salto y se señala con tiza en el suelo.
- Tras el salto se señala en el suelo con cinta aislante de colores la marca real de cada uno.
- Cada participante observará y comentará con el grupo si sus expectativas se han ajustado a la realidad.
- La persona facilitadora conduce una reflexión grupal sobre la importancia de plantear metas y enfrentarse a retos para aumentar el bienestar personal. Se abordará cómo el nivel de autoconfianza y expectativas personales; y por otro lado, el miedo al fracaso, o la perseverancia influyen a la hora de marcar objetivos personales.

**Anotaciones y observaciones de la persona facilitadora:**





49			
<b>EVALUACIÓN GOMETS Y ALFOMBRA MÁGICA</b>			
<b>Itinerario:</b>	I-1, I-2, I-3	<b>Sesión:</b>	7
<b>Tiempo:</b> 10–20 minutos			

### Objetivos:

- Expresar la opinión sobre la sesión, qué han aprendido y qué han sentido.
- Escuchar al resto del grupo.

### Recursos:

Folio DIN A3 dividido con una línea y las caritas, gomets de colores, rotulador, cinta adhesiva y un trozo de tela grande.

*Preparación:*

*En un folio DIN A3 pegar cinta adhesiva de color dividiéndolo en 2, en la parte superior pintar carita feliz, carita triste en la parte inferior, carita “si pero no” en la mitad. Para la alfombra mágica se puede utilizar cinta adhesiva en el suelo o un trozo de tela grande.*

### Recomendaciones:

- Hacer una breve introducción para estimular la imaginación de los participantes sobre el poder de las alfombras mágicas para llevarnos a donde queremos.

### Desarrollo:

- Se pide a los participantes que pongan su gomet por encima o por debajo de la línea según el grado en el que hayan disfrutado en la sesión de hoy y explique al grupo el por qué.
- Cada integrante de uno en uno se irá subiendo a la alfombra mágica, donde se sentará y en voz alta expresará a qué actividad de hoy volaría de nuevo para disfrutarla.
- El grupo aplaudirá cuando cada integrante exprese su deseo.

**Anotaciones y observaciones de la persona facilitadora:**



50			
<b>DEBATE SOBRE ADOLESCENCIA</b>			
<b>Itinerario:</b>	I-2, I-3	<b>Sesión:</b>	7
<b>Tiempo:</b> 40–90 minutos			

### Objetivos:

- Conocer con mayor profundidad aspectos relativos a la etapa evolutiva de la adolescencia.
- Derribar estereotipos negativos.
- Tener argumentos y herramientas para aceptar y gestionar los conflictos relacionados con los cambios derivados de la adolescencia.

### Recursos:

Papel kraft o pizarra, rotuladores, viñetas de cómic (anexo 11), lápices y gomas. Se recomienda ver previamente el documental: Miss representation /Miss escaparate de Documentos TV, para la preparación del debate sobre adolescencia (en particular para trabajar la influencia de la publicidad y los medios de comunicación en la formación de estereotipos de género).

#### *Preparación:*

*Colocar un mural de papel kraft o espacio en la pizarra donde aparezcan escritos temas para estimular el debate con los adolescentes. Los siguientes temas son orientativos, si se desea se pueden emplear otros: a) Influencia de la publicidad y los medios de comunicación (En la autoimagen y la autoestima de los adolescentes / En las expectativas sobre las opciones de vida futuras / En los roles de género); b) Cambios físicos y psicológicos; c) Relaciones entre adolescentes y adultos; d) Adolescentes y tiempo libre. Colocar un mural de papel kraft en blanco o espacio en la pizarra para ir apuntando conclusiones. Viñetas de cómics con personajes adolescentes y adultos en escenas cotidianas (Anexo 11).*

### Recomendaciones:

- En ambos debates (se realizan por separado la de adolescentes y la de adultos) se tendrá en cuenta como hilo conductor, aspectos centrales en la adolescencia: estereotipos asociados a ésta; cambios respecto a las motivaciones y gustos;

dificultades en la comunicación; críticas intrafamiliares y conflictos con los adultos y con el grupo de iguales.

- El debate dirigido a los adolescentes girará en torno a su cotidianidad, abordando temas que sean de su interés (uso de nuevas tecnologías, programas o personajes populares de actualidad que reflejan modelos de conducta o de estilos de vida y cualquier otro tema que propongan). Es muy importante crear un ambiente de cercanía y confianza para que expresen con total libertad sus opiniones.
- El debate para adultos se centrará en comprender el universo adolescente y cómo establecer puentes de comunicación adecuados para fortalecer el vínculo afectivo, la comunicación y mejorar el abordaje de los conflictos. Es importante dar protagonismo a los padres y las madres como piezas clave, para lograr que el adolescente alcance un desarrollo saludable en esta etapa; hablar con ellos sobre el “duelo” de la niñez y cómo les afecta, qué sentimientos produce.
- Ver referencias bibliográficas y videos de apoyo para preparar el debate.

### **Desarrollo:**

- Se forman parejas o grupos pequeños (dependiendo del número total de participantes) y se reparte una hoja de cómic a cada uno. Se les pedirá que imaginen qué está ocurriendo en la escena y que rellenen los diálogos y pensamientos de los personajes.
- A continuación, cada grupo presentará ante el resto la historia que han imaginado en torno a los personajes que aparecen en su viñeta. La persona facilitadora irá anotando en la pizarra los estereotipos que surgen.
- Se reúne en círculo al grupo. La persona facilitadora inicia una breve exposición siguiendo los temas apuntados en el mural y las ideas que aparecieron ligadas al cómic, con el fin de promover un debate con el grupo sobre la adolescencia. Se anima a los participantes a que manifiesten sus inquietudes, sus experiencias y sus expectativas. Si no lo hacen espontáneamente, se romperá el hielo mediante preguntas.
- Se escribe en el mural en blanco las conclusiones a las que van llegando.

### **Anotaciones y observaciones de la persona facilitadora:**



51			
SALUDO			
<b>Itinerario:</b>	I-1, I-2, I-3	<b>Sesión:</b>	8
<b>Tiempo:</b> 10–20 minutos			

### Objetivos:

- Motivar para empezar la sesión.

### Recursos:

Música y equipo reproductor.

### Desarrollo:

- La persona facilitadora da la bienvenida.
- Se pide a los participantes que se sienten en círculo y que expresen cómo se sienten hoy:
  - Peques: emulando el sonido de un animal con el que identifiquen su estado de ánimo.
  - Adolescentes: identificándose con un tipo de música. Por ejemplo: chill-out (tranquilo); rock (enérgico); punk (enfadado); música clásica (sereno); doom (melancólico o pesaroso); salsa (alegre), etc.
  - Adultos y adultas: describiendo un paisaje natural. Un mar en tempestad (furia); un amanecer en el desierto (sereno); una playa soleada (alegre), etc.
- Recuerdan de manera breve la sesión anterior.

**Anotaciones y observaciones de la persona facilitadora:**



52			
DAR LA VUELTA A LA SÁBANA			
<b>Itinerario:</b>	I-1, I-2, I-3	<b>Sesión:</b>	8
<b>Tiempo:</b> 20–30 minutos			

**Objetivos:**

- Mejorar la capacidad de trabajo en equipo.

**Recursos:**

Sábana grande.

**Recomendaciones:**

- Recordar que no se supera el reto individualmente sino de forma grupal.

**Desarrollo:**

- La persona facilitadora extiende un sábana en medio del aula.
- Los participantes se sitúan sobre la sábana y sin que ninguno toque el suelo, tienen que intentar poner la sábana boca abajo.
- Tras el primer intento reflexionarán sobre cómo ha intentado resolver el reto: si han participado todos, si se han organizado, si han escuchado las opiniones de todos, si ha habido coordinación, etc.
- Se les pide que preparen una estrategia antes de comenzar con el segundo intento

**Anotaciones y observaciones de la persona facilitadora:**





53			
<b>EL JUEGO DE LA OCA (EVALUACIÓN FINAL)</b>			
<b>Itinerario:</b>	I-1, I-2, I-3	<b>Sesión:</b>	8
<b>Tiempo:</b> 30–60 minutos			

### Objetivos:

- Manifestar el grado de asimilación de los contenidos trabajados en el taller.

### Recursos:

Papel de embalar (5x5 m para cada grupo), rotuladores, tijeras, 18 cartulinas de tamaño grande y modelo de anotaciones de evaluación final (anexo 12).

#### *Preparación:*

*Fabricar el tablero del juego de la oca con papel de embalar (5x5m para cada grupo). El tablero consistirá en 20 casillas y tendrá forma de espiral. Construir un dado para cada grupo (con las cartulinas grandes) y meter arena, legumbres, algo ligero, pero que tenga cierto peso para que el dado tenga movimiento a la hora de lanzarlo.*

### Recomendaciones:

- Tener preparadas suficientes preguntas para cada casilla porque es posible que varios participantes “caigan” en la misma.

### Desarrollo:

- La persona facilitadora reúne a los participantes alrededor del juego de la oca, que estará fijada en el suelo.
- Para dar comienzo al juego, todos los participantes tiran el dado. Saldrá primero la persona que mayor puntuación obtenga.
- El primer jugador tira el dado y avanza según el número sacado (los participantes son las fichas “vivientes”).

## GUÍA DE INTERVENCIÓN SOBRE PARENTALIDAD POSITIVA PARA PROFESIONALES

- La persona facilitadora lee la pregunta; el concursante contesta y el grupo guiado por la persona facilitadora, debate si es correcta o incorrecta la respuesta. Si aplauden habrán decidido que está bien, y el participante tira de nuevo el dado, si no, guardarán silencio y le tocará el turno al siguiente jugador. Para que participen el número máximo de personas en el tablero, solo estará permitido jugar un turno extra al que responda correctamente. En el grupo de “Peques”, las respuestas serán dicotómicas (verdadero/falso); mientras que en los grupos de “Adolescentes” y “Adultos” se les pedirá respuestas más elaboradas, incluso escenificándolo si ellos quieren.
- Así, hasta que todos las participantes lleguen a la meta (si no hay tiempo suficiente, se terminará el juego en el momento en que alguien haya llegado a la meta).

### **Anotaciones y observaciones de la persona facilitadora:**



54			
<b>IDEAS DE FIESTA</b>			
<b>Itinerario:</b>	I-1, I-2, I-3	<b>Sesión:</b>	8
<b>Tiempo:</b> 10–20 minutos			

**Objetivos:**

- Expresarse libremente.

**Recursos:**

Mural de papel kraft pegado en la pizarra.

**Recomendaciones:**

- Recordar los compromisos adquiridos en “Nuestro árbol”, respetar los turnos de palabra y las ideas de los demás. Proponer objetivos realistas.

**Desarrollo:**

- La persona facilitadora pide al grupo que se sienten en círculo y les explica que deben proponer ideas para organizar la fiesta de la última sesión.
- Uno por uno irán expresando sus ideas mientras la persona facilitadora o un voluntario lo escribe en el mural. Por ejemplo: jugar a algo, repetir algunas de las actividades del taller que les hayan gustado, bailar, organizar un karaoke, etc.

**Anotaciones y observaciones de la persona facilitadora:**



55			
<b>PREPARACIÓN DE FIESTA</b>			
<b>Itinerario:</b>	Actividad conjunta	<b>Sesión:</b>	8
<b>Tiempo:</b> 20–30 minutos			

**Objetivos:**

- Participar en la organización de una actividad familiar.

**Recursos:**

Pizarra, tizas.

**Desarrollo:**

- La persona facilitadora propone al grupo ordenarse en círculo.
- Empezando por el grupo de los peques, luego los adolescentes y los adultos por último, nombrarán en voz alta las ideas que han pensado para la fiesta.
- Se organiza el consenso mediante votación de las opciones propuestas, así como el tiempo designado a cada una de las actividades (la fiesta tendrá una duración de 90 minutos como máximo). Al final, las personas facilitadoras abrirán un turno de preguntas y dudas.
- Se reparten las tareas necesarias para la organización de la fiesta final, por familias.
- Las ideas quedarán registradas en la pizarra.

**Anotaciones y observaciones de la persona facilitadora:**



56			
SALUDO			
<b>Itinerario:</b>	Actividad conjunta	<b>Sesión:</b>	9
<b>Tiempo:</b> 10–20 minutos			

**Objetivos:**

- Motivar para empezar la sesión.

**Recursos:**

Música y equipo.

**Desarrollo:**

- La persona facilitadora da la bienvenida a los participantes.
- Sentados en círculo cada uno expresa cómo ha sido el día de hoy a través de una postura corporal. (La persona facilitadora puede hacer un ejemplo de brazos cruzados, brazos cruzados/ brazos abiertos, sentados/ en pie, ojos cerrados/ojos abiertos...).
- Recuerdan de manera breve que hicieron la sesión anterior.

**Anotaciones y observaciones de la persona facilitadora:**





57			
FIESTA			
<b>Itinerario:</b>	Actividad conjunta	<b>Sesión:</b>	9
<b>Tiempo:</b> 40–90 minutos			

### Objetivos:

- Divertirse en familia.

### Recursos:

Materiales: comida, bebida, menaje, vídeos musicales, música, 6 pinzas para cada participante, balón de fútbol, juegos de mesa, piñata, bolsas de basura y cualquier material útil para llevar a cabo las actividades propuestas.

Espacio: aula amplia, mesas y sillas, pizarra, equipo de música, proyector, cámara de fotos, Nuestros árboles, Mini-yo, cartel de bienvenida a la Fiesta, dibujos de “Somos Familia”, guirnaldas, confeti y globos.

### Recomendaciones:

- El equipo de profesionales debe esforzarse especialmente en promover que los participantes se diviertan, reforzando positivamente las aportaciones individuales y familiares de los mismos y agradecer los esfuerzos que han hecho posible el evento.
- Disponer de un guión de las actividades escogidas por el grupo en la sesión anterior.
- Fijar de antemano el horario de la merienda.
- Intentar organizar alguna actividad sorpresa.
- Al finalizar la fiesta, llevar a cabo con el grupo alguna técnica de relajación que disminuya el nivel de excitación.

### Desarrollo:

- El grupo se reúne en círculo y uno de los participantes lee en voz alta el listado de actividades fijado en la sesión anterior.

## GUÍA DE INTERVENCIÓN SOBRE PARENTALIDAD POSITIVA PARA PROFESIONALES

- Algunas de las actividades pueden ser: *organizar una gymkana; un partido de fútbol entre diferentes grupos; bailes guiados con video; juego de las sillas cooperativas; bailes; traer una piñata...*
- Al finalizar, se recoge entre todos los materiales y se limpia el aula.

### **Anotaciones y observaciones de la persona facilitadora:**



58			
<b>ENTREGA DE DIPLOMAS</b>			
<b>Itinerario:</b>	Actividad conjunta	<b>Sesión:</b>	9
<b>Tiempo:</b> 10–20 minutos			

**Objetivos:**

- Recibir agradecimiento por parte del equipo por participar en el taller.

**Recursos:**

Fotografías realizadas en la sesión 5: Viajar juntos; diplomas para cada familia con sus apellidos, Mini-yo (de todo el grupo) y dibujos de la actividad 4. Somos Familia.

**Desarrollo:**

- La persona facilitadora va llamando a las familias por orden alfabético para entregarles: diploma, foto, dibujo y Mini-yo.
- Las personas facilitadoras afectuosamente dan la enhorabuena por su participación y aportación al taller.

**Anotaciones y observaciones de la persona facilitadora:**



59			
<b>RECOGEMOS LA COSECHA. DESPEDIDA Y CIERRE</b>			
<b>Itinerario:</b>	Actividad conjunta	<b>Sesión:</b>	9
<b>Tiempo:</b> 10–30 minutos			

### Objetivos:

- Expresar la opinión sobre la sesión, qué han aprendido y qué han sentido.
- Escuchar al resto del grupo.

### Recursos:

Frutos secos sin pelar (preferiblemente con cáscara fácil de romper: cacahuetes, pistachos, etc.) y dos cestas.

### Recomendaciones:

- Crear un ambiente de despedida y gratitud hacia los participantes.

### Desarrollo:

- El grupo se reúne en círculo y se reparte a cada uno un fruto seco con cáscara.
- Las personas facilitadoras explican la actividad de “Recogemos la cosecha” que consiste en dejar las cáscaras en la cesta vacía mientras afirmamos en voz alta lo negativo que dejamos de nosotros tras nuestro paso por el taller: “Yo dejo mis prejuicios...”, “Yo dejo mis dudas...”, “Yo dejo mis enfados...”. A continuación, en voz alta afirmamos lo positivo que nos llevamos tras nuestro paso por el taller: “Yo me llevo amigos...”, “Yo me llevo haber aprendido a solucionar conflictos de otra manera...”, “Yo me llevo más seguridad en mí misma”, y nos comemos el fruto seco, si queremos.
- Las personas facilitadoras registrarán la información en el Modelo de anotaciones de evaluación continua (Anexo 6).

## GUÍA DE INTERVENCIÓN SOBRE PARENTALIDAD POSITIVA PARA PROFESIONALES

- Se ofrece una calurosa despedida a los participantes y se agradece una vez más su participación.
- Se cierra la sesión con un gran abrazo colectivo entre todos los participantes.

**Anotaciones y observaciones de la persona facilitadora:**







## BIBLIOGRAFÍA RECOMENDADA

### PARENTALIDAD POSITIVA

Barudy, J. – Dantagnan, M. (2010). Los desafíos invisibles de ser madre y padre. Manual de evaluación de las competencias y la resiliencia parental. Ed. Gedisa.

Durrant, Joan E. (2007). Positive discipline. What is it and how to do it. Ed. Save the Children Suecia – Save the Children Thailandia.

Federación de asociaciones para la prevención del maltrato infantil (2009). Programa de educación familiar y parentalidad positiva. Ed. FAPMI.

García, J. – Martínez V. coordinan (2012). Guía práctica del buen trato al niño. Ed. IMC.

Hart, S. with Durrant, J. – Newell, P. and Power, F.C. (2005). Eliminating corporal punishment. The way forward to constructive child discipline. Unesco.

Martínez González, R. (2009). Programa–guía para el desarrollo de competencias emocionales, educativas y parentales. Ministerio de Sanidad y Política social.

Rodrigo López, M. – Máiquez Chaves, M.L. – Martín Quintana, J.C. (2011). Buenas prácticas profesionales para el apoyo de la parentalidad positiva. Ministerio de Sanidad, Política social e Igualdad. Ed. FEMP.

Save the Children (1999). We can work it out. Parenting with confidence. Ed. Save the Children.

Save the Children (2009). Creciendo como padres y madres. Ministerio de Educación, Política social y Deportes.

Save the Children (2013). ¿Quién te quiere a ti? Guía para padres y madres: cómo educar en positivo. Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad.

Siegel, D. – Hartzell, M. (2005). Ser padres conscientes. Ed. La Llave.

## PARTICIPACIÓN INFANTIL

Bertran, I. – Casas, F. – Figuer, C. – González, M. – Malo, S. – Montserrat, C. – Navarro, M. (2008). Informe sobre experiencias de participación social efectiva de niños, niñas y adolescentes. Observatorio de Infancia. Ministerio de Educación, Política social y Deporte.

Gorin, S. (2004). Understanding what children say: Children's experiences of domestic violence, parental substance misuse and parental health problems. Reino Unido: Joseph Rowntree Foundation.

Hart, Roger A. (1992). Children's participation. From tokenism to citizenship. Innocenti essays #4. Unicef. [ Recuperado de: [http://www.unicef-irc.org/publications/pdf/childrens\\_participation.pdf](http://www.unicef-irc.org/publications/pdf/childrens_participation.pdf) ]

Tisdall, K. – Davis, J. and Hill, M. (2012). Children, young people and social inclusion: Participation for what? Ed. Policy Press Scholarship Online

## VÍNCULOS AFECTIVOS

Barudy, J. – Dantagnan, M. (2011). La fiesta mágica y realista de la resiliencia infantil. Manual y técnicas para apoyar y promover la resiliencia en niños, niñas y adolescentes. Ed. Gedisa. Colección psicología/resiliencia.

Horno, P. (2012). Un mapa del mundo afectivo: El viaje de la violencia al buen trato. Ed. Boira.

Lantieri, L. (2009). Inteligencia emocional infantil y juvenil. Ejercicios para cultivar la fortaleza interior en niños y jóvenes. Ed. Aguilar.

## DESARROLLO EVOLUTIVO. INFANCIA Y ADOLESCENCIA

Delval, J. (1994). El desarrollo humano. Madrid, Siglo XXI.

Gutiérrez Martínez, F. (2005). Teorías del desarrollo cognitivo. Madrid, McGraw-Hill/ Interamericana.

Magaña, M. (2007). Cómo convivir con adolescentes. Guía para padres e hijos se entiendan en el día a día. Ed. Dirección General de Familia. Comunidad de Madrid.

## COMUNICACIÓN INTERPERSONAL Y RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS

Asociación de Aprendizaje "Mind the Gap" (2010). Guía metodológica para el desarrollo de las habilidades sociales (jóvenes entre 16 y 25 años). Comisión Europea.

Faber, A. – Mazlish, E. (2002). Cómo hablar para que los hijos escuchen y cómo escuchar para que los hijos hablen. Ed. Medici.

Freeman, J. – Epston, D. – Lohovits, D. (2001). Terapia narrativa para niños: Aproximación a los conflictos familiares a través del juego. Ed. Paidós Ibérica, S.A.

Friedemann Schulz Von Thun (2012). El arte de conversar. Ed. Herder.

## EMOCIONES Y EDUCACIÓN EMOCIONAL

Le Doux, J. (1999). El cerebro emocional. Barcelona. Ed. Ariel-Planeta.

López Cassá, E. (2010). Educar las emociones en la infancia (de 0 a 6 años). Madrid. Ed. Wolters Kluwer España.

Fabregat, E. – Mínguez, R. – Redondo, C. (2012). Cuentos para fortalecer la autoestima y los derechos de los niños y las niñas (6 a 12 años). CEAPA.

Fabregat, E. – Mínguez, R. – Redondo, C. (2011). Cuentos para coeducar dirigidos a niñas y niños de entre 6 y 12 años. CEAPA.

Gómez de Lora, C. – Gortázar, P. – Redondo, C. (2008). Cuentos para prevenir: Cuentos infantiles sobre educación emocional dirigida a la prevención del consumo de drogas. CEAPA.

Muñoz Alustiza, C. (2010). Guía inteligencia emocional: El secreto para una familia feliz. Comunidad de Madrid, Consejería de Asuntos Sociales.

## OTRAS REFERENCIAS

- (i) Baumrind, D. (1967). Child-care practices anteceding three patterns of preschool behavior. *Genetic Psychology Monographs*, 75, 43-88.
- Maccoby, E. E. & Martin, J. A. (1983). Socialization in the context of the family: Parent-child interaction. In P. H. Mussen & E. M. Hetherington, *Handbook of child psychology: Vol. 4. Socialization, personality, and social development* (4th ed.). New York: Wiley.
- (ii) Schore, A. (2001). The Effects of Early Relational Trauma on Right Brain Development, Affect Regulation, & Infant Mental Health. *Infant Mental Health Journal*. vol. 22(1-2), 7-66. Recuperado de: <http://www.allanschore.com/pdf/SchoreIMHJAttachment.pdf>
- (iii) Gerhardt, S. (2012). How Affection shapes a young child's brain. Neurotransmitters, attachment and resilience. Recuperado de: <http://bit.ly/iVWs3fF>
- (iv) Smetana, J. G., & Villalobos, M. (2009). Social Cognitive Development in Adolescence. In Lerner, R. M., & Steinberg, L. (Eds.). (2009). *Handbook of adolescent psychology. Volume I: Individual bases of adolescent development* (3rd Ed.). Hoboken, NJ: John Wiley & Sons, Inc.

## ALGUNAS WEB DE INTERÉS

<http://www.savethechildren.es/quieroquetequiero>

<http://www.coe.int/t/dg3/children/>

<http://www.msssi.gob.es/ssi/familiasInfancia/documentacion.htm>

[www.endcorporalpunishment.org](http://www.endcorporalpunishment.org)

<http://www.acabarcastigo.org/>

ANEXOS



# ANEXO I

## LÁMINA DE PRESENTACIÓN

Sesión 1.

"(O)NOCERNOS"

Sesión 2.

"(O)MUNICARNOS"

Sesión 3.

"INTERCAMBIAR"

Sesión 4.

"PONERNOS DE ACUERDO"

Sesión 5.

"VIAJAR JUNTOS"

Sesión 6.

"RESOLVEMOS"

Sesión 7.

"SUPERAMOS RETOS"

Sesión 8.

"PARTICIPAMOS"

Sesión 9.

"(O)LEBRARNOS"

Sesión 1.  
"CONOCERNOS"



Sesión 2.  
"COMUNICARNOS"



Sesión 3.  
"INTERCAMBIAR"



Sesión 4.  
"PONERNOS DE  
ACUERDO"



Sesión 5.  
"VIAJAR JUNTOS"



Sesión 6.  
"RESOLVEMOS"



Sesión 7.  
"SUPERAMOS RETOS"



Sesión 8.  
"PARTICIPAMOS"



Sesión 9.  
"CELEBRARNOS"



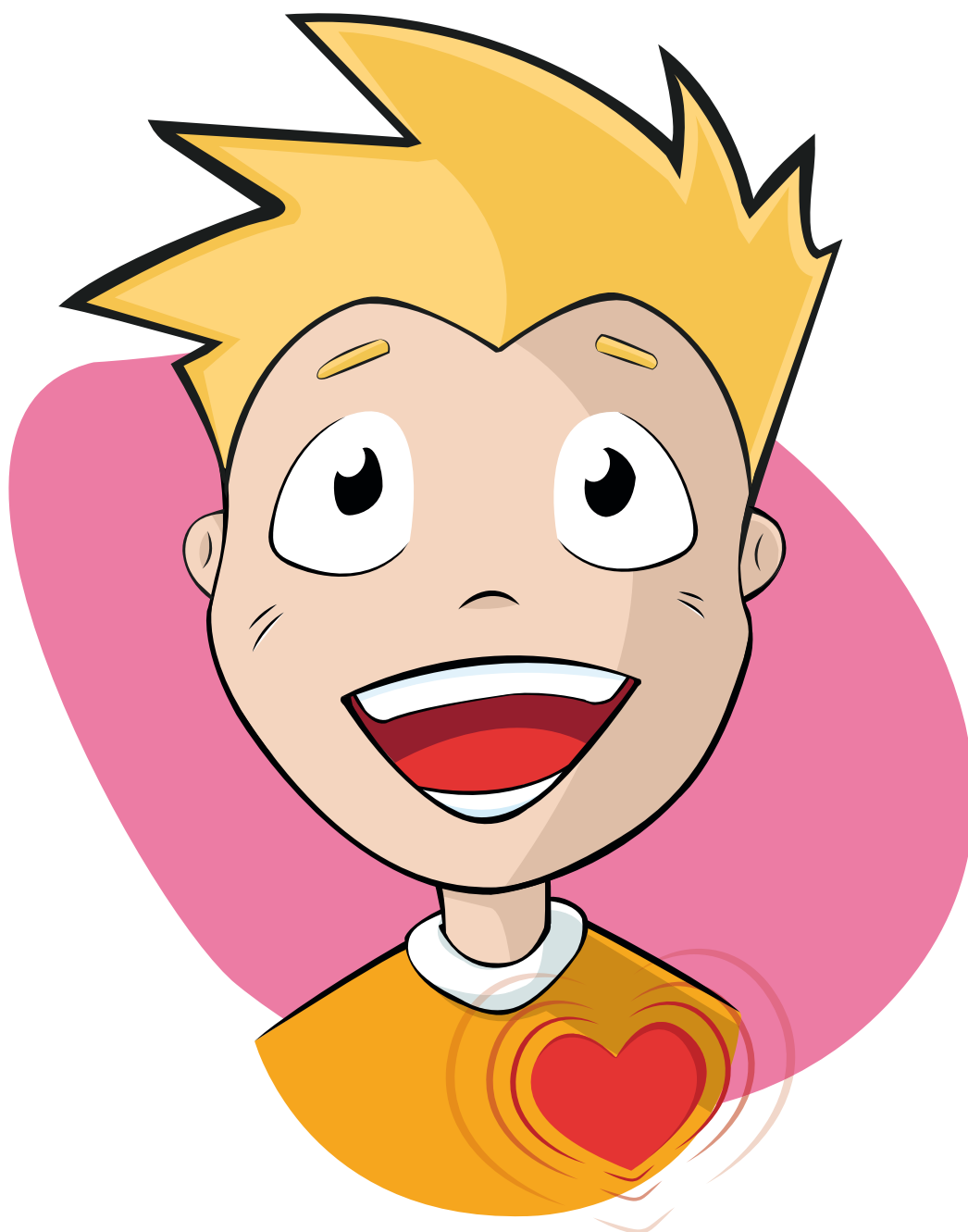


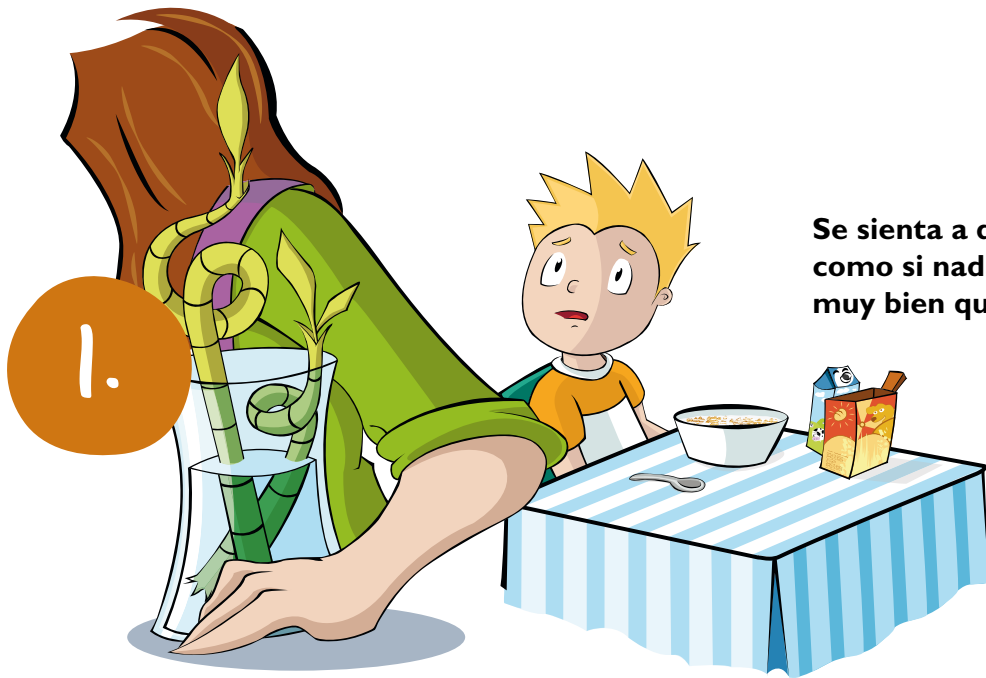
## ANEXO 2

### ESCENAS DE LA VIDA COTIDIANA

#### 1.- EXPRESIÓN DEL AFECTO (PEQUES)

La mamá de Jorge ha hecho algo bonito por él. Jorge se da cuenta de lo mucho que quiere a su madre, parece que va a explotar de alegría, ¡necesita sacarlo fuera! Al ver a su mamá, ¿Qué crees que hará Jorge?



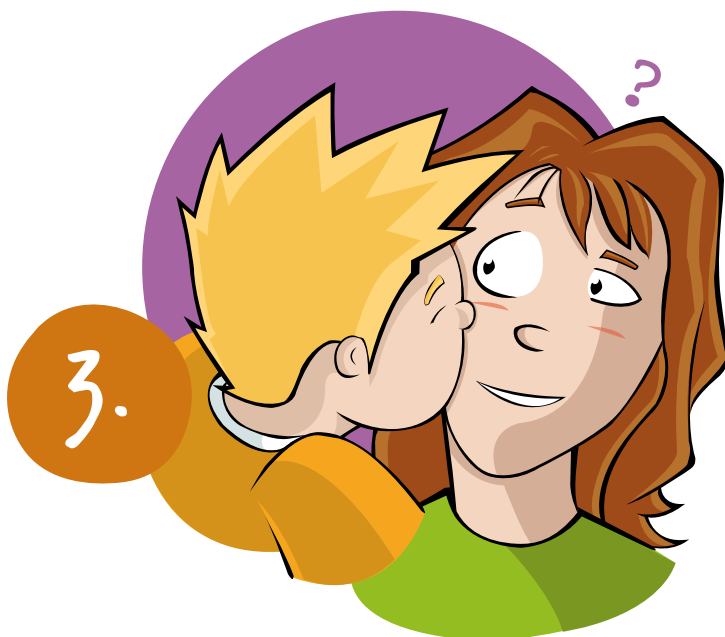


Se sienta a desayunar como si nada, no sabe muy bien qué decir.

TE QUIERO MAMI!!



Se tira a los brazos de mamá y le dice que la quiere.



Sonríe a mamá, piensa lo mucho que la quiere para sí y le da un beso.

## ANEXO 2

### ESCENAS DE LA VIDA COTIDIANA

#### 1.- EXPRESIÓN DEL AFECTO (ADOLESCENTES)

Andrea se entera en clase que una compañera suya ha perdido a su padre. Le da vueltas al tema toda la mañana y siente la necesidad de expresar a su padre lo importante que es para ella. ¿Qué harías si estuvieses en su lugar?



1.

**Mi padre ya sabe que es importante para mí, no hace falta que se lo diga.**

2.

**Cuando mi padre llega a casa le digo que es muy importante para mí y que me he sentido mal al pensar que podría perderle.**

3.

**Me gustaría decirle algo, pero no sé cómo hacerlo, me da vergüenza.**

## ANEXO 2

### ESCENAS DE LA VIDA COTIDIANA

#### 1.- EXPRESIÓN DEL AFECTO (ADULTOS)

Tu hija o tu hijo llega a casa con las notas al final del curso y para tu sorpresa, porque últimamente parecía muy disperso/a, ha aprobado todo. ¿Qué haces?



1.

**Le digo que “muy bien”.  
Su deber es estudiar y  
aprobar, como el mío  
es ir a trabajar todos los  
días.**

2.

**Le compro lo que le  
había prometido si  
aprobará.**

3.

**Le doy un abrazo y nos  
vamos a celebrarlo.**

## ANEXO 2

### ESCENAS DE LA VIDA COTIDIANA

#### 2.- EMPATÍA (PEQUES)

Jaime no quiere ir al colegio porque últimamente nadie quiere jugar con él a la hora del recreo. Algunos niños y niñas de la clase le dicen cosas desagradables y se burlan de él por la ropa que lleva. ¿Qué crees que debe hacer Jaime?





**Pedirle a sus padres que le compren ropa nueva para que no se metan con él más.**

**Decirle al profe o a sus padres que se siente muy triste por el comportamiento de sus compañeros.**



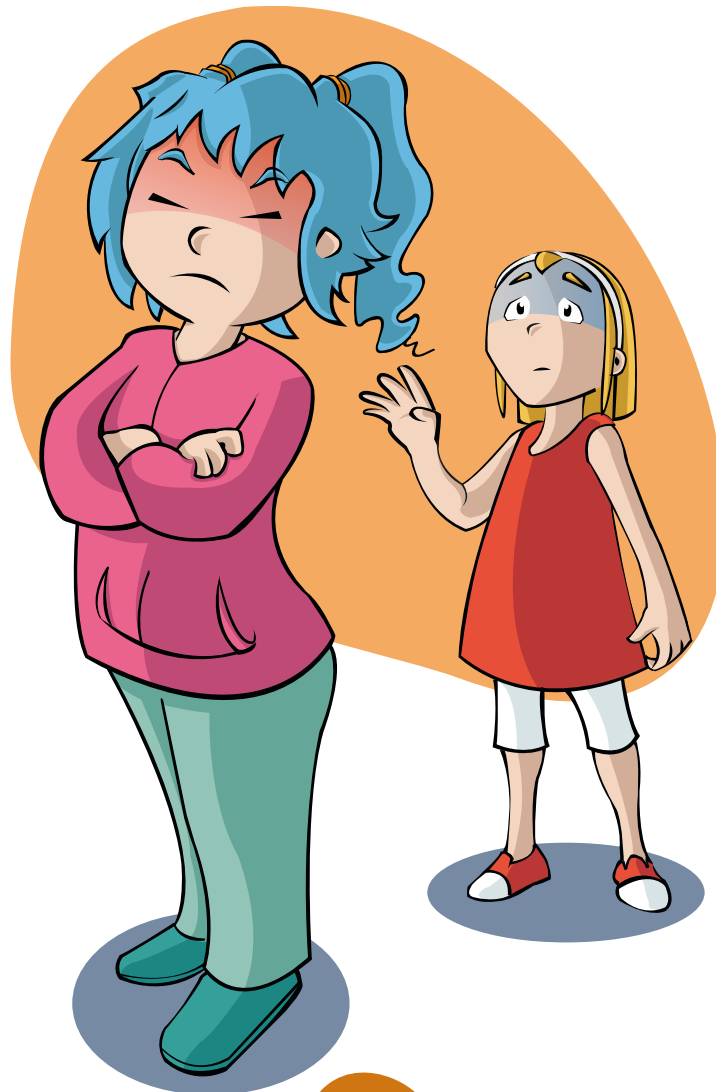
**No le debe dar importancia, seguro que a los otros niños se les pasará pronto y se olvidarán.**

## ANEXO 2

### ESCENAS DE LA VIDA COTIDIANA

#### 2.- EMPATÍA (ADOLESCENTES)

Cristina está furiosa con su mejor amiga Beatriz y lleva días sin hablarle. ¿Qué harías si estuvieras en el lugar de Beatriz?



1.

Esperaría a que se le pasase el enfado a Cristina, seguramente no tiene que ver conmigo.

2.

Intentaría hablar con mi amiga. Me sentiría triste porque no entendería qué le pasa a Cristina.

3.

Me enfadaría también con Cristina. Es Cristina quien tiene que decir por qué está molesta.

## ANEXO 2

### ESCENAS DE LA VIDA COTIDIANA

#### 2.- EMPATÍA (ADULTOS)

Juan está muy ocupado trabajando en casa y su hijo pequeño le pide ayuda con los deberes. ¿Qué harías si estuvieras en el lugar de Juan?



1.

**Cuando termina su tarea acude a ver qué necesita su hijo.**

2.

**Deja lo que está haciendo un momento y atiende al niño.**

3.

**Le dice al niño que acuda a otro adulto porque él no puede ocuparse en ese momento.**



# ANEXO 3

## CONSTRUCCIÓN DE NUESTRO ÁRBOL

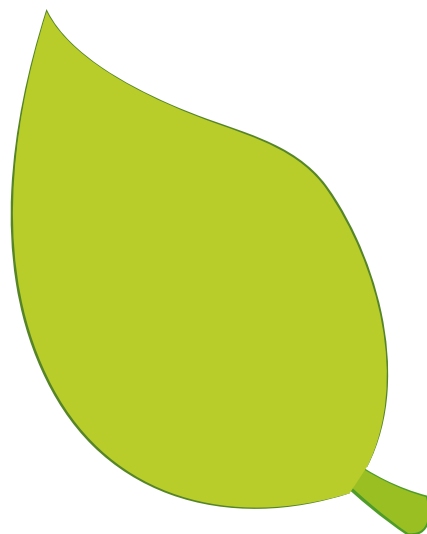
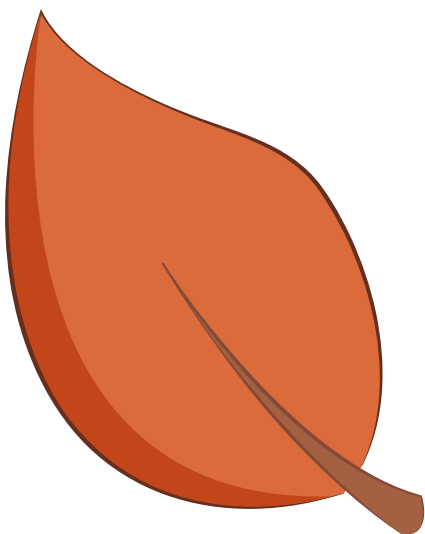
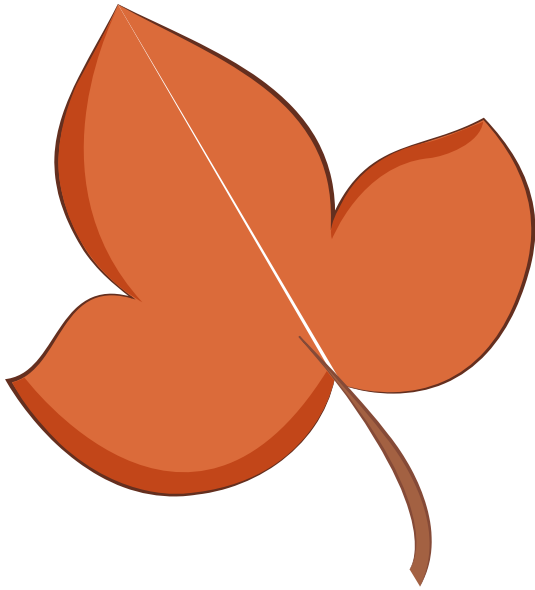
MODELO DE ÁRBOL



# ANEXO 3

## CONSTRUCCIÓN DE NUESTRO ÁRBOL

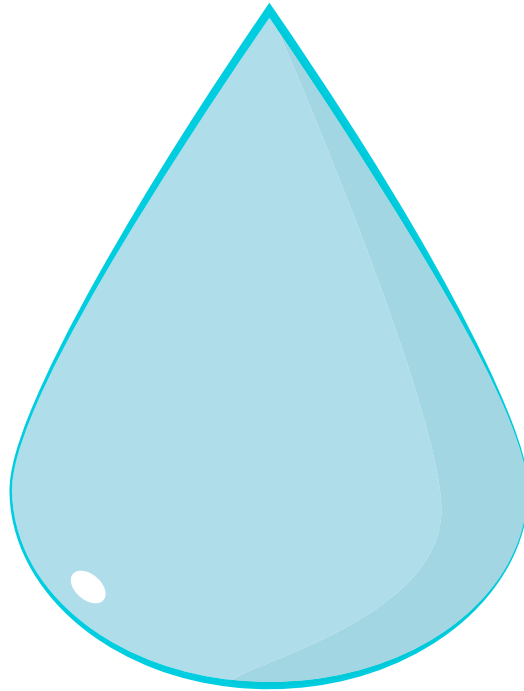
### MODELO DE HOJA



# ANEXO 3

## CONSTRUCCIÓN DE NUESTRO ÁRBOL

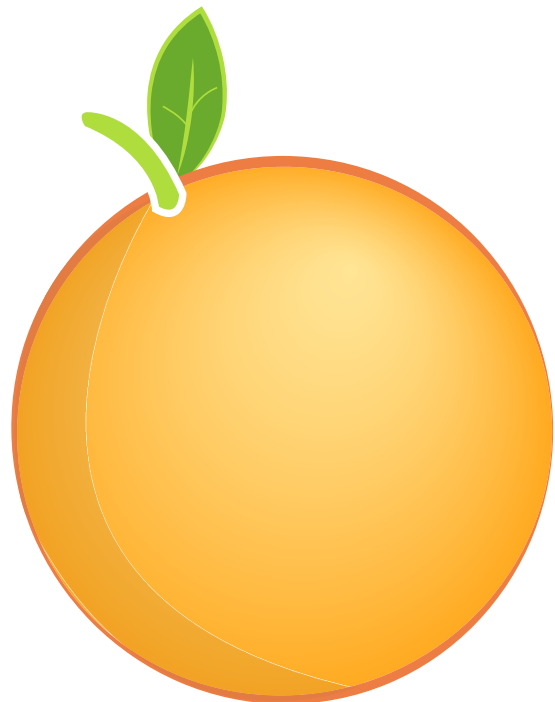
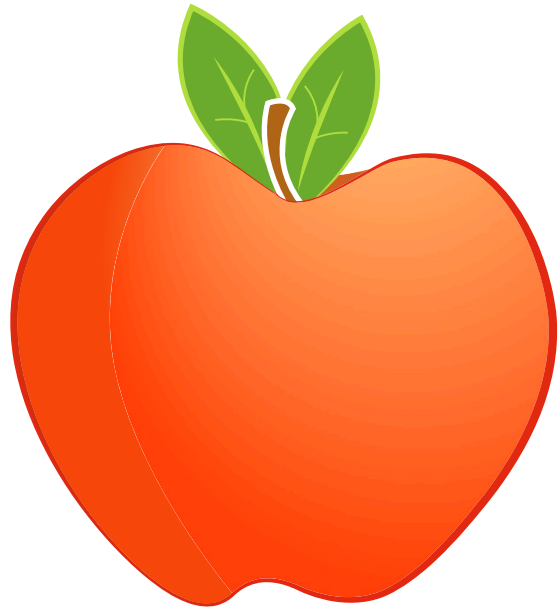
MODELO DE GOTA



# ANEXO 3

## CONSTRUCCIÓN DE NUESTRO ÁRBOL

### MODELO DE FRUTO



## ANEXO 4

### TARJETAS DE EMOCIONES, SENTIMIENTOS Y CARACTERÍSTICAS PERSONALES

#### MODELO DE TARJETA



TEXTO



TEXTO

## Listado:

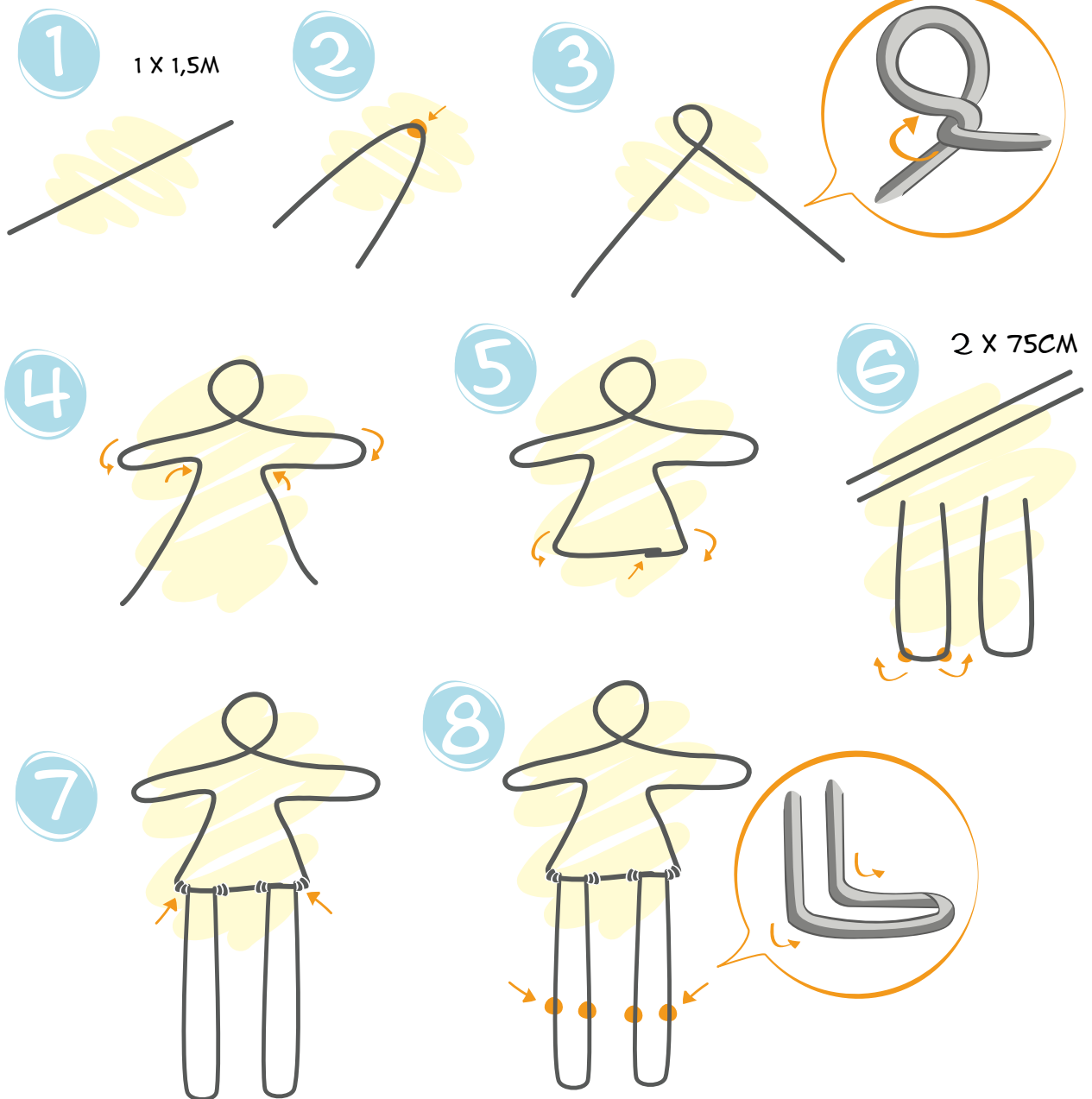
Afectuoso-a	Paciente	Vergonzoso-a
Bromista	Emocionado-a	Amargado-a
Alegre	Enfurecido-a	Esperanzado-a
Libre	Generoso-a	Iracundo-a
Atento-a	Sensible	Optimista
Triste	Decepcionado-a	Ansioso-a
Tranquilo-a	Entretenido-a	Colérico-a
Valiente	Sincero-a	Nervioso-a
Reservado-a	Sencillo-a	Altruista
Enfadado-a	Envidioso-a	Miedoso-a
Feliz	Amado-a	Ilusionado-a
Confiado-a	Pacífico-a	Introvertido-a
Flexible	Trabajador-a	Impresionable
Cansado-a	Estresado-a	Desconfiado-a
Obediente	Dolido-a	Mentiroso-a
Gracioso-a	Antipático-a	Pesimista
Aburrido-a	Piadoso-a	Risueño-a
Molesto-a	Arrepentido-a	Nostálgico-a
Respetuoso-a	Agradecido-a	Amigable
Positivo-a	Vengativo-a	Egoísta
Orgullosa-a	Modesto-a	Franco-a
Entusiasmado-a	Afligido-a	Melancólico-a
Divertido-a	Seguro-a	Satisfecho-a, etc.

# ANEXO 5

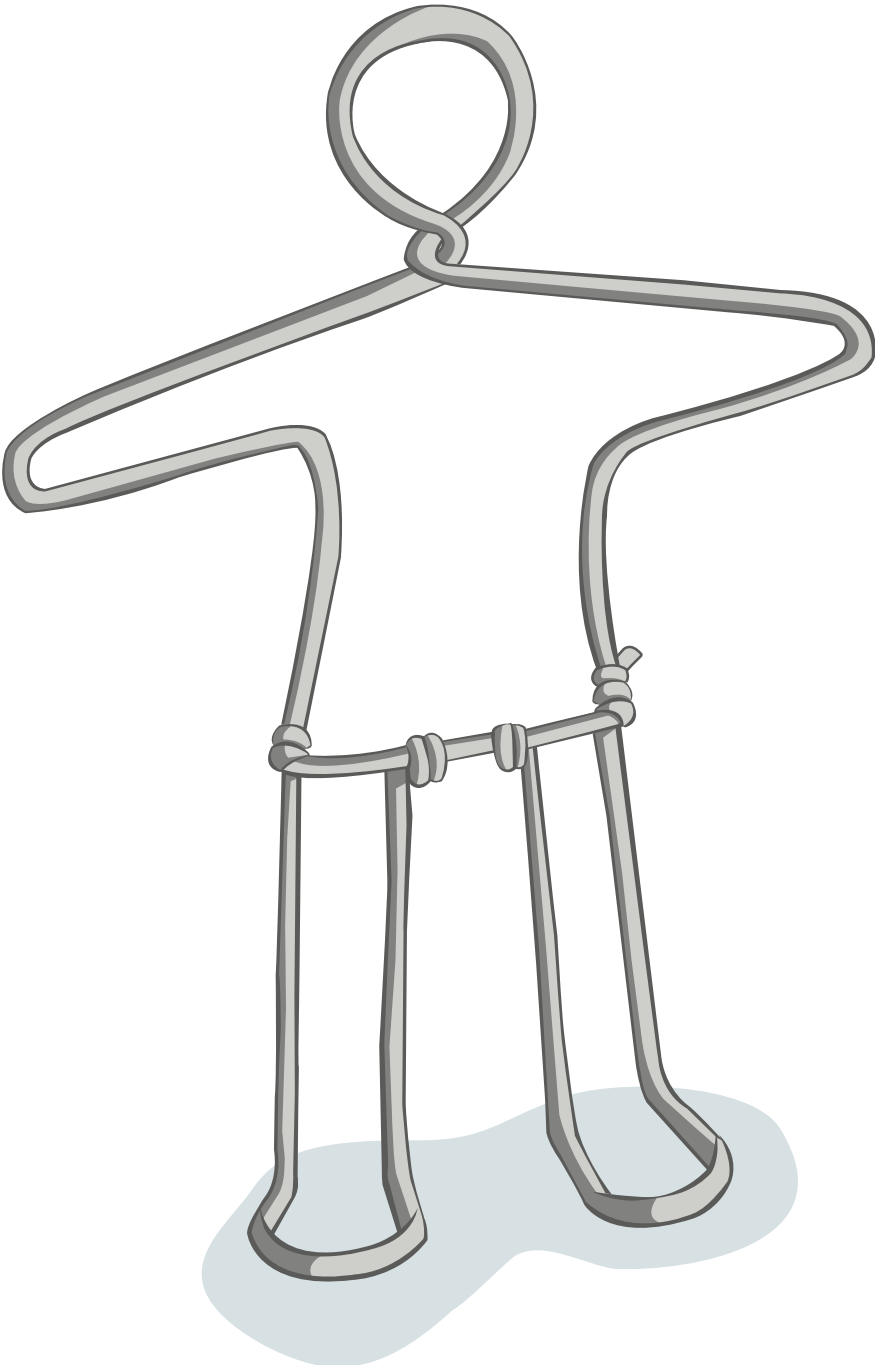
## CONSTRUCCIÓN DEL MINI-YO



### PROCESO



RESULTADO





# ANEXO 6

## MODELO DE ANOTACIONES

GRUPO:

SESIÓN:

VALORACIÓN GENERAL DEL GRUPO SOBRE LA SESIÓN:

ACTIVIDADES MÁS VALORADAS:

ACTIVIDADES MENOS VALORADAS:

OBSERVACIONES:

## ANEXO 7

### EVALUACIÓN INICIAL – SESIÓN 2

#### 1.- ESTILO DE COMUNICACIÓN FAMILIAR (PEQUES)

Marta llega a casa con una nota del cole porque se ha peleado con una compañera. ¿Qué crees que le pasará a Marta cuando le dé la nota a su madre?



1.



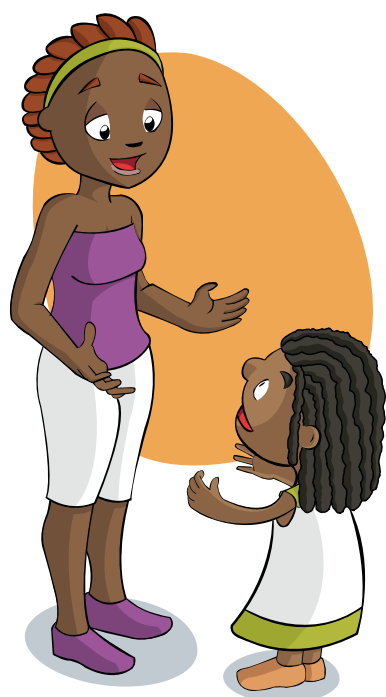
Su madre lee la nota y le dice que ya hablará luego con la tutora.

La madre se enfada mucho y regaña a Marta por haberse peleado con otra niña.



2.

3.



La madre se preocupa y le pide a Marta que le cuente lo que ha pasado.

# ANEXO 7

## EVALUACIÓN INICIAL – SESIÓN 2

### 1.- ESTILO DE COMUNICACIÓN FAMILIAR (ADOLESCENTES)

Luis quiere ir a casa de su amigo Alberto para probar un nuevo videojuego, pero se olvidó de que esa noche tenía que cuidar a su hermano pequeño. ¿Qué pasaría si estuvieras en la situación de Luis?



1.  
**Le digo a mi madre que no me acordaba que tenía que cuidar a mi hermano y negociamos la situación. A lo mejor puedo quedar hoy con Alberto y cuidar a mi hermano el siguiente viernes.**

2.  
**Sé que no me van a dejar, así que me hago el despistado. Cuando mis padres vean que me he ido, me echarán la bronca y ya está.**

3.  
**Cuando me dicen que no, me enfado mucho mucho y al final me dejan ir a casa de mi amigo.**

4.  
**Como no me dejan, discutimos y me voy a mi cuarto muy enfadado.**

# ANEXO 7

## EVALUACIÓN INICIAL – SESIÓN 2

### 1.- ESTILO DE COMUNICACIÓN FAMILIAR (ADULTOS)

Carla va al cuarto de su hijo de 8 años para comprobar si lo ha recogido, pero se lo encuentra todo tirado. Se enfada mucho porque siempre tiene que estar pidiéndole que recoja sus cosas. ¿Cómo reaccionarías si estuvieras en la situación de Carla?



1.

**Elevo el tono de voz para imponer respeto y le digo que no saldrá a jugar hasta que lo recoja todo, estoy harta de que lo deje todo tirado.**

2.

**Lo recojo todo yo, así acabo antes, pero la próxima vez, no se la paso.**

3.

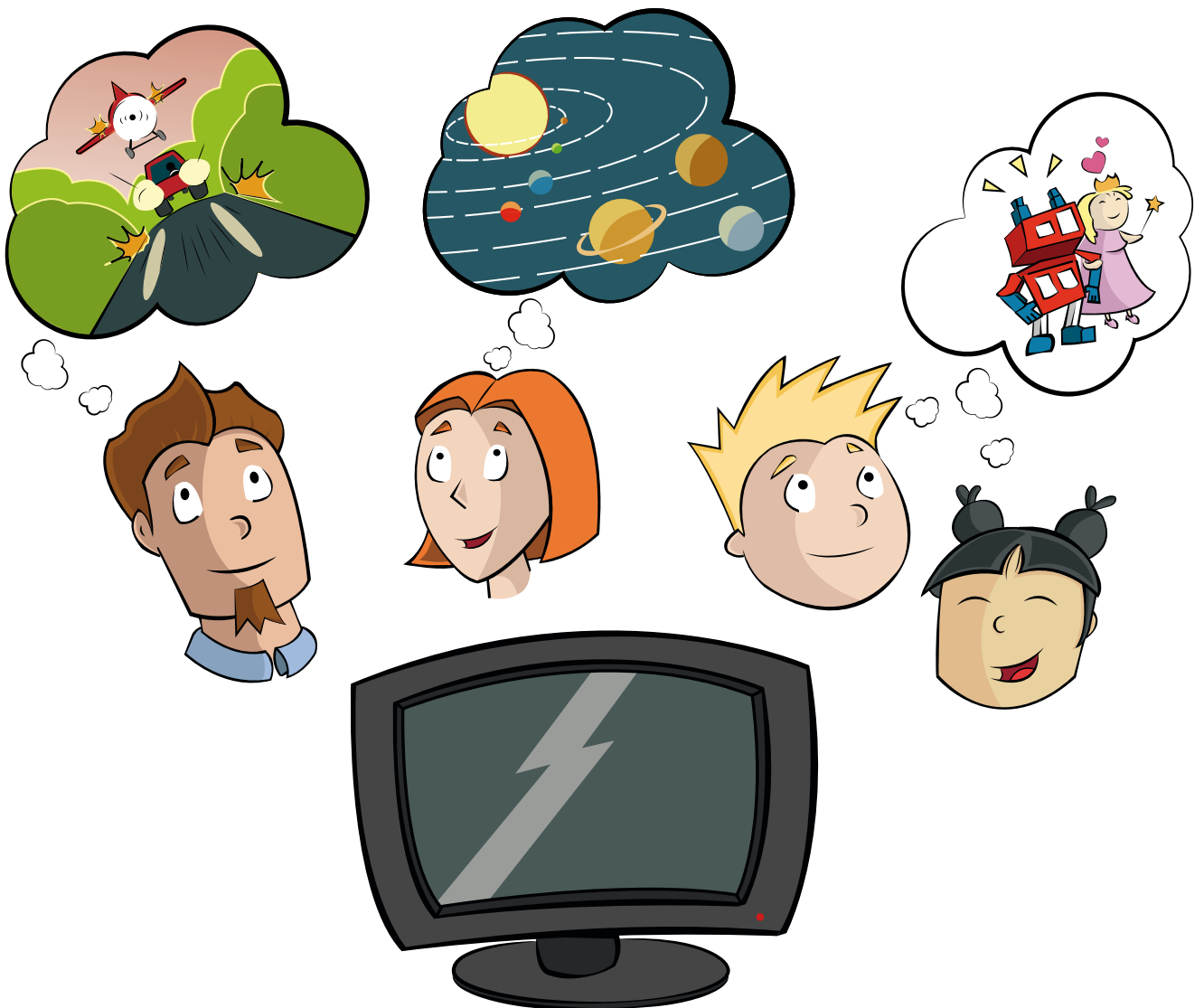
**Le digo que voy a ayudarlo a recoger su habitación por esta vez. Cuando terminamos, nos pondremos a planificar un calendario de tareas domésticas para toda la familia.**

# ANEXO 7

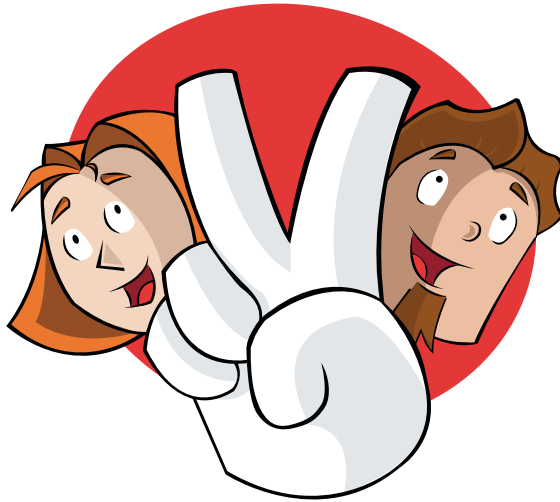
## EVALUACIÓN INICIAL – SESIÓN 2

### 2.- TOMA DE DECISIONES EN EL HOGAR (PEQUES)

La familia de Victoria y Javi están viendo la tele después de cenar, pero cada uno quiere ver un canal distinto. ¿Qué ocurrirá?



1.



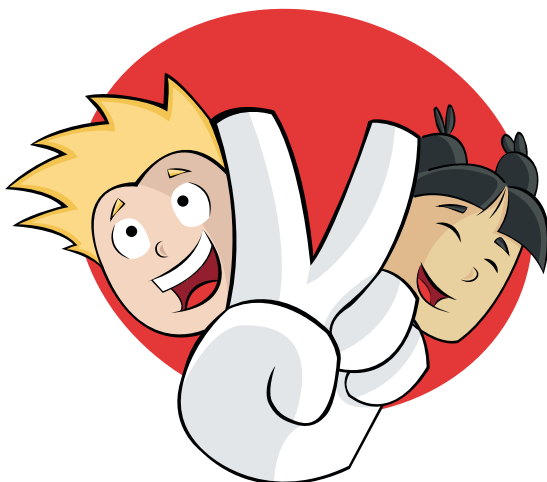
Ven lo que los padres quieren. ¡Los padres ganan!

Lo echan a suertes.



2.

3.



Victoria y Javi porque se ponen muy pesados, así que terminan viendo la película que quieren los niños. ¡Los niños ganan!



# ANEXO 7

## EVALUACIÓN INICIAL – SESIÓN 2

### 2.- TOMA DE DECISIONES EN EL HOGAR (ADOLESCENTES)

Llega el verano y los padres de Sara y Mario organizan las vacaciones. Este año a Mario le gustaría quedarse algunos días en el barrio con sus amigos. ¿Qué pasaría si estuvieras en el lugar de Mario?



1.

Mejor no decir nada porque los padres se enfadarían mucho. Mario tendrá que irse con sus padres todo el mes sin rechistar.

2.

Habla con sus padres y le dejan quedarse una semana más con sus amigos. El resto del mes Mario va con la familia.

3.

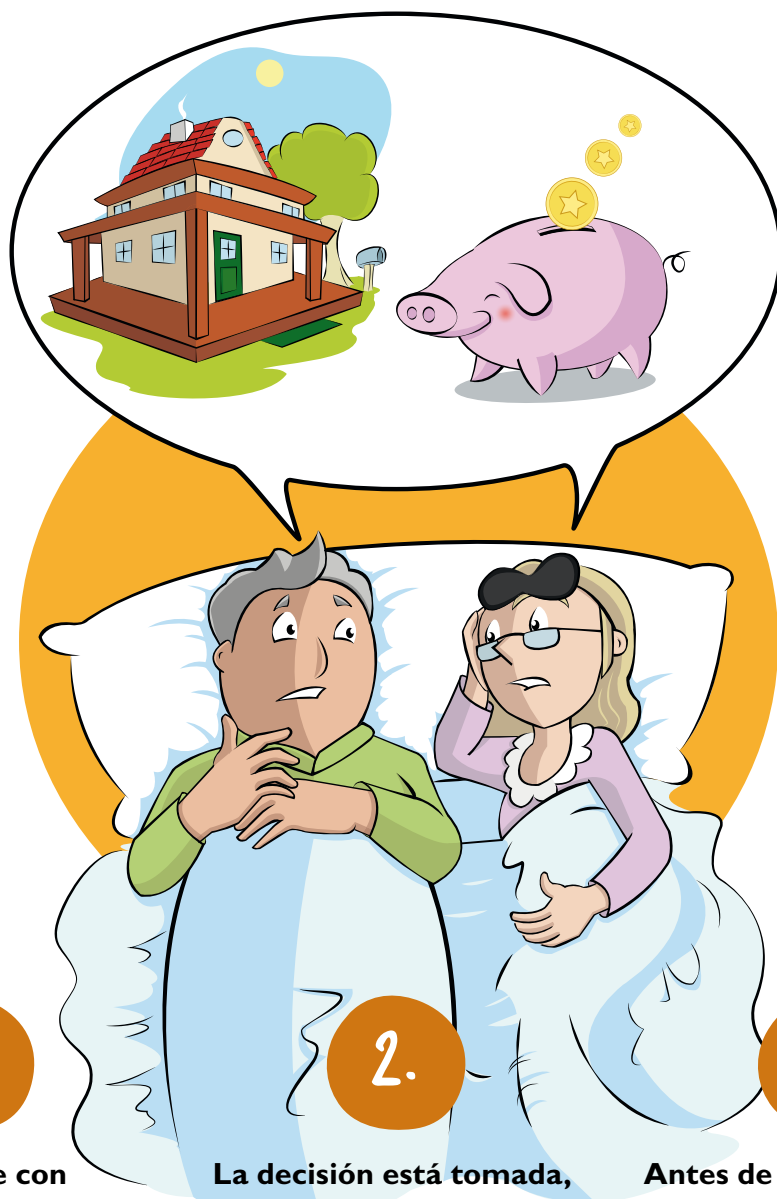
Mario se enfada mucho cuando le dicen que no y no piensa hablar con nadie durante las vacaciones.

# ANEXO 7

## EVALUACIÓN INICIAL – SESIÓN 2

### 2.- TOMA DE DECISIONES EN EL HOGAR (ADULTOS)

Carmen y David tienen dos hijos, uno de 6 y otro de 14 años. Están pensando en mudarse a vivir a una ciudad más pequeña porque la vivienda es más barata y la vida más tranquila. ¿Qué harías si estuvieras en la situación de Carmen y David?



**1.** Seguir adelante con los planes. Decisiones importantes como éstas deben tomarlas los padres y los niños se acostumbrarán al nuevo ambiente.

**2.** La decisión está tomada, pero animan a los niños diciéndoles que van a tener una habitación para cada uno y todas las cosas buenas que conllevará mudarse.

**3.** Antes de tomar una decisión, lo consultan con sus hijos y valoran en familia los “pros” y “contras” de mudarse a otro lugar.

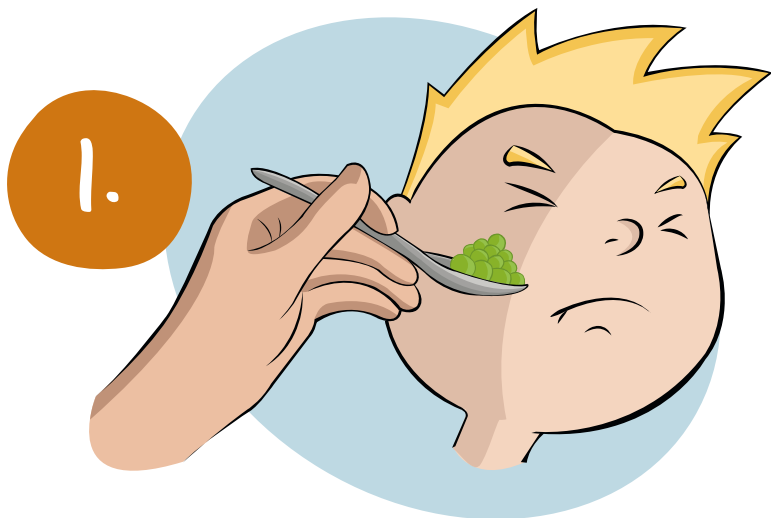
## ANEXO 8

### EVALUACIÓN INICIAL - SESIÓN 3

#### 1.- ESTILO DE RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS (PEQUES)

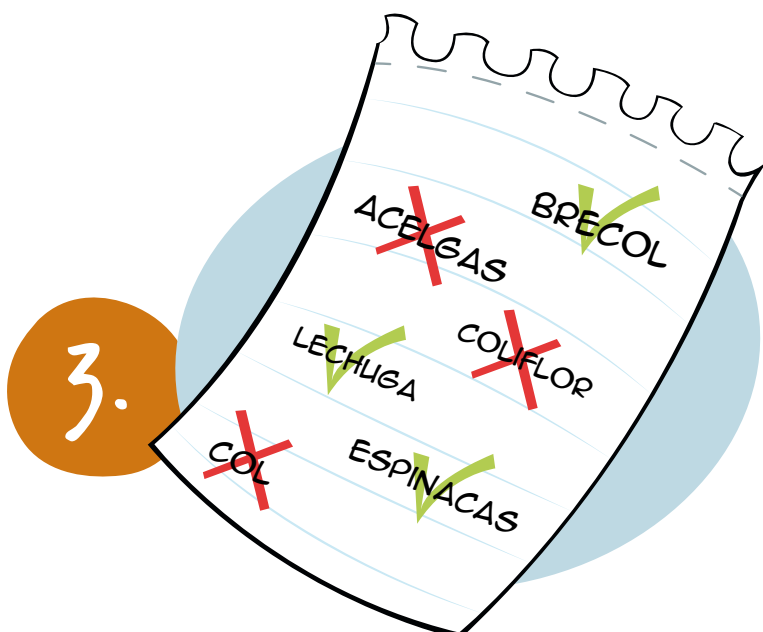
Nicolás ayuda a su padre a servir la cena, pero ve que tocan guisantes. ¡Nicolás los odia! ¿Qué le pasa después a Nicolás?





Su padre le obliga a comérselos todos, si no, se queda sin postre, que es lo que más le gusta.

Nicolás llora mucho y se enfada, así que el padre de Nicolás le prepara unos macarrones.



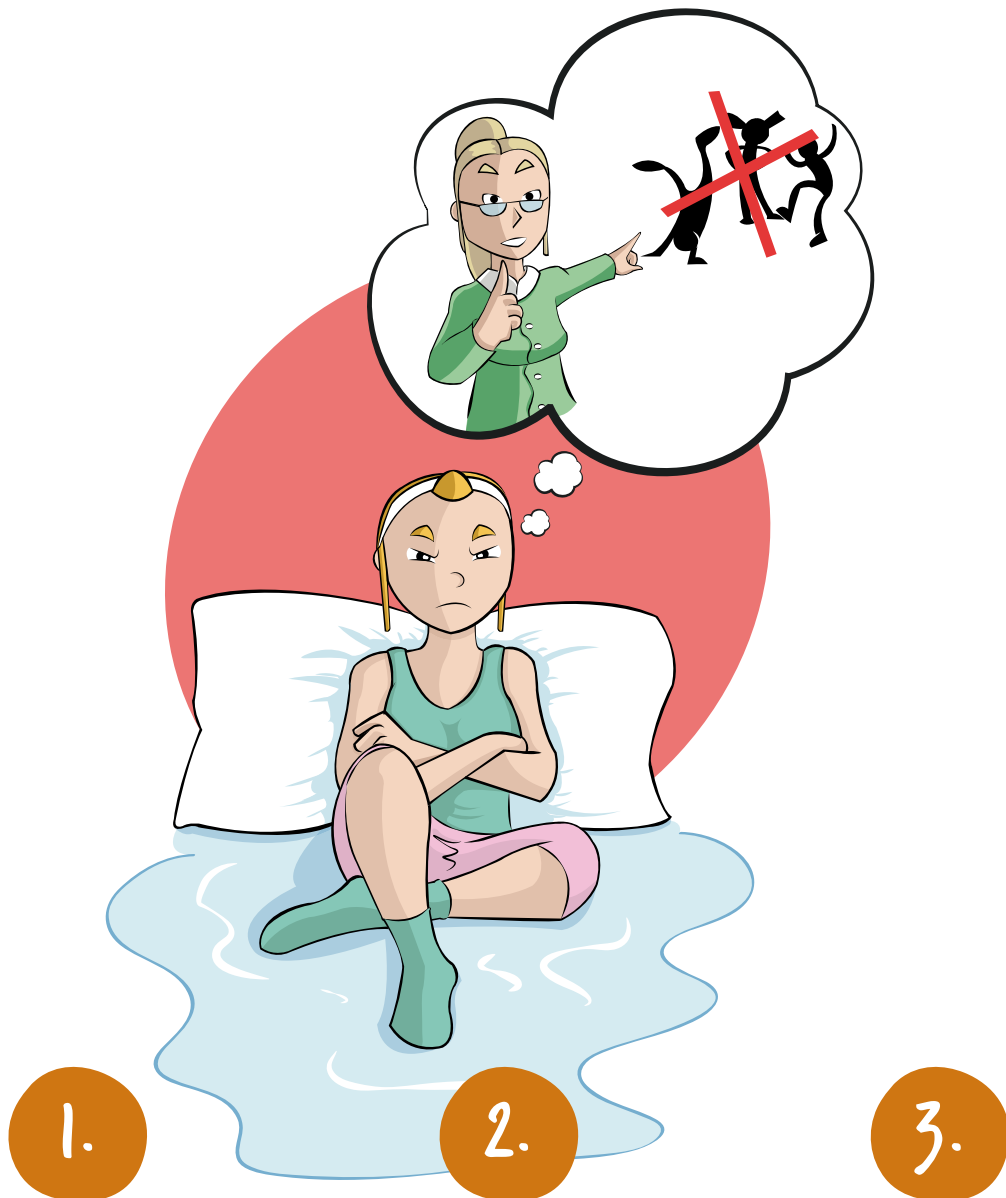
Nicolás le dice a su padre que no puede con los guisantes. Su padre le dice que tendrá que cenar otra verdura, la que quiera. Hacen una lista con las verduras que más le gustan a Nicolás para las próximas cenas.

## ANEXO 8

### EVALUACIÓN INICIAL – SESIÓN 3

#### 1.- ESTILO DE RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS (ADOLESCENTES)

Sandra está disgustada con sus padres porque le han dicho que no quieren que salga con algunos chicos de su pandilla. ¿Qué te pasaría si estuvieras en el lugar de Sandra?



1.

**Me castigan sin salir, hasta que prometa no volver a quedar con esos chicos.**

2.

**Discutimos mucho, porque ellos no entienden nada. Seguiría quedando con mis amigos.**

3.

**Charlamos y me explican por qué están preocupados. Yo también les cuento cómo me siento.**

## ANEXO 8

### EVALUACIÓN INICIAL - SESIÓN 3

#### 1.- ESTILO DE RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS (ADULTOS)

Un padre está enfadado porque su hija de 16 años ha llegado una hora tarde la noche anterior.  
¿Qué le dice a la mañana siguiente? ¿Qué harías en su lugar?



**1.**  
Le echo una buena bronca y la castigo por el susto que nos ha dado.

**2.**  
Me tranquilizo antes y le pido que vayamos a hablar al salón. Renegociamos la hora de vuelta a casa y nuevas condiciones si se salta la norma.

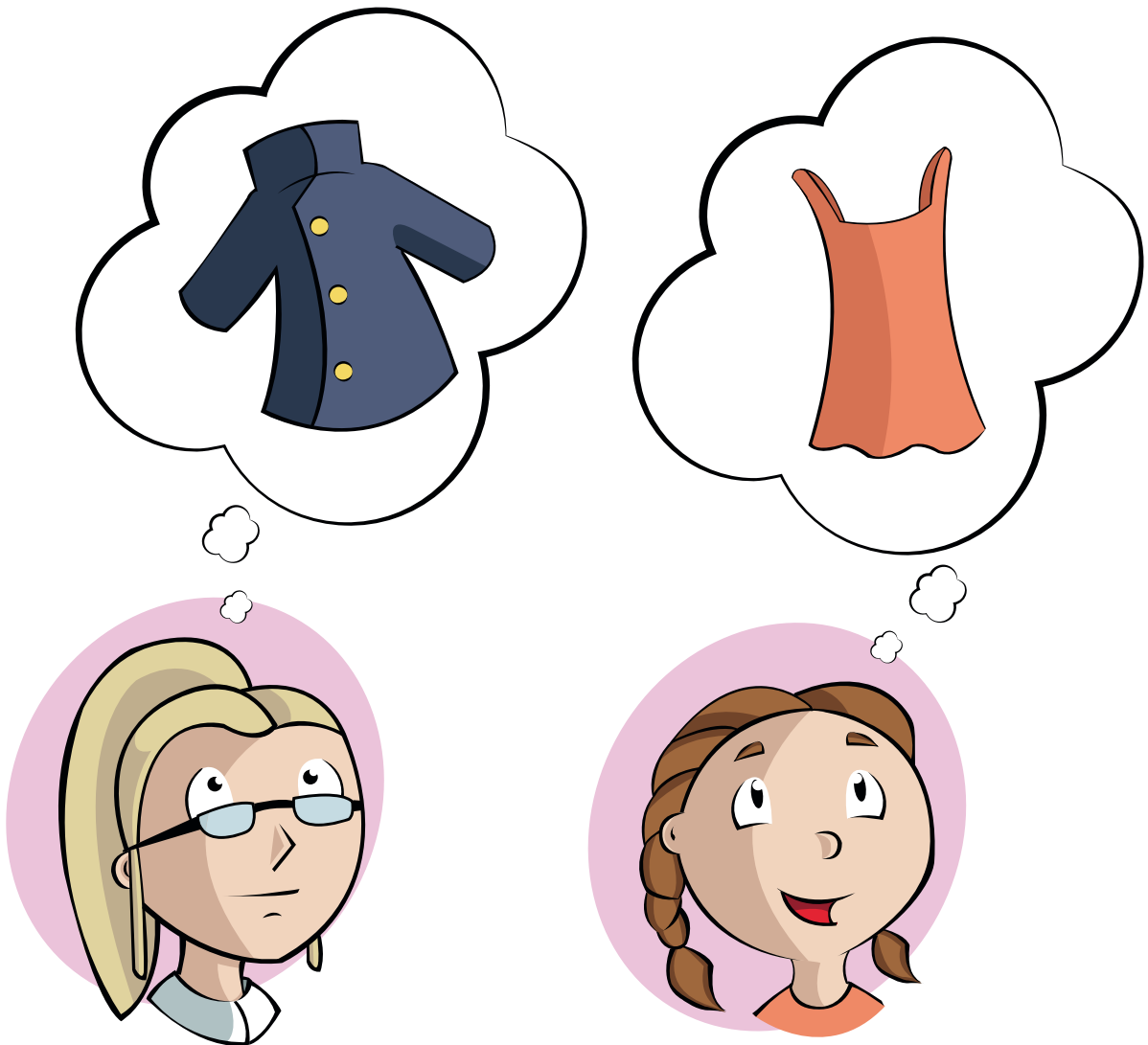
**3.**  
Terminamos discutiendo los dos y nos enfadamos mucho.

## ANEXO 8

### EVALUACIÓN INICIAL - SESIÓN 3

#### 2.- PARTICIPACIÓN INFANTIL (PEQUES)

Alejandra se tiene que vestir para ir a una fiesta. Su madre quiere que se ponga un vestido más abrigado, pero ella prefiere ponerse otro de verano, más fresco. ¿Qué crees que le ocurrirá a Alejandra?

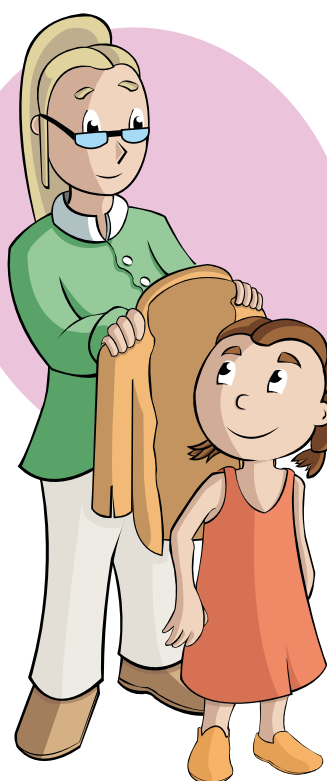


1.



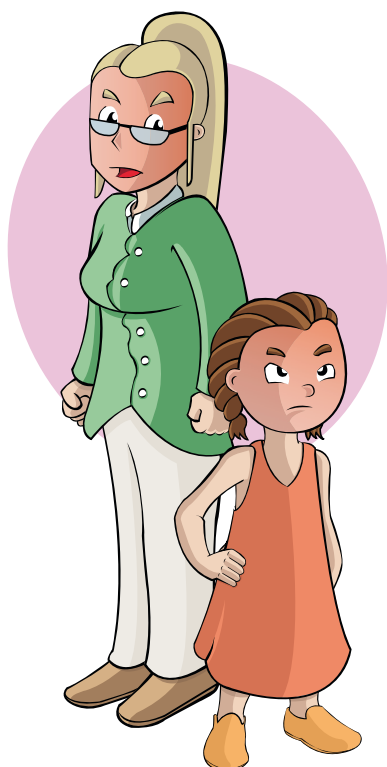
**La madre le dice que se tiene que vestir como ella diga y Alejandra se enfada.**

2.



**La madre escucha a Alejandra y acuerdan que se ponga el vestido fresco, pero con una chaqueta.**

3.



**Alejandra y su madre se enfadan mucho. La niña se pone muy roja y tozuda y al final consigue ponerse el vestido que ella quiere.**



## ANEXO 8

### EVALUACIÓN INICIAL – SESIÓN 3

#### 2.- PARTICIPACIÓN INFANTIL (ADOLESCENTES)

El padre de Guillermo quiere que estudie inglés en las extraescolares, pero Guillermo quiere patinar ¿Qué pasaría si estuvieras en el lugar de Guillermo?



**1.** Mi padre es el que paga, así que tendré que ir a clases de inglés.

**2.** Como yo quiero una cosa y mi padre otra, lo hablamos y llegamos a un acuerdo.

**3.** Me pongo muy pesado y al final solo voy a patinar.

## ANEXO 8

### EVALUACIÓN INICIAL - SESIÓN 3

#### 2.- PARTICIPACIÓN INFANTIL (ADULTOS)

La abuela de Manuel (10 años) y Cristina (8 años) está gravemente enferma en el hospital y sus padres no saben muy bien qué hacer: ¿Qué harías en su situación?

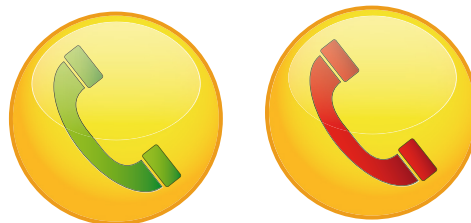



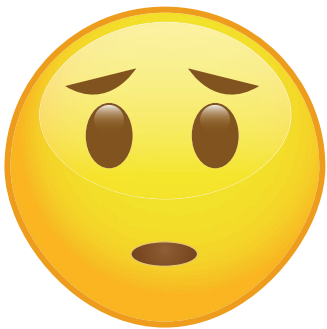










**1.**  
Ocultar la situación porque son muy pequeños. Es mejor no crearles un dolor innecesario.

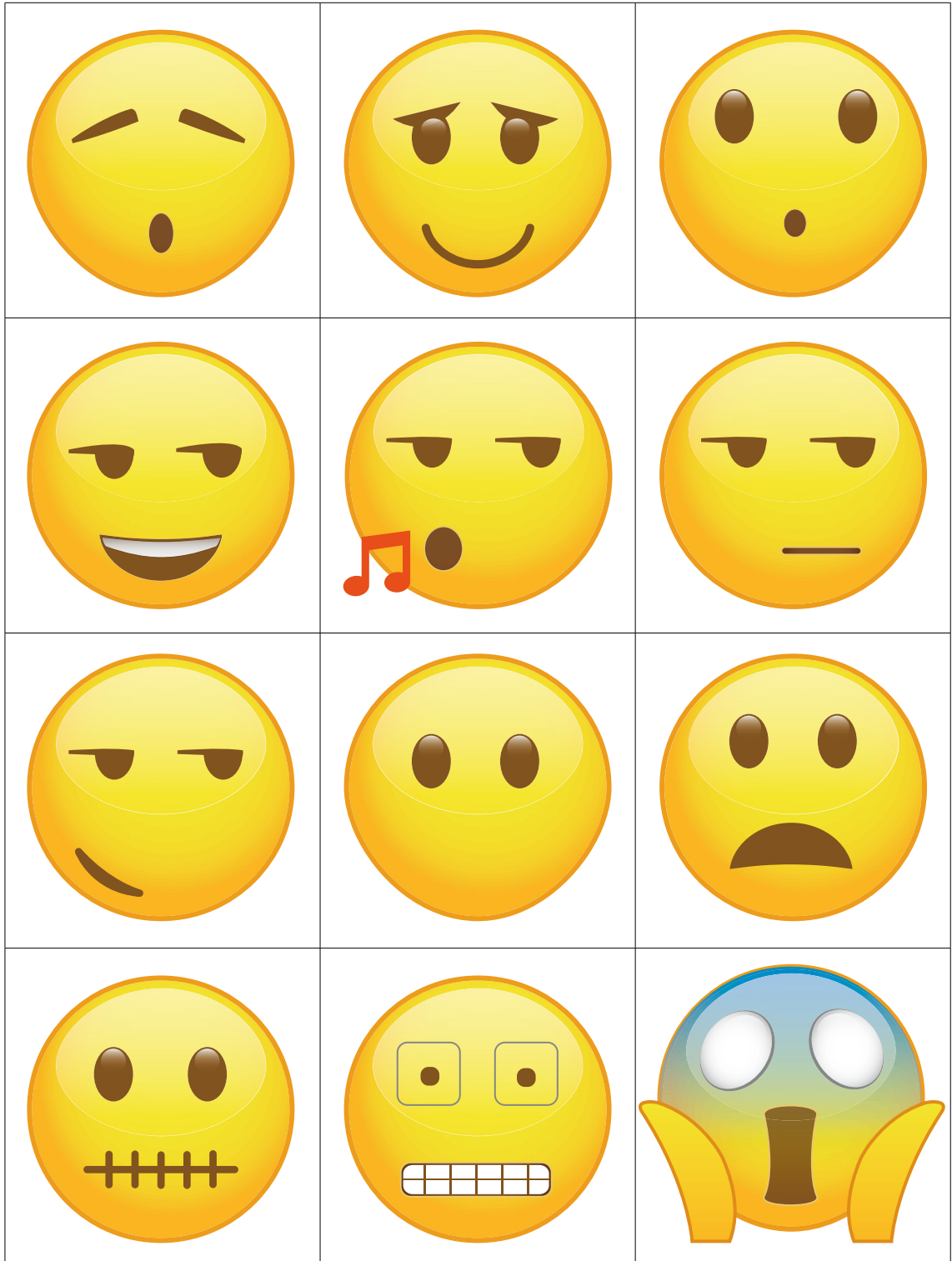
**2.**  
Contarles la situación y preguntar si quieren ir al hospital a despedirse de ella.

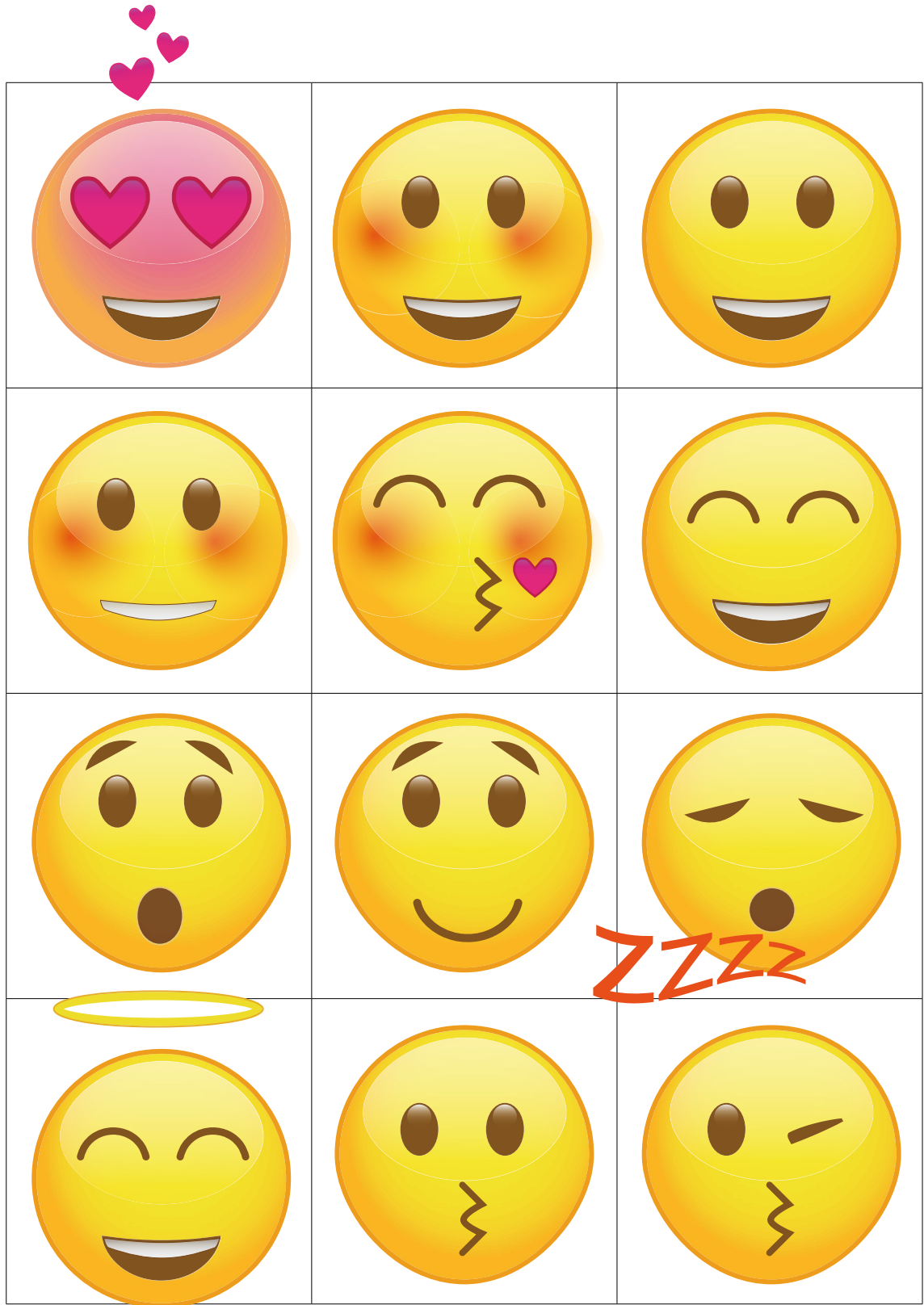
**3.**  
Les llevaría al hospital para que vean a su abuela, pero no les diría que está muy enferma.

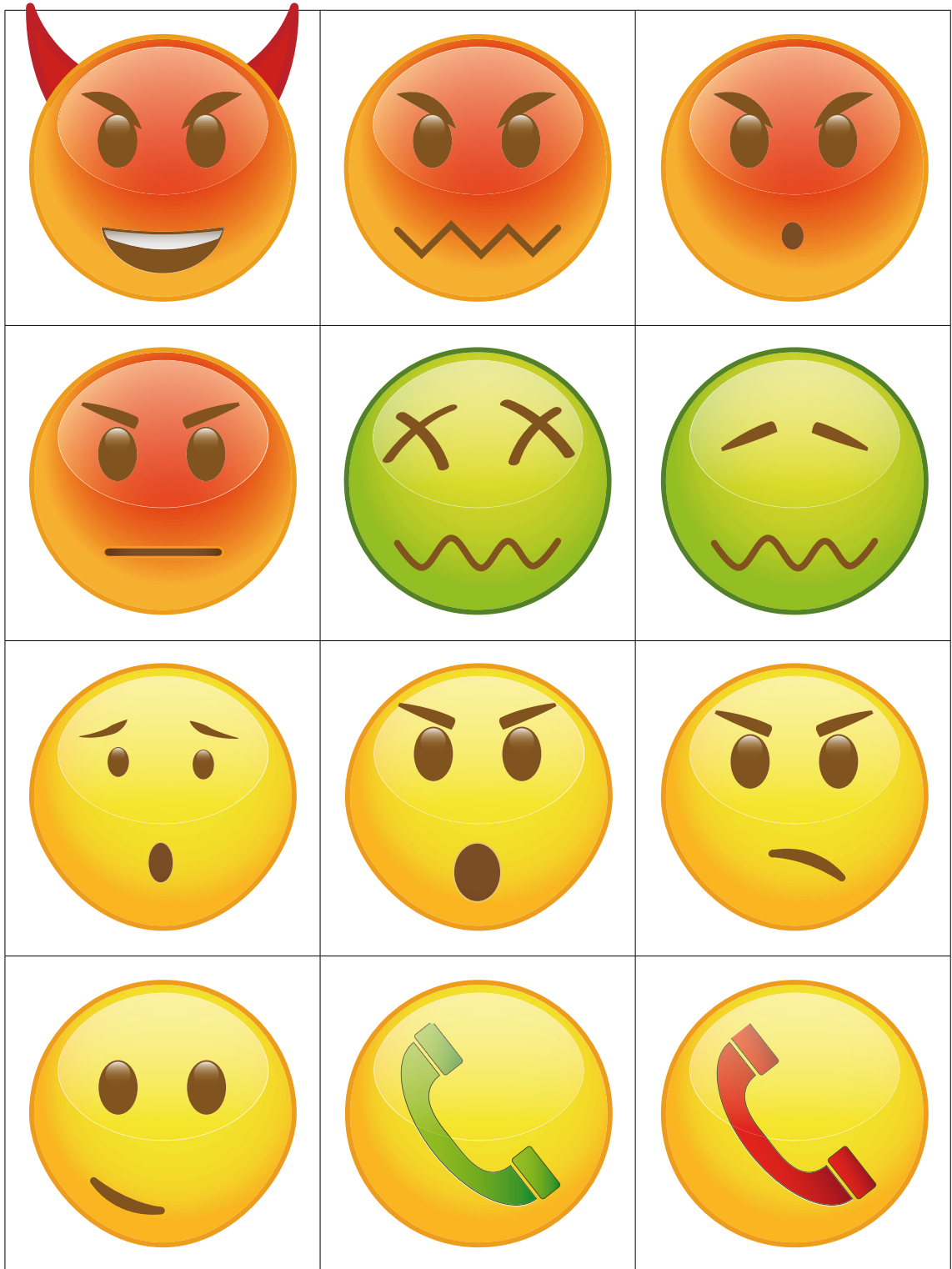
ANEXO 9  
EMOTICONOS


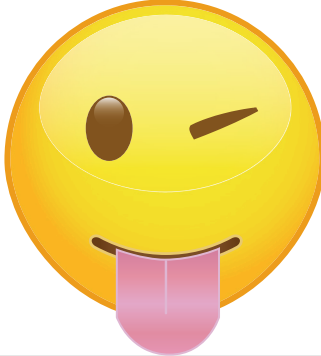




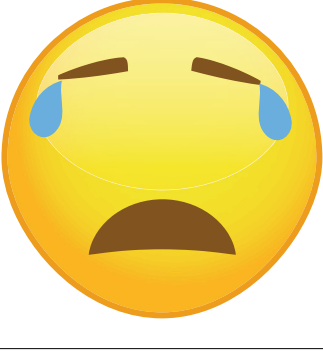
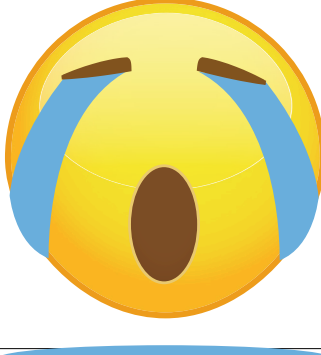



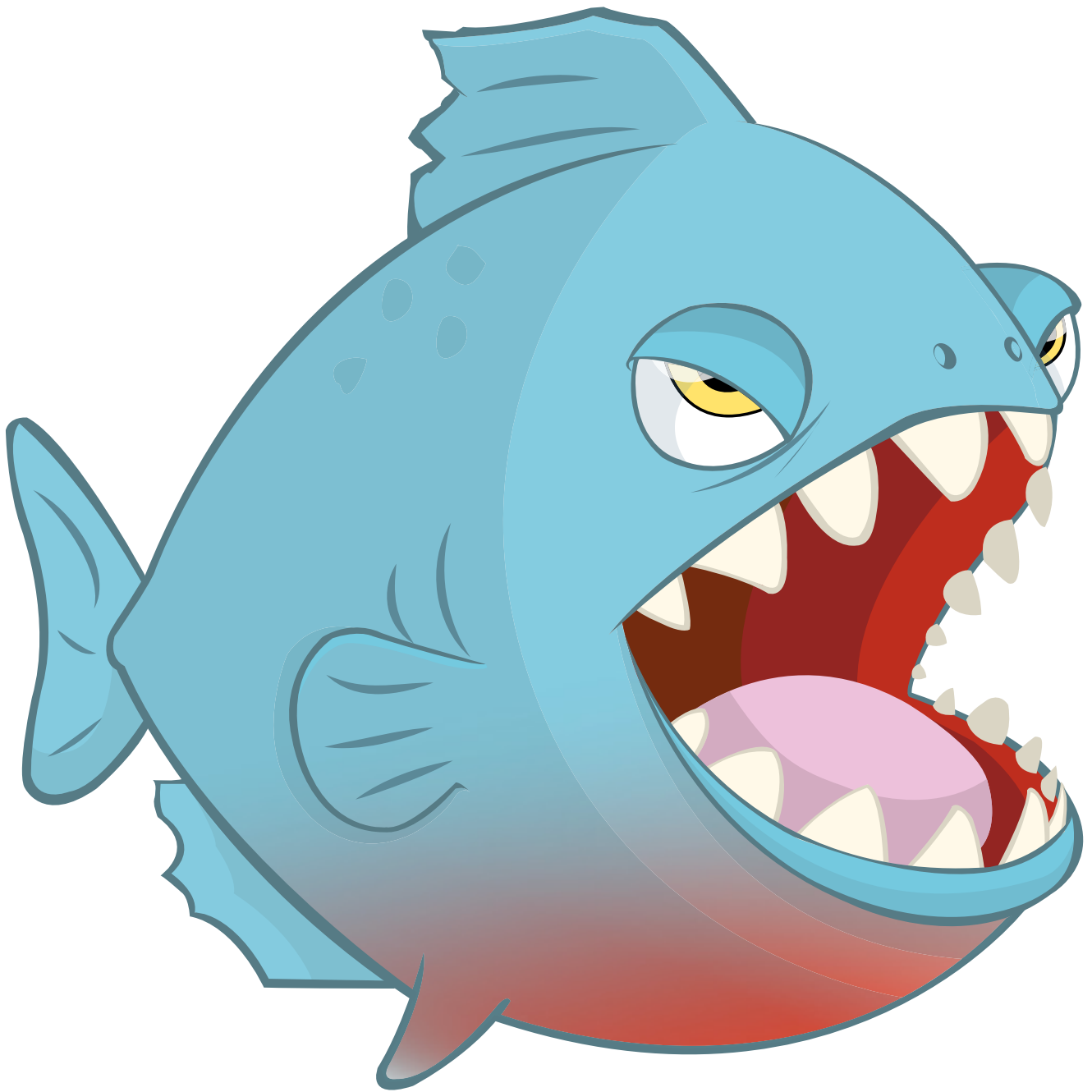






ANEXO 10  
PIRAÑA





# ANEXO II

CÓMIC

## LA ADOLESCENCIA Y EL TIEMPO LIBRE



# ANEXO II

## CÓMIC

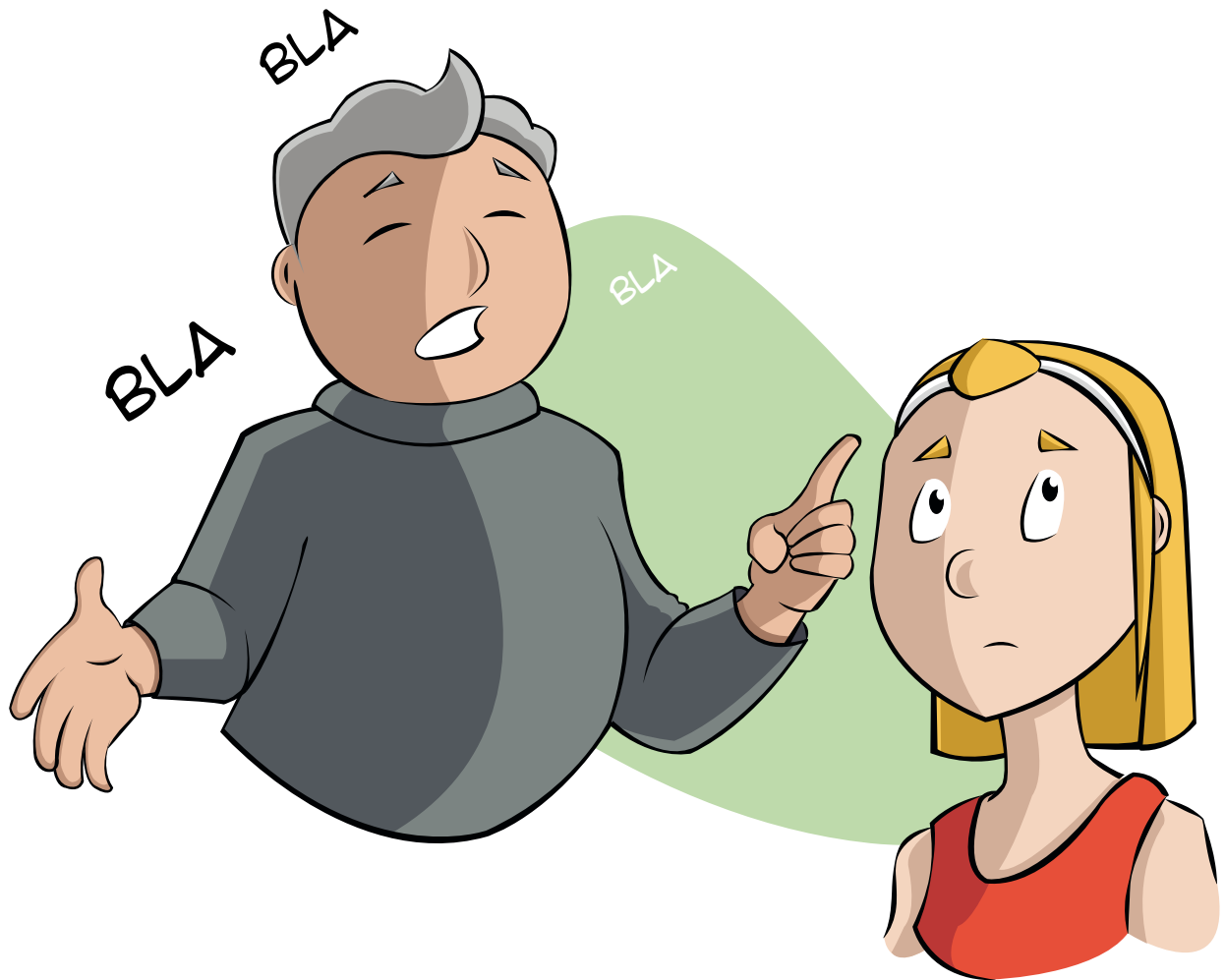
### INTERESES/PREOCUPACIONES Y CAMBIOS EN LA ETAPA ADOLESCENTE



# ANEXO II

CÓMIC

## LA RELACIÓN CON EL ADULTO



# ANEXO II

## CÓMIC

### INFLUENCIA DE LOS MEDIOS DE COMUNICACIÓN Y LA PUBLICIDAD



# ANEXO 12

## MODELO DE ANOTACIONES EVALUACIÓN FINAL. JUEGO DE LA OCA

### ADULTOS

**1. Responde si son verdaderas o falsas las siguientes afirmaciones: Cuando los adolescentes llevan la contraria a sus padres/madres suele ser porque:**

- a) No tienen experiencia suficiente y no saben que los adultos solemos llevar la razón.
- b) Necesitan diferenciarse de los adultos de referencia y tienen una falsa sensación de control.
- c) No escuchan, son muy tozudos.

**2. Describe 3 aspectos que aseguren un vínculo afectivo sano en las relaciones:**

*(Cualquiera de las siguientes repuestas: atender al bebé cada vez que lllore y tratar de averiguar qué le pasa; ser muy afectuoso; protegerle del peligro sin ser alarmista; prestarle atención; ofrecer pautas y límites; dedicar tiempo para jugar con él; interesarse por su vida y sus gustos, etc.; calmarle cuando pierda el control de sus emociones; permitir espacios para el desarrollo de la autonomía del niño o la niña.)*

**3. Menciona alguno de los beneficios del vínculo seguro:**

*(Aporta tranquilidad a la relación; aporta seguridad; permite que el niño y la niña pueda explorar su entorno con seguridad; el niño o la niña perciben que el amor de su padre o madre es incondicional; cuando existe algún conflicto en el presente o futuro es más fácil llegar a una solución pacífica; permite una comunicación más abierta.)*

**4. Las rabietas en un niño o niña de 2 ó 3 años suelen deberse a:**

- a) Es caprichoso, quiere salirse con la suya.
- b) A veces ni lo sabe, puede ser porque tiene sueño, hambre o está cansado.
- c) Siente frustración por no conseguir lo que quiere.
- d) Tiene mucho carácter.

**5. Describe 3 consecuencias positivas de enseñar a los niños y niñas límites y normas:**

*(Respeto por los derechos ajenos; autocontrol; control de la impulsividad; son beneficiosas porque aportan seguridad; son beneficiosas para la convivencia.)*

## **6. El llanto del bebé es:**

- a) Una llamada de atención.
- b) Su forma de expresar que algo va mal.
- c) A veces lloran sin motivo.

## **7. Comparar a un niño con otro:**

- a) Está bien para que compita con el otro niño y mejore su comportamiento.
- b) Le crea sentimientos de inseguridad y afecta a su autoestima.
- c) Es positivo porque imitará al otro niño.

## **8. Cuando un niño o niña tiene una pataleta, ¿qué podemos hacer para solucionar la situación?:**

*(Permitir que exprese su rabia; cuando se calme, hablarle con frases sencillas, mirándole a los ojos; calmarme, tomar una respiración; ir a otra habitación si estoy muy tensa/a; no actuar si noto que estoy nerviosa/a; averiguar por qué se comporta así: si está de mal humor porque está cansada o porque tiene sueño, hambre, o le duele algo; una forma de evitar rabietas es anticiparse y negociar con los niños ciertas cosas (tiempo de juego en el parque, hora de irse a la cama, etc.)*

## **9. ¿Cómo podemos garantizar que los niños y niñas aprendan a respetar las normas?:**

*(Dar ejemplo; ser consistentes con las normas; que las normas sean claras, coherentes y realistas; si no se cumplen, que lleve una consecuencia asociada, adecuada con la norma; dejarles participar de la negociación de normas.)*

## **10. Menciona dos beneficios que aporte la participación infantil:**

*(Aumenta la autoestima de los niños y niñas; les enseña a plantearse distintas soluciones; aumenta su repertorio de conductas; les hace sentirse útiles y valiosos; les permite ser más creativos; les permite ser más resolutivos; contribuye al desarrollo de su asertividad; conlleva beneficios para la familia y para la sociedad; aumenta su sentido de la responsabilidad; a ser más autónomos; aumenta su iniciativa.)*

## **11. Entre los 12 y 24 meses pueden sentir celos de otros niños. ¿Qué hacemos?**

*(Ofrecerle seguridad y afecto ante esas inseguridades. Hablar con ellos y explicarles que por atender o mimar a otros, no les queremos menos. Involucrarles en el cuidado de otros y premiarles por ello.)*

**12. ¿Cómo debemos responder ante los miedos “imaginarios” de los niños y niñas?**

*(Escucharles y reconfortarles; no quitar importancia a lo que les pasa; evitar que se expongan a películas o programas de televisión que puedan darles miedo y provocarles pesadillas; transmitir seguridad; responder con afecto; decirles que les protegeremos.)*

**13. ¿Por qué es tan importante argumentar nuestras opiniones cuando discutimos con nuestros hijos e hijas y fomentar su espíritu crítico?**

*(Les ayudará a ser más reflexivos; les ayudará a ser más coherentes; les ayudará a defenderse de posibles abusos; defenderán mejor sus ideas; serán menos influenciables a las presiones del entorno.)*

**14. Di cuál de las siguientes afirmaciones es verdadera. El vínculo afectivo seguro está basado en:**

- a) el conocimiento mutuo, la aceptación del otro y la demostración de cariño.
- b) mucho cariño y autoridad.
- c) dejar que los niños y las niñas se desarrollen como son. La disciplina les impide ser ellos mismos.

**15. Responde verdadero o falso: admitir que te has equivocado delante de tu hijo o hija hará que pierda confianza en ti.**

**16. La mejor manera de mostrar afecto en la adolescencia es:**

- a) dándoles besos en público.
- b) a los adolescentes no les gustan las muestras de cariño.
- c) expresar afecto de la manera en las que ellos y ellas se sientan cómodos.

**17. La escucha activa es:**

- a) es escuchar mientras haces otras cosas.
- b) es tratar de entender al otro, preguntar si no entendemos algo.
- c) es escuchar al otro pero intentar que nos entienda también.

**18. Cuando ya no puedo más ante una rabieta o una discusión con mis hijos e hijas lo mejor es:**

- a) pegar un portazo y salir de la habitación.
- b) respirar profundamente, relajarse e intentar reconducir la conversación.
- c) ignorar al niño mientras está en modo rabieta.

**19. Un azote a tiempo:**

- a) muestra a los niños que no pueden hacer siempre lo que quieren.
- b) es una forma rápida para evitar que los niños repitan una conducta que no está bien.
- c) no es positivo puesto que mezcla la violencia y el amor, conceptos que nunca deben estar unidos.

**20. ¿Qué piensas cuando un niño o niña en etapa escolar insiste en irse a dormir cuando quiera?**

- a) Cada persona tiene ritmos de sueño diferentes. Hay personas que necesitan dormir menos que otras.
- b) Los niños y las niñas necesitan unos horarios fijados que les permitan descansar lo necesario.
- c) Si está jugando o tranquilo, está bien, así yo desconecto.

**21. Es normal que como padre o madre esté estresado y en algunos momentos piense por qué he tenido hijos:**

- a) Es mejor no pensar en eso, hay que apartar esos pensamientos.
- b) Es normal, no es una tarea fácil, hay días que son agotadores.
- c) Pensar eso es terrible; es un indicador de que no eres buen padre o buena madre.

**22. Cuando mi hijo o hija pequeña no quiere darme un beso:**

- a) Significa que no me quiere.
- b) Algunos niños son ariscos y no se dan cuenta de lo mucho que hacemos por ellos sus padres.
- c) Puede deberse a que simplemente no le apetece. Eso no significa que no me quiera.



# ADOLESCENTES

## 1. ¿Qué significa participar? Pon algún ejemplo:

*(Que tengan en cuenta mi opinión a la hora de tomar una decisión; que me informen de los temas que me afectan; expresar mi opinión y que la escuchen; que me den explicaciones cuando pregunto; elegir mi ropa, las actividades extraescolares; poner normas con el resto de la familia; tener alguna tarea doméstica asignada.)*

## 2. Cuando tengo una opinión distinta a la de mis padres, hermanos, amigos, etc., la mejor manera de evitar un conflicto es:

*(Expresarme con calma, lo más claro posible; no elevar la voz; dejar hablar al otro; escuchar al otro y devolverle lo que hemos entendido; nunca insultar; no usar reproches; dejar de lado la actitud de querer llevar la razón, no ridiculizar a la otra persona; no usar el sarcasmo.)*

## 3. ¿En qué consiste la asertividad?

- a) Llevar la razón y convencer al otro.
- b) Expresarse con claridad, respeto y firmeza.
- c) Admitir que el otro tiene razón y pedir perdón.

## 4. Las amigas de Susana, que tienen 14 años, han empezado a fumar. Ella es la única que no quiere, pero sabe que va a quedar mal delante de ellas. ¿Cuál de estas es la respuesta asertiva?

- a) No decir nada y cambiar de amigas.
- b) Decirles que no le apetece y explicar por qué.
- c) Fumarse un cigarro, aunque no le guste. Es mejor eso a que piensen que es una pringada.

## 5. Los adolescentes que salen en televisión y en las revistas generalmente:

- a) son chicos y chicas normales que han llegado a ser famosos por su talento y esfuerzo.
- b) no representan a todos los jóvenes, ni a su realidad.
- c) son ejemplos que todos deberíamos seguir.

**6. Si no me parezco a cantantes famosos, visto como ellos o pienso como ellos:**

- a) No molo nada.
- b) Me quedo sin amigos.
- c) Da igual, cada persona es única tal y como es.

**7. La madre de Isabel se empeña en ir al instituto a buscarla, pero a ella no le gusta. ¿Qué puede hacer para cambiar esto?**

- a) Esconderse y tratar de despistar a su madre para que no la vea.
- b) Enfadarse mucho con su madre cuando llega a casa. ¡No hay derecho a que la ponga en ridículo delante de sus amigos!
- c) Contarle a su madre cómo se siente y decirle que su intención no es dañar sus sentimientos, pero que prefiere que no vaya a buscarla al instituto.

**8. Si mi padre o mi madre se empeña en comprarme la ropa que a ellos les gusta, lo mejor que puedo hacer es:**

- a) Enfadarme mucho con ellos, no se enteran de nada.
- b) No ponérmela, que se quede en el armario.
- c) Les explico que prefiero cambiar esa ropa por una que me guste a mí.

**9. ¿Qué significa tener empatía con otra persona?**

- a) Ponerse en el lugar de otra persona, sentir como siente aunque tú no estés pasando por su misma situación.
- b) Entender lo que siente otra persona porque tú has pasado por ello también.
- c) Que esa persona te caiga bien.

**10. Responde verdadero o falso: los adultos y los adolescentes es imposible que se entiendan porque han crecido en épocas distintas.**

**11. Responde verdadero o falso: los mejores padres y madres siempre quieren la felicidad de sus hijos e hijas, por eso deben entender que si no les compran lo que piden se sentirán diferentes y discriminados por los demás.**

**12. Alberto cree que su amiga Sandra tiene un problema con la alimentación, ¿Qué puede hacer?**

- a) Es mejor no meterse en los asuntos de su amiga.
- b) ¡Nada! Todas las chicas quieren estar más delgadas, es lo normal.
- c) Coméntárselo a algún adulto de confianza de su entorno, un profesor o a alguien de su familia, por ejemplo, para que le ayude a buscar ayuda.

**13. Responde verdadero o falso: colaborar en las tareas de mi casa es justo para todos y positivo para mí.**

**14. Responde si estás de acuerdo: tanto las chicas como los chicos de nuestra edad hacen cosas que a veces no son saludables para ellos, porque lo más importante es gustar a los demás.**

**15. El padre de Luis (Luis tiene 15 años), le dice que tiene que estar en casa antes de la medianoche; ¿por qué crees que pone esa norma?**

- a) Porque quiere fastidiarle y que no esté con sus amigos.
- b) Porque pensará que es una buena hora para volver; tal vez más tarde puede ser poco seguro para él.
- c) Porque los padres lo único que quieren es mandar.

**16. La escucha activa es:**

- a) Escuchar a los demás mientras haces otras cosas.
- b) Tratar de entender al otro, preguntar por si no entiendo algo de lo que dice la otra persona.
- c) Escuchar al otro y que me entienda a mí también.

**17. Responde verdadero o falso: cuando sientes la necesidad de decirle a tus padres que les quieres no tienes por qué decirlo, ellos ya lo saben.**

**18. ¿Por qué es importante que los jóvenes participen en los distintos ámbitos de su vida: en la familia, en el instituto, en su barrio, etc.?**

*(Señala al menos dos motivos: para conocer mejor la realidad del entorno en el que viven; porque pueden contribuir haciendo cosas buenas por los demás; porque es una forma de aprender a tomar decisiones; porque les ayuda a ser más autónomos; porque mejora su autoestima, etc.)*

**19. Di si estás de acuerdo con esta afirmación y por qué: La mayoría de los adolescentes pasan de todo porque son unos egoístas.**

**20. Comenta algunas de las cosas que siempre hay que evitar cuando queremos resolver un conflicto con alguien:**

*(Eleva la voz; insultar; burlarse; usar el sarcasmo; humillar al otro; mentir; no reconocer cuando es evidente que te has equivocado; intentar convencer al otro sin escucharle; tratar de resolver el problema cuando estoy muy nervioso o enfadado; reprochar cosas que hizo en el pasado.)*

**21. ¿En qué consiste la comunicación efectiva?**

- a) Conseguir que los demás se den cuenta de que tienes la razón.
- b) En comprender a los demás y hacer que los demás nos entiendan, sin gritar ni enfadarnos.
- c) Entender lo que los demás nos quieren decir.

**22. ¿En qué consiste la asertividad?**

- a) En ser capaz de comunicar a los demás nuestras ideas con firmeza de manera tranquila.
- b) En defender las propias ideas a toda costa.
- c) En ceder si la mayoría de la gente no está de acuerdo con lo que pienso.

## PEQUES

[ Se pedirá al niño o la niña que responda una breve reflexión sobre su respuesta. ]

### **1. ¿Cómo puedo participar en casa? Comenta algún ejemplo.**

*(Cuando doy mi opinión sobre las cosas; cuando me cuentan las cosas que pasan en la familia; cuando participo de las decisiones: ir de vacaciones, qué ropa ponerme, qué actividad extraescolar me gusta, cuando ayudo con las tareas de la casa.)*

Responde verdadero o falso:

**2. Cuando me enfado o cuando no me dan lo que quiero, lo mejor es llorar y patelear hasta conseguirlo.**

**3. Cuando no estoy enfadado, escucho y entiendo mejor lo que me dicen.**

**4. Las normas no sirven para nada.**

**5. Cuando digo o hago algo que molesta a mis padres, no hace falta que pida perdón porque a ellos saben que lo hice sin querer.**

**6. Yo también debo participar en poner las normas en casa porque me afectan.**

**7. Está bien pegar a un compañero del cole si me molesta.**

**8. Es mejor que mi papá me explique las cosas antes de regañarme.**

**9. Los papás y las mamás a veces se equivocan.**

**10. Cuando no sé hacer alguna tarea o no me apetece, está bien que mi padre o mi madre lo haga por mí.**

**11. Cuando mis padres me dicen que no a algo que quiero es porque no me quieren.**

- 12. Si no puedo solucionar algo yo solo, es mejor pedir ayuda a mis papás.**
- 13. Para solucionar un problema es más fácil intentar solucionarlo entre varios.**
- 14. Participar significa decir lo que pienso.**
- 15. Pegar, gritar e insultar está bien para conseguir lo que quiero.**
- 16. Cuando me enfado con mi hermano o un amigo, lo mejor es decirle que es un tonto.**
- 17. Cuando papá o mamá no me dejan hacer algo, lo mejor es hacerlo cuando no se den cuenta.**
- 18. Darle besos y abrazos a mis padres para demostrarles que les quiero.**
- 19. Cuando sé que alguien se siente triste es mejor dejarle solo, ya se le pasará.**
- 20. Cuando tengo la razón tengo que gritar para que los demás lo entiendan.**
- 21. Cuando trabajamos en equipo, cada uno puede aportar lo mejor de sí mismo.**

**22. Javier y sus papás están enfadados, ¿Cómo pueden hacer las paces?**

- a) Les dice sin gritar por qué se ha comportado así y cómo se siente.
- b) Lloro hasta que sus padres vengan a abrazarle.
- c) Pide perdón a su padres y ya está.









*“Hijo es un ser que Dios nos prestó para hacer un curso intensivo de cómo amar a alguien más que a nosotros mismos, de cómo cambiar nuestros peores defectos para darles los mejores ejemplos y, de nosotros, aprender a tener coraje.*

*Sí. ¡Eso es!*

*Ser madre o padre es el mayor acto de coraje que alguien pueda tener, porque es exponerse a todo tipo de dolor, principalmente de la incertidumbre de estar actuando correctamente y del miedo a perder algo tan amado.*

*¿Perder? ¿Cómo? ¿No es nuestro?*

*Fue apenas un préstamo... el más preciado y maravilloso préstamo, ya que son nuestros sólo mientras no pueden valerse por sí mismos, luego le pertenecen a la vida, al destino y a sus propias familias. Dios bendiga siempre a nuestros hijos pues a nosotros ya nos bendijo con ellos”.*

**José Saramago**



[WWW.SAVETHECHILDREN.ES/QUIEROQUETEQUIERO](http://WWW.SAVETHECHILDREN.ES/QUIEROQUETEQUIERO)

## MADRID

Plaza Puerto Rubio, 28  
28053 Madrid  
T: 91 513 05 00  
F: 91 552 32 72

## ANDALUCÍA

C/ Miguel Cid, 42  
41002 Sevilla  
T: 954 21 96 43  
F: 91 552 32 72

## CATALUÑA

C/ Aragón, 386  
08009 Barcelona  
T: 93 310 52 00  
F: 91 552 32 72

## COMUNIDAD VALENCIANA

Avenida del Puerto, 267 - Puerta 7  
46011 Valencia  
T: 96 395 09 31  
F: 91 552 32 72

## EUSKADI

C/ Manuel Iradier, 22 - Entreplanta - Of. I  
01005 Vitoria-Gasteiz  
T: 945 13 43 68  
F: 91 552 32 72



GOBIERNO  
DE ESPAÑA

MINISTERIO  
DE SANIDAD, SERVICIOS SOCIALES  
E IGUALDAD



POR SOLIDARIDAD  
**OTROS FINES DE INTERÉS SOCIAL**