



¿TE SUENA FAMILIAR?

Registro de Propiedad Intelectual 132333
I.S.B.N. 92-806-3788-9
Mayo de 2003
Andros Impresores
1.000 ejemplares
Diseño: Josefina Olivos

Agradecemos la Colaboración de:
Centro de Investigación y
Desarrollo de la Educación (CIDE)
Servicio Nacional de la Mujer (SERNAM)

Los textos de esta publicación
pueden ser utilizados citando la fuente.



PRESENTACIÓN

TE SUENA FAMILIAR es un material de trabajo elaborado por Prodemu, Fundación de la Familia, Fundación Integra y UNICEF, cuyo objetivo es apoyar a las familias a mejorar las relaciones entre sus integrantes. Está compuesto por ocho cuadernos con temas y actividades para ser usados por personas que desde diversas instituciones trabajan directamente con grupos familiares.

Este material le permite al monitor adquirir conocimientos básicos sobre temas fundamentales para las familias como resolución de conflictos, comunicación, expresión de sentimientos, el tipo de autoridad que ejercen los padres, compartir la responsabilidad en la crianza de los niños, entre otros. Estos temas se seleccionaron considerando aquellos que con mayor frecuencia son motivo de consulta por parte de padres y madres, según la experiencia de las instituciones involucradas.

Más allá de las múltiples transformaciones que está viviendo actualmente la familia, ésta sigue siendo el espacio natural y privilegiado para el crecimiento y desarrollo de niños y niñas. Es en este ámbito donde ellos adquieren las herramientas más importantes para su posterior desarrollo e inserción en el mundo, y donde adquirirán los medios para enfrentar las dificultades que tengan a lo largo de la vida. Es por esta razón que vivir en familia es un derecho fundamental para todos los niños y niñas, y los padres los principales responsables de velar porque éste y los demás derechos sean respetados.

La tarea de cada padre y madre, o de quien tenga la responsabilidad de criar a un niño, no es fácil. Muchos sienten que les faltan recursos personales y que están amenazados por las tensiones cotidianas propias de la vida, lo que generalmente termina afectando a los niños: pocos espacios de comunicación, de expresión de afectos y de paciencia para resolver los conflictos, por nombrar algunos.

Las familias actuales están sobrecargadas de demandas y estamos convencidos de que no se les puede seguir pidiendo más tareas sin darles un apoyo real. Para que la familia sea ese espacio acogedor y de crecimiento para sus miembros, requiere, entre otras cosas, ser apoyada por instituciones que forman parte de una red social.

Es por este motivo que Prodemu, Fundación de la Familia, Fundación Integra y UNICEF, han querido hacer un aporte concreto para la tarea de la crianza de padres y madres a través de este material, que esperamos sea usado para beneficio de muchas familias chilenas a fin de fomentar en ellas las relaciones de calidad y el buen trato entre todos sus integrantes.

Egidio Crotti
Representante de Área de
UNICEF para
Argentina, Chile y Uruguay

Luisa Durán de Lagos
Señora del Presidente de la
República de Chile



ÍNDICE GENERAL

¿TE SUENA FAMILIAR?

ÍNDICE DE TEMAS

Cuaderno 1	<i>Cartilla para los Facilitadores Dinámicas y Juegos</i>
Cuaderno 2	<i>Empezar a Conocernos Qué Aprendimos</i>
Cuaderno 3	<i>La Historia Familiar La Familia que Hemos Construido</i>
Cuaderno 4	<i>El Día que me Convertí en Papá o Mamá Compartir Responsabilidades en la Crianza</i>
Cuaderno 5	<i>Desarrollo y Derechos de Niños y Niñas Cada Hijo, un Nuevo Desafío</i>
Cuaderno 6	<i>Aprender a Resolver Nuestros Conflictos Padres: ¿Amigos o Autoridad?</i>
Cuaderno 7	<i>La Comunicación en Familia Expresar los Sentimientos</i>
Cuaderno 8	<i>Los Temas Difíciles de Hablar La Televisión en Familia</i>



CARTILLA PARA LOS FACILITADORES

CARTILLA PARA LOS FACILITADORES

Este módulo tiene como objetivo prepararte para facilitar el grupo de papás y mamás con el que vas a trabajar las sesiones de este taller.

Por esta razón, tiene una estructura diferente de los otros cuadernos, siendo sus contenidos principalmente teóricos e informativos.

Las actividades que se incluyen son personales a fin de ayudarte a profundizar ciertos aspectos de los contenidos incluidos en este módulo.

Es importante que leas y reflexiones los temas presentados antes de iniciar el trabajo, ya que la forma de guiar el proceso del grupo, desde el desconocimiento hacia la confianza, es clave para el logro de los resultados esperados de este taller.

EMPEZANDO EL CAMINO

Muchos de los que inician este desafío de ser facilitadores¹ habrán pasado por experiencias como esta: estar parados frente a un grupo con la ansiedad inicial de saber que hay un largo puente entre los participantes y el facilitador, camino que se tiene que recorrer antes de llegar a sentir la deseada confianza grupal.

Quienes han realizado este tipo de trabajo, sabrán también que ese puente puede acortarse o puede ser cada vez más largo, dependiendo de muchos y diferentes elementos que se van mezclando para crear al grupo.

El grupo es mucho más que la suma de sus partes. Es cada persona en sí misma, con su historia, su personalidad, sus sentimientos, sus capacidades y dificultades para relacionarse con otros. El grupo lo hace cada miembro, pero sin duda que quien tiene el papel de conducirlo juega un rol fundamental, especialmente en el inicio de la relación. Quien facilita el grupo está a cargo de crear el espacio, la acogida y el respeto entre los miembros, promoviendo así que cada uno pueda abrir sus emociones a los demás, dar su opinión, y aprovechar al máximo la experiencia de crecimiento junto a otras personas.

Existen muchos tipos de grupos: una familia, un curso de un colegio, una comunidad religiosa, un equipo de fútbol, una microempresa, un taller mecánico, entre otros. Cada grupo tiene un objetivo por el cual se reúne y trabaja en común con más o menos dificultades. La familia, por ejemplo, busca ser un espacio donde se recibe y se entrega amor gratuito, donde se aprenden los valores fundamentales, donde los niños son cuidados y protegidos por adultos. Una microempresa, en cambio, es un grupo de personas adultas reunidas en

torno a la producción y búsqueda de recursos. Un curso de un establecimiento educacional es un grupo de personas generalmente de la misma edad que están reunidas en torno al objetivo de aprender, de desarrollar sus habilidades sociales y cognitivas.

Cada grupo tiene algún tipo de organización o forma de distribución de tareas. Entre esas tareas, siempre se requiere alguien que organice o conduzca al grupo hacia el logro del objetivo propuesto. Según el objetivo y el contexto en que se encuentre, quien conduce el grupo tendrá tareas diferentes y desarrollará diversas formas para liderarlo. Es distinto ser el papá o mamá de una familia que un profesor, un gerente de empresa o un facilitador grupal.

Todo esto es parte de lo que queremos que conozcas a través de este módulo introductorio para el taller de fortalecimiento familiar. En este documento revisaremos lo que se espera del trabajo con padres² o adultos a cargo de la crianza de niños, niñas y adolescentes; lo que implica el rol de facilitador y por qué esta forma de conducción grupal es diferente de otros tipos de liderazgos. También revisaremos las diferentes etapas por las que pasa un grupo, y algunas estrategias que pueden ser útiles durante el trabajo con los grupos de padres.

1 De aquí en adelante usaremos el término *facilitador* para señalar tanto a las personas de sexo femenino como masculino que estén a cargo de la conducción de los grupos de padres.

2 En adelante hablaremos de *padres* para referirnos a cualquier adulto a cargo de la crianza de un niño, niña o adolescente. Es decir, a quien cumple el rol parental.

OBJETIVOS DEL TRABAJO CON FAMILIAS Y EL ROL DE LOS FACILITADORES

Desde que una persona se transforma en papá o mamá, incluso desde que sabe que dentro de algunos meses va a llegar a serlo, son miles las preguntas sobre la crianza de los hijos que pasan por su cabeza. Algunas personas están acompañadas de amigos o familiares que le ayudan en el proceso de responder esas preguntas; otros buscan en los medios de comunicación la información sobre los niños y la crianza; algunos padres o futuros padres, reciben información valiosa de los profesionales de la salud que acompañan el proceso de gestación y nacimiento de una guagua, y luego la obtienen del sistema educacional cuando el niño o niña se transforma en alumno(a) de algún establecimiento educacional.

A pesar de todo lo anterior, la mayoría de los padres sienten que nadie les ha enseñado cómo criar a un hijo y que necesitan más espacios para conversar de este tema y de cómo enfrentar las dificultades que la formación de un hijo presenta. La idea de este taller es justamente dar a las personas que tienen la tarea de criar a niños, niñas y adolescentes, la posibilidad de juntarse, contarse la vida y aprender de sí mismo y de los demás, algunas herramientas que les hagan sentirse más capaces o preparados como papá y mamá.

Algunos se preguntarán por qué no darles a todos una buena charla. La respuesta tiene que ver con la idea que hay detrás de todo este material educativo: la crianza no tiene una receta que se escucha, se anota y se aplica. Cada familia es diferente, cada hijo es diferente, cada persona tiene una historia única y particular que influye en su manera de criar. Por eso, creemos que para tratar de ser mejores padres hace falta mirarnos, mirar la propia historia, los propios anhelos y temores. Mirar a fondo a los hijos y desarrollar las llamadas habilidades psicosociales, que

son habilidades de origen psicológico que nos ayudan en nuestra relación con otros: saber comunicarnos mejor, ponernos en el lugar de los otros, saber pedir lo que se necesita, expresar adecuadamente los sentimientos y resolver conflictos sin violencia, por nombrar algunas.

Para desarrollar estas habilidades se necesita, entre otras cosas, de un contexto especial, de tiempo para aprender y hacer propios los aprendizajes, y requiere de un sentido o motivación por el cual querer hacer algún cambio en nuestra forma de ser o de comportarnos con los demás. Si no le encontramos sentido a comunicarnos mejor, difícilmente vamos a cambiar las formas poco sanas de decir las cosas que a veces tenemos. Si no le encontramos sentido a expresar el afecto, nunca vamos a poder darle un abrazo apretado a alguien que queremos, o a poner en palabras lo que sentimos. Tanto la falta de expresión de afectos como una mala comunicación con los demás, limitan nuestra posibilidad de relacionarnos positivamente con quienes nos rodean, y nos pueden incluso aislar de las personas más queridas.

Desarrollar habilidades para ser mejores padres es como cocinar a fuego lento. Ponemos ingredientes y revolvemos con paciencia hasta que empezamos a ver los resultados. Puede que los resultados no sean vistos durante el taller, pero si más adelante, cuando los participantes del grupo se vean enfrentados a situaciones que les recuerden lo aprendido y tengan la posibilidad de llevar a la práctica en la vida cotidiana sus aprendizajes.

El objetivo de este taller es generar un encuentro entre personas diferentes, con experiencias de vida diversas, pero con la idea común de ser mejores papás y mamás. Para cumplir con esta tarea, se considera que el tipo de conducción que un grupo así necesita es la que realiza un facilitador grupal, rol que se describirá más adelante.

DEFINICIÓN DE FAMILIA

Para apoyar a las familias en la tarea de criar a sus hijos e hijas, es necesario partir por definir qué entendemos por familia. Tomaremos la definición elaborada por la Comisión Nacional de la Familia³ el año 1992, la que señala que "se entenderá por familia a todo grupo social, unido por vínculos de consanguinidad, filiación (biológica o adoptiva) y de alianza, incluyendo las uniones de hecho cuando son estables".

La novedad de esta definición para nuestra tradición sociocultural es que amplía el concepto tradicional de una pareja unida en matrimonio por la ley, y reconoce las uniones cuando son estables en el tiempo. Junto con lo anterior, dicha comisión concluyó que no es posible hablar en Chile de un solo tipo de familia. Las familias en nuestro país son diversas: provienen de diferentes contextos socioculturales, tienen diferentes religiones o ninguna, también diferentes ancestros étnicos y muy diversas estructuras.

Cuando hablamos de estructura familiar, nos referiremos a quiénes son las personas que componen la familia y qué roles tiene cada miembro en ella. Es así como se habla de familias con padre, madre e hijos (nucleares biparentales), familias de madre o padre solo con sus hijos (nucleares monoparentales), familias con madre y/o padre e hijos, más otros miembros como abuelos, tíos, u otros (familia extendida), familias con dos adultos sin hijos, entre otras.

Cada familia evoluciona y pasa por distintas etapas a lo largo de su vida, lo que constituye otra dimensión de diversidad. Aunque existen diferentes definiciones del ciclo de vida de la familia, la utilizada comúnmente es aquella que establece las siguientes etapas y sus tareas (ver cuadro en página 14-15).

Las críticas a esta forma de clasificar a las familias, tienen que ver con que las etapas de la vida familiar son descritas considerando la presencia de hijos, excluyendo aquellos tipos de familia donde no los hay. Junto con eso, se señala que este esquema representa la vida de una familia como una secuencia lineal de etapas, mientras que en la realidad muchas familias no siguen una secuencia ordenada en su desarrollo.

Sin embargo, este sigue siendo un esquema importante de tener en cuenta al trabajar con familias, porque entrega elementos interesantes sobre las tareas y características de las familias cuando pasan por esas etapas. Asimismo, este esquema es útil para reconocer cuándo una familia se encuentra frente a lo que se ha denominado una crisis normativa. Es decir, frente a situaciones de conflicto que usualmente ocurren en los momentos de cambio entre una y otra etapa, y que se relacionan con las tareas que las personas deben enfrentar en cada una de ellas.

Por ejemplo, la crisis normativa de la que más se ha escrito es la que vive una familia cuando los hijos entran en la adolescencia. La tarea de la familia en esta etapa, es aprender a flexibilizar las normas que se aplicaban a los hijos en etapas previas, darles espacio para una mayor autonomía e independencia, y así facilitarle a los adolescentes el proceso de formación de la propia identidad. Muchas familias viven con dificultad ésta y otras transiciones. El no resolver adecuadamente la tarea de cada etapa, implica una mayor posibilidad de que los conflictos se vayan acumulando y tiendan a resurgir con más intensidad posteriormente.

Las familias, como grupo social, tienen ciertas funciones que cumplir. Entre ellas, se espera que sean para cada uno de sus miembros un espacio privilegiado donde cada uno pueda desarrollarse en plenitud física como psicológica.

La Convención sobre los Derechos del Niño (CDN), de la cual Chile es parte, al hablar de la familia y su importancia para el desarrollo de niños, niñas y adolescentes, se refiere a todos los tipos de familia, sin discriminación de ningún tipo. La CDN reconoce en su preámbulo que "el niño, para el pleno y armonioso desarrollo de su personalidad, debe crecer en el seno de una familia, en un ambiente de felicidad, amor y comprensión."

En este contexto, se espera que los adultos de cada familia sean los principales responsables de la protección y defensa de los derechos de los niños durante el tiempo necesario hasta que ellos sean capaces de ejercer sus derechos por sí mismos.

Sin embargo, en la realidad muchas familias no son el espacio deseado de afecto y protección. Muchos niños, y también adultos, sufren agresiones físicas y/o psicológicas al interior de ellas; varias familias no logran satisfacer por sí solas las necesidades básicas de sus miembros y viven profundas crisis sin apoyo de redes externas.

Considerando esta realidad, es que el objetivo de este taller es hacer un aporte para que cada vez más familias tengan la posibilidad de llegar a ser ese espacio de contención, afecto y protección que todos sus miembros necesitan. Para eso, proponemos fortalecer las habilidades parentales de los adultos que están a cargo de la crianza, potenciando sus propias capacidades y entregándoles nuevas herramientas.

ETAPA

FORMACIÓN DE LA PAREJA

LA LLEGADA DE LOS HIJOS

FAMILIAS CON HIJOS EN EDAD ESCOLAR

FAMILIAS CON HIJOS ADOLESCENTES

FAMILIA PLATAFORMA

FAMILIA ANCIANA

³ Esta comisión fue creada con el fin de realizar un diagnóstico sobre las familias chilenas y elaborar propuestas tendientes a mejorar la calidad de vida de ellas. La comisión estuvo conformada por personas provenientes de diversos sectores sociales y políticos.

CARACTERÍSTICAS

Se inicia cuando la pareja decide vivir junta en forma permanente, formando su propio hogar.

Etapa marcada por el nacimiento del primer hijo, que implica un cambio en la relación de la pareja, ya que ahora además deben aprender a ser padres y asumir más tareas familiares.

Se inicia cuando el hijo mayor tiene 5 o 6 años, momento en que ingresa al sistema escolar. Comienza así una etapa de mayor independencia de la familia, y de ampliación del mundo de influencias del niño o niña.

Se inicia cuando el hijo mayor tiene entre 11 y 13 años aproximadamente. Hay un creciente distanciamiento de los hijos, que buscan ahora más compañía de sus pares. Se pueden presentar conflictos por la mayor demanda de independencia y los temores que tienen los padres por lo que puedan empezar a vivir sus hijos fuera del hogar.

Esta etapa se inicia cuando los hijos comienzan a vivir en forma independiente. Los padres muchas veces se encuentran en su última etapa de vida laboral y se preparan para el retiro. Cuando el último de los hijos se va, suele decirse que los padres sienten el "nido vacío" y esto los puede llevar a una crisis de pareja.

Transcurre desde la etapa de retiro profesional o laboral de uno o ambos miembros de la pareja, hasta la muerte. Es una etapa en que muchos viven la viudez y deben enfrentarse al desafío de estar solos. Muchas personas viven con dificultad el asumir el deterioro físico y mental, especialmente en sociedades como la nuestra que desvaloriza el rol del adulto mayor, y ofrece escasas oportunidades de esparcimiento para ellos.

TAREAS

Lograr una identidad como pareja, diferente de las familias de cada uno.
Independizarse de las familias de origen.

Cambiar flexiblemente sus costumbres como pareja, acomodándolas en función de incorporar al nuevo hijo en su vida.
Distribuir equitativamente las tareas domésticas y de crianza.
Aprender a convivir de a tres.
Establecer un sistema de reglas y normas para organizar la vida en familia.

La familia comienza a relacionarse formalmente con otro sistema social y debe aprender a integrarlo en su vida, manteniendo con la escuela una relación de colaboración para favorecer el aprendizaje de los niños.

La principal tarea de esta etapa para los padres es aprender a flexibilizar las normas puestas con anterioridad, para dar espacio a la necesidad de mayor autonomía de los hijos adolescentes. Se debe buscar un equilibrio entre ser flexibles, pero poner límites.

La tarea de los padres es dar a los hijos el apoyo emocional para que puedan partir sin culpas, y buscar para ellos nuevos espacios de desarrollo personal y de pareja.

El adulto anciano tiene la tarea de revisar su vida, y de reconciliarse consigo mismo y con los demás. Junto con asumir que se está en la etapa final de la vida, puede tener la oportunidad de disponer de más tiempo libre y hacer cosas que nunca antes había podido hacer. El derecho básico de estas personas es el descanso, y tanto su familia como el Estado, debieran preocuparse de garantizarlo.

Tomado del libro "Familias y Terapia Familiar", Salvador Minuchin

EL ROL DE UN FACILITADOR

Teniendo en cuenta las características principales de lo que se espera que sea este trabajo en grupo con papás y mamás, y sus principales objetivos, revisaremos ahora algunas de las características que se esperan del facilitador.

En primer lugar que se genere un espacio de confianza, animando a la participación de cada miembro del grupo y estimulando la creación permanente de nuevos aprendizajes entre ellos.

El facilitador es quien ayuda al grupo a problematizar la realidad, es decir, a hacer un análisis crítico de situaciones de la vida diaria. Ayuda a reconocer problemas, causas y posibles soluciones, profundizando la toma de conciencia de los participantes.

Un facilitador debiera promover la relación entre los miembros del grupo como iguales, y a la vez plantearse frente al grupo en una relación horizontal. El facilitador no es el poseedor de toda la verdad, ni tiene la misión de cambiar las ideas del grupo. Más bien tiene la misión de promover el diálogo, la escucha y el aprendizaje colectivo, proceso en el cual él también aprende de los demás.

Algunos autores han llamado a esta forma de conducción grupal como estilo no directivo, con actitudes como:

Confianza en la capacidad de cada participante para alcanzar éxito en la tarea emprendida.

- ☑ *Interés activo en su curso y en las actividades que se realizan, aceptando a cada miembro del grupo tal como es.*
- ☑ *Aceptación de sí mismo, lo que le permite cometer errores y poder dudar frente a los demás sin sentirse menos por eso.*
- ☑ *Sabe guardar los juicios de valor sobre los participantes. El facilitador no es un juez que absuelve o condena, más bien ayuda a cada participante a aprender de sus aciertos y errores.*

Esta forma de guiar un grupo estará matizada por los diferentes momentos que van ocurriendo a lo largo de cada sesión de taller, como también a través de todo el proceso grupal. Así, es esperable que en un primer momento el facilitador tenga un rol más activo y directivo, hasta que se genere confianza entre los participantes. Dentro de cada sesión hay momentos en que el facilitador debe dirigirse al grupo y entregar algunos contenidos, y existen otros en que sólo es moderador u observador de lo que se va construyendo con la participación de cada integrante.

COMPONENTES DEL TRABAJO GRUPAL Y ESTILOS DE LIDERAZGO

Dentro del proceso de trabajo de un grupo existen dos componentes principales que tienen que ver también con el tipo de liderazgo necesario en cada momento. Nos referimos al tema o tarea a desarrollar y las relaciones entre los miembros. El tema es el motivo por el cual un grupo se encuentra reunido, en este caso diferentes aspectos de la crianza. Las relaciones entre los participantes o miembros del grupo son sumamente importantes de trabajar y tener en cuenta a fin de crear un clima de confianza para que cada uno sienta la libertad de opinar y contar sus propias experiencias, en especial en este tipo de taller cuyo tema tiene que ver con la vida de las personas.

Considerando estos componentes del trabajo grupal, se distinguen cuatro estilos de conducción o formas de liderar un grupo.

LIDERAZGO INFORMATIVO:

este estilo se caracteriza porque el facilitador está centrado en entregar y recibir información del grupo, y en la tarea que se debe realizar. Mientras el facilitador se encuentra en este estilo de liderazgo no pone atención a las relaciones grupales.

LIDERAZGO PERSUASIVO:

este estilo se caracteriza porque el facilitador, a pesar de estar preocupado de la tarea que se realiza, también incorpora el aspecto de las relaciones al interior del grupo. Esto implica que es capaz de hacer participar al grupo, que estimula la reflexión conjunta, y que se preocupa del desarrollo de las relaciones entre los miembros.

LIDERAZGO DELEGATORIO:

este estilo se caracteriza porque el líder entrega tanto el funcionamiento grupal como el cumplimiento de la tarea al grupo, y se pone en una posición pasiva.

LIDERAZGO PARTICIPATIVO:

en este estilo el líder está más centrado en las relaciones entre los miembros del grupo, el desarrollo de sus habilidades sociales y del clima grupal, que del cumplimiento de una tarea particular.

Estas categorías nos ayudan a entender que liderar un grupo, o ser facilitador en este caso, no significa estar adelante del grupo o en una postura de superioridad. Quien ejerce un buen liderazgo también puede estar detrás del grupo, promoviendo que cada persona ponga lo mejor de sí misma para lograr una buena relación grupal y un buen resultado en la tarea propuesta.

Como se señaló antes, depende del momento de trabajo del grupo cuál será el estilo de liderazgo más conveniente de usar. En general, al inicio de cualquier taller el facilitador usa más un estilo informativo, entregando contenidos y datos del funcionamiento. Pero también combina este estilo con el participativo, ya que es importante considerar desde un comienzo la relación entre los miembros del grupo con el facilitador y entre ellos.

A medida que se va generando el clima de confianza necesario el facilitador puede usar un estilo de liderazgo delegatorio, en general esto se da en los momentos de trabajo en grupos chicos y en plenarios.

Al finalizar las sesiones, nuevamente se requiere que el facilitador retome el estilo de liderazgo informativo, entregando una síntesis de los temas vistos y reforzando las ideas más importantes del taller.

Es necesario considerar que cada grupo vive un proceso natural desde su formación hasta su término. Inicialmente, el desconocimiento de las personas del grupo, y los temores asociados a los temas o sentimientos encontrados frente al taller, harán que el clima sea más tenso y con menos participación. Frente a esto es natural que el facilitador asuma una postura más activa, tanto en la entrega de información como en la promoción de relaciones entre los miembros del grupo.

Posteriormente, si el facilitador logra incrementar poco a poco los niveles de confianza grupal y se genera un clima de mayor calidez, es probable que aumente espontáneamente la participación de los miembros, y que se llegue a niveles más profundos de relación. En esta etapa el facilitador puede asumir un rol más pasivo, dejando que los demás asuman una postura activa.

HABILIDADES NECESARIAS PARA LA CONDUCCIÓN GRUPAL

Hemos visto que el trabajo grupal necesario para el desarrollo de este taller no es como una clase donde un experto habla de un tema, y los presentes escuchan y luego se van. En este taller hablaremos de la vida, de la propia vida; de las cosas que uno ha hecho bien y de aquellas donde siente que se ha equivocado; vamos a hablar de los afectos, penas y alegrías. Por lo tanto, entraremos en mayor o menor medida en la intimidad de las personas. Esto implica un desafío y una responsabilidad para quien facilita el grupo.

Es un desafío en cuanto implica crear un ambiente lo suficientemente acogedor y no amenazante como para que los participantes se abran a contar sus experiencias o al menos a revisar en forma interna y profunda su vida.

Es también una responsabilidad porque se recibe en buena forma lo que otros están poniendo en común de su vida. Para eso, hay algunas habilidades importantes que desarrollar. Entre ellas están:

EMPATÍA

La empatía es la capacidad de ponerse afectivamente en el lugar de otro, es decir, hacer el esfuerzo por sentir lo que otro pudo haber sentido en determinada situación, asumiendo que es su sentimiento y no necesariamente el de uno.

ESCUCHAR ACTIVO

Escuchar activamente a otro significa poner atención con la mente y con el cuerpo a lo que esa persona me está transmitiendo. Eso pasa por dejar de hacer otras cosas mientras escucho al que me habla. Implica también mandar señales al otro que le hagan saber que lo estoy escuchando: mover la cabeza, hacer preguntas sobre lo que está diciendo, entre otras cosas. Escuchar

activamente también significa mirar los aspectos no verbales de la comunicación: cómo está sentada la persona, cómo es la expresión de su rostro, su tono de voz, o la postura de su cuerpo. Algunas veces las personas dicen más con sus caras y gestos que con palabras.

Escuchar activamente permite sumergirnos mejor en la realidad del otro y es un buen camino para lograr la empatía. Además, le hace sentir al que habla que lo están escuchando atentamente y, por lo tanto, que es alguien que importa.

Dentro del proceso grupal es fundamental transmitir esta habilidad a cada miembro del grupo, ya que enriquece las relaciones entre las personas.

NO ENJUICIAR

Cada uno de nosotros somos únicos e irrepetibles. Cada persona trae al taller su propia realidad e historia personal. Esto hace que ante una misma situación cada persona la enfrente y valore de modos muy diversos. Es necesario que siempre tengamos esto en mente y que intentemos transmitírselo al grupo, ya que enjuiciar a otros por su forma de hacer las cosas o de sentirse frente a ellas es contraproducente para la buena relación grupal.

La idea de este taller es que cada uno revise su historia, su vida actual y evalúe qué aspectos del taller o qué experiencias de otros participantes le sirven. No es la idea entrar en un debate de lo correcto o lo incorrecto, de lo bueno y lo malo. Por esto, es muy importante para el clima grupal evitar este tipo de intervenciones. En este taller no hay jueces ni juzgados, sino personas que buscan ser un poco mejores.

VALORACIÓN POSITIVA

Una de las tareas esenciales de un facilitador de grupo es ir reforzando todas las cosas buenas que vaya observando en el proceso grupal, desde las cosas más pequeñas (como la participación de alguien a quien le cuesta hablar en grupo, o la puntualidad de algunos) a aquellas que requieren mayores esfuerzos. Esto ayuda a las personas a repetir aquellas actitudes o conductas que son valoradas.

SABER DECIR NO SÉ

Como se dijo al comienzo, el facilitador del grupo es alguien que tiene la tarea de generar un espacio y un clima adecuado para que entre todos se construya el taller. Eso no significa que deba tener respuesta a todas las inquietudes y preguntas del grupo. Frente a eso, es importante poder tener la confianza de decir no sé. Muchas veces una pregunta dirigida al facilitador puede ser entregada al grupo y encontrar respuesta a través de la reflexión de todos.

CONTENCIÓN EMOCIONAL

Por el tipo de actividades y temas a tratar en este taller, es probable que ocurran situaciones con alto contenido emocional. Es primordial que frente a esto el facilitador, a través del escuchar activo y de la empatía, pueda acoger a la persona que lo necesita y se tome el tiempo necesario para que hable y se calme. Muchas veces, frente a situaciones como éstas se tiende a cambiar el clima de tensión a través de consejos, anécdotas, ejemplos personales u otro tema. Sin embargo, esto no ayuda a la persona en conflicto. Probablemente lo que esa persona necesita al sentirse angustiada o agobiada por una situación es que la escuchen, y para eso a veces es mejor el silencio que las palabras.

Es conveniente saber y recordar que como facilitadores no vamos a poder dar solución a la mayor parte de los sufrimientos de las personas que asistan al taller, ya que escapa a nuestras posibilidades. Por esto, es importante tener en cuenta que saber escuchar es ya una gran ayuda.

Otra forma de alivio que el facilitador puede dar, es invitar a la persona a conversar a solas después del taller; con ésto podrá orientarla a buscar una solución adecuada en otras organizaciones (públicas o privadas) según la necesidad planteada.

EJERCICIO 1

A fin de clarificar estos conceptos, te sugerimos hacer el siguiente ejercicio. En cada uno de los conceptos que aparecen abajo, describe alguna persona o situación en la cual pudiste identificar esa característica. Cuenta cómo era la persona, en qué situación estaba y qué te llamó la atención. Si es posible, comparte este ejercicio con otra persona para chequear tus apreciaciones.

EMPATÍA

ESCUCHAR ACTIVO

NO ENJUICIAR

VALORACIÓN POSITIVA

SABER DECIR NO SÉ

CONTENCIÓN EMOCIONAL

CARACTERÍSTICAS PERSONALES PARA EL TRABAJO GRUPAL

Las habilidades para el trabajo grupal que se mencionaban anteriormente, son aspectos del rol de facilitadores, se pueden ir trabajando y adquiriendo con la práctica. Sin embargo, hay otro aspecto que influye de manera central en la tarea de facilitar un grupo: las propias características de personalidad.

El material que vas a usar para guiar este taller es una parte del trabajo de grupo. Otro aspecto de la dinámica tiene que ver con las personas que lo componen, especialmente con el facilitador. Así, el resultado de la mezcla entre el material y las características de personalidad del facilitador va a hacer que cada taller tenga un sello propio y características únicas, independiente de que los contenidos a trabajar sean los mismos.

Cada facilitador es un instrumento a través del cual va a pasar la música del material. El resultado necesariamente va a ser diferente si el instrumento es de cuerda o de viento, si ya ha sido probado o no, si está o no afinado.

Una de las formas de afinarnos que tenemos los que trabajamos en temas de desarrollo personal es conocernos a nosotros mismos, y así saber dónde nos aprieta el zapato. Para poder conducir un grupo de la mejor manera posible, es importante saber reconocer cuáles son las propias características que ayudan o dificultan esta tarea. Conocerse sirve tanto para plantearse desafíos de mejorar en algunos aspectos en que estamos disconformes con nosotros mismos, como también para ponernos más alertas a ciertas situaciones o tipos de personas que pueden hacer aparecer en nosotros rabias, temores o tensiones especiales.

EJERCICIO 2: DESCUBRIENDO MIS HABILIDADES Y DIFICULTADES

Para profundizar en la capacidad de reconocer nuestras características les proponemos hacer el siguiente ejercicio: (ver páginas 26-27).

- Lee detenidamente el listado de características que aparece en la hoja siguiente, y marca aquellas que crees tener (positivas y negativas).
- Entre las características marcadas como propias, subraya aquellas que crees te podrían facilitar tu rol como guía de un grupo.
- Encierra en un círculo las características que podrían dificultar tu tarea como facilitador.
- Escribe en un párrafo cuáles crees que son tus fortalezas para ser una buena o buen facilitador de grupo. En otro, escribe aquellos aspectos de tu personalidad que consideras pueden hacerte más difícil la tarea de guía grupal.

Si es posible, comparte este ejercicio con otra persona que también sea o vaya a ser facilitador de este taller. De cualquier modo, guarda lo que escribiste de ti mismo para que sea un ayuda memoria que te recuerde esos aspectos donde debes ser más cuidadoso.

Es necesario aclarar que no se trata de tener que cambiar aspectos de tu personalidad para ser un buen facilitador. Lo importante es tener claro, por ejemplo, que si eres conversador, tienes que tener cuidado de no usar demasiado tiempo durante el trabajo de grupo; si crees ser poco tolerante, tendrás que ser cuidadoso de no juzgar a otros cuando sean muy diferentes a ti.

También es posible que alguna característica que consideres negativa, pueda ser útil en ciertos momentos. Usando nuevamente el ejemplo de ser conversador, esta capacidad de expresión es probable que sea muy útil en las etapas iniciales del taller, y te ayude a crear vínculos con los demás.

LISTADO DE CARACTERÍSTICAS

	POSITIVO	NEGATIVO	DIFICULTA MI TRABAJO	FACILITA MI TRABAJO
Acelerada(o)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Acogedor(a)	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Activa(o)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Alegre	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Amistosa(o)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Apoyador(a)	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Atractiva(o)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Auténtica(o)	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Autoritaria(o)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Aventurera(o)	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Buen genio	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Buen humor	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Cariñosa(o)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Comprometida(o)	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Confiable	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Conversador(a)	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Cooperador(a)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Creativa(o)	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Cuidadosa(o)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Dependiente	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Depresiva(o)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Dinámica(o)	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Emprendedor(a)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Enojón(a)	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Entretenida(o)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Entusiasta	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Espontánea(o)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Expresiva(o)	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Franca(o)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

PERSONALES

	POSITIVO	NEGATIVO	DIFICULTA MI TRABAJO	FACILITA MI TRABAJO
Fome	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Honesta(o)	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Humilde(o)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Imaginativa(o)	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Independiente	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Impaciente	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Inteligente	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Insegura(o)	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Idealista	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Líder	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Optimista	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ordenada(o)	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Organizada(o)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Paciente	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Pausada(o)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Pensativa(o)	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Persistente	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Rápida(o)	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Realista	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Segura(o)	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Servicial	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Simpática(o)	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Sociable	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Tímida(o)	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Tolerante	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Valiente	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Otras...				

PARTICULARIDADES DEL TRABAJO CON ADULTOS

Aunque muchos de ustedes tengan experiencia como facilitadores, nunca está demás recordar algunas características particulares del trabajo educativo con adultos. Los postulados que aquí se mencionan están tomados de la Educación Popular, corriente que definió algunas estrategias necesarias para potenciar el aprendizaje de los adultos, originalmente en el contexto de la enseñanza de lecto-escritura. Sin embargo, estos aprendizajes son extensibles a otros ámbitos educativos como es en gran parte la experiencia de este taller.

Por otra parte, siempre es necesario tener en cuenta que al trabajar con adultos se dan una serie de particularidades diferentes del trabajo educativo con niños, que de no ser consideradas pueden hacer fracasar una experiencia.

Algunas de los aspectos básicos del trabajo educativo con adultos son los siguientes:

- ✓ Al momento de mediar nuevos aprendizajes o reforzar algunos ya existentes, es importante partir de lo que se sabe previamente. En este caso los adultos son portadores de experiencias, ideas y conocimientos que dirigen su acción y pensamiento.
- ✓ El educador debe rescatar toda esa información para utilizarla en el proceso de enseñanza. Por tanto a la hora de trabajar con ellos es importante partir de lo que ya saben, de lo que han vivido, de lo que conocen, y hacer que esta experiencia previa se integre a los nuevos conocimientos.
- ✓ En un intercambio de experiencias e ideas personales dentro de un grupo, los aprendizajes se facilitan. Comparar ideas o experiencias, es la fuente principal de conocimiento. De esta forma, los mismos

adultos, a través de su mutua influencia, tienden a modificar esquemas de pensamiento y acción.

✓ El aprendizaje de los adultos se potencia todavía más cuando se hace a través de la práctica. De acuerdo a esto, estrategias como el ensayo y error, la experimentación de nuevos conocimientos, y el aplicar lo aprendido a la vida cotidiana, permiten a los adultos adquirir mayor seguridad personal y ver los resultados concretos de su trabajo. Esto es mucho mejor que charlas expositivas.

✓ Cuando se crea un ambiente de confianza y respeto, los aprendizajes aumentan. Y ya que el aprender se facilita a través del intercambio de opiniones y experiencias, de la discusión y el análisis, es importante mantener un clima con esas características.

✓ Una estrategia de modelaje o imitación, cuando es bien dirigida, permite a los adultos aprender directamente una manera de operar en la realidad. Esto implica que un adulto no sólo aprende de los contenidos del taller, sino que también puede tomar para sí lo que observa en otros, en particular del facilitador del grupo.

✓ Cuando se trabaja con grupos se recomienda el uso de técnicas adecuadas que dinamicen el diálogo y la participación de los miembros. Sin embargo, deben estar bien guiadas ya que fácilmente se puede perder el objetivo.

✓ Cuando cada uno de los participantes tiene la oportunidad de manifestar puntos de vista personales, se descubren a sí mismos, al resto y la situación en que se encuentran, mejorando finalmente los aprendizajes.

✓ Para que se produzca aprendizaje, los adultos requieren estar muy motivados y animados. De esta forma es importante hacerles notar el beneficio personal y práctico que pueden obtener con cada nueva cosa aprendida.

✓ Es necesario desafiar a los adultos a aprender. Plantear situaciones demasiado fáciles puede desmotivar el proceso de aprendizaje. Sin embargo, cuando se desafíe es esencial que encuentren una solución al problema planteado, ya que de lo contrario se corre el riesgo de generar frustración en el grupo.

Cada uno de estos aspectos del trabajo con adultos, pensados para contextos más bien escolares, son plenamente aplicables para el trabajo de este taller e imprescindibles de tener en cuenta en las sesiones de trabajo.

LOS CASOS DIFÍCILES

Existen momentos del trabajo de grupo en que un facilitador puede sentirse particularmente tensionado. Entre ellos están los siguientes:

ALGUIEN SE TOMA LA PALABRA:

Suele ocurrir que alguien, ya sea porque necesita mucho expresar lo que le pasa o porque su estilo es ser muy largo para hablar, toma la palabra y se extiende más de la cuenta. ¿Qué harías en esa situación?

Como facilitador no puedes dejar pasar una situación como ésta, ya que se le está quitando a otros la posibilidad de compartir su experiencia en el grupo. Lo sugerido es:

- Anticiparse a este hecho y ser muy insistente en que es necesario hablar corto para que todos tengan tiempo. También puedes usar una forma entretenida de medir el tiempo, por ejemplo tener una tarjeta roja y una amarilla para mostrársela al que esté hablando mucho.
- Si eso no sirve o no tienes previsto alguna técnica, se sugiere que en el momento en que la persona esté terminando un tema, tú tomas la palabra, haces un resumen de lo que esa persona ha dicho hasta ese momento y le agradeces su participación señalando a

su vez, que es importante escuchar a otro integrante del grupo, para que alcancen todos a compartir. Todo lo anterior, en un tono de voz muy amable.

NADIE HABLA

La situación opuesta es el silencio total frente a una pregunta, ¿qué harías en esta situación?

- Al respecto, lo que se sugiere es tolerar por un rato el silencio y esperar que alguien hable sin presionar en exceso.
- Si eso no da resultado, también se puede pedir con amabilidad a alguna persona que entregue su opinión, señalándole que tiene la posibilidad de no hacerlo.
- Si nadie quiere hablar, es importante conversar sobre esto y no dejarlo pasar. ¿Será que no se sienten en confianza? ¿Será que pasa algo de lo que uno como facilitador no se ha enterado?

DESCALIFICACIONES

Muchas veces, sin la menor intención de herir a nadie, las personas descalifican lo que otra ha dicho o juzgan sus acciones. Por ejemplo, cuando alguien dice "yo jamás habría hecho algo como lo que ella hizo", "lo que él dice no es correcto porque....".

En estos casos es importante parar cuidadosamente a la persona, y recordarle que en este taller vamos a hablar desde lo que a mí me pasa, de lo que yo siento, no de lo que otros deben o no sentir o hacer.

Siempre es bueno recordar que somos todas personas diferentes y miramos la vida desde la posición en que estamos, con la historia que traemos, y por lo tanto hay tantas visiones de un mismo problema como personas habrá en el taller.

EL TALLER

A continuación se presentarán algunos aspectos generales del taller, sus módulos y aplicación.

Este taller está compuesto de una serie de 8 cuadernos, cada uno con 2 módulos. El cuaderno 1 contiene la formación personal para el facilitador y una selección de juegos y dinámicas de grupo. El cuaderno 2 te ayudará en la primera sesión de conocimiento con el grupo y contiene además el módulo de evaluación final del taller. En el cuaderno 3 hablaremos de la familia, la de origen y la que hemos construido. El cuaderno siguiente se refiere a la aventura de ser padres y a la crianza de los hijos. El cuaderno 5 aborda el tema de los derechos de los niños y cómo cada hijo es diferente del resto. El cuaderno 6 nos guiará en torno al tema del maltrato infantil, la violencia, la disciplina y los conflictos al interior de las familias. El cuaderno siguiente nos entregará herramientas para aprender a comunicarnos mejor y expresar los sentimientos. Finalmente, el cuaderno 8 aborda la problemática de los temas difíciles de hablar con nuestros hijos y de la TV en la familia.

Cada cuaderno contiene los siguientes puntos:

NUESTRO TEMA DE HOY:



presentación teórica del tema a trabajar, con elementos que ayuden al facilitador a manejar los contenidos necesarios para el buen desarrollo de la sesión y para cerrar reforzando los temas que considere más relevantes.

OBJETIVOS PARA ESTA SESIÓN:



se entregan los objetivos que orientarán el trabajo del facilitador y que actúan de brújula de toda la sesión. Si bien hay flexibilidad en la aplicación de ciertas actividades y en dar más espacios de conversación si se necesita, lo más importante es no perder el norte dado por el o los objetivo(s).

MATERIALES:



listado de materiales a usar en la sesión.

ACTIVIDADES PARA LA SESIÓN DE HOY:

en esta sección se entrega una estructura para trabajar el tema con sugerencias de actividades y tiempos de duración. Dentro de cada sesión hay un momento de encuentro, una actividad principal para desarrollar el tema, un momento de síntesis de lo trabajado, un momento de evaluación para que los participantes cuenten qué les pareció lo que hicieron ese día y una tarea para la casa. El cuaderno 1 contiene un anexo de actividades grupales, de las cuales puede tomar algunas para hacer un tiempo de "descongelamiento" al comienzo de la sesión, pero considere bien antes si le alcanza el tiempo. Se incluye una actividad alternativa para profundizar o usarla como actividad principal.



HOY CONVERSAMOS SOBRE...

la idea de esta hoja es que se pueda fotocopiar para cada participante, ya que contiene ideas centrales para la casa. También hay un espacio en blanco que le permite al participante evaluar cuál fue su propio aprendizaje. No es la idea hacer de esto una evaluación de contenidos, sino que más bien una reflexión sobre las ideas o sentimientos que a cada persona le quedaron dando vueltas después de la sesión. También le puede servir al facilitador para reforzar ciertas ideas en relación con el tema tratado.

ANEXO



con hojas de trabajo u otro material.

Como se señaló, este material espera ser un aporte, un estímulo para el trabajo de ciertos temas considerados importantes dentro de la vida familiar. Sin embargo, la experiencia de facilitador, el contexto en el que se desarrolle el taller, las circunstancias puntuales que se presenten u otras, deben ser incorporadas al proceso. En ese sentido hay espacio para innovar y flexibilizar ciertos aspectos, pero la idea es que se cumplan los objetivos propuestos para cada sesión.

Esperamos que tengan un buen trabajo de grupo, que conozcan en profundidad a las personas con las que trabajen y esto les permita tener acceso a su riqueza interior, a sus recursos como papás y mamás y que a partir de esos recursos logren mejorar aquellos aspectos donde sienten estar flaqueando.

Nunca hay que olvidar que la transformación de conductas, actitudes, ideas o sentimientos no depende finalmente de nosotros como facilitadores, sino de la disposición a abrirse que tenga cada uno de los papás y mamás que participen de este taller. Nuestra responsabilidad es generar un ambiente y entregar los estímulos necesarios para que esa apertura sea posible.

¡BUENA SUERTE!



DINÁMICAS Y JUEGOS

DINÁMICAS Y JUEGOS

La siguiente recopilación de juegos y dinámicas pretende apoyar el trabajo de los facilitadores de grupo al permitirles contar con múltiples alternativas para motivar y desarrollar actitudes y valores relacionados con la educación para niños, niñas y adultos.

Las dinámicas recopiladas de diferentes fuentes (ver bibliografía citada al final) se agruparon de acuerdo a los objetivos del juego.

- **Dinámicas de presentación.**
- **Dinámicas de confianza y cohesión grupal.**
- **Dinámicas para el contacto emocional.**
- **Dinámicas de comunicación.**
- **Dinámicas para la resolución de conflictos.**

DINÁMICAS DE PRESENTACIÓN

Se trata de juegos muy sencillos que permiten un primer acercamiento y contacto. Fundamentalmente están destinados a aprender los nombres y alguna característica mínima. Son útiles cuando los participantes no se conocen y es el primer momento.

DINÁMICAS DE CONFIANZA Y COHESIÓN GRUPAL

Son ejercicios físicos para probar y estimular la confianza en uno mismo y en el grupo. Pretenden fomentar las actitudes de solidaridad para prepararse para un trabajo en común, un taller que suponga exponerse o un trabajo que requiera interactuar en grupo.

DINÁMICAS PARA EL CONTACTO EMOCIONAL

Son dinámicas que favorecen el contacto con el cuerpo e inducen al trabajo con el mundo interior, los sentidos y emociones. Llevan al redescubrimiento de nuestras propias capacidades a partir de lo que sentimos. Permiten tomar conciencia que estamos en condiciones de incorporar lo afectivo a nuestra vida diaria y que esto es un

paso importante en nuestro desarrollo personal.

DINÁMICAS DE COMUNICACIÓN

Son juegos que buscan estimular la comunicación entre los participantes e intentan romper la unidireccionalidad de la comunicación verbal, en la que normalmente se establecen unos papeles muy determinados. Estos juegos buscan favorecer la escucha activa en la comunicación verbal y, por otra parte, estimular la comunicación no-verbal (expresión gestual, contacto físico, mirada...) para favorecer nuevas posibilidades de comunicación.

DINÁMICAS PARA LA RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS

Son juegos en los que se plantean situaciones de conflicto, o que utilizan algún aspecto relacionado con éstas. Permiten experimentar personalmente, con situaciones sacadas de la realidad, las distintas alternativas que tenemos para resolver los problemas con que nos enfrentamos.

Desarrolla un importante grado de confianza en las potencialidades y capacidades personales y ayuda a recuperarlas y ponerlas a disposición nuestra.

DINÁMICAS DE PRESENTACIÓN

1. LA MADEJA DE LANA

Se colocan todas las personas en círculo y el guía toma una madeja de lana y cuenta cómo se llama, qué hace, sus pasatiempos, etc. Cuando termina, le tira la madeja de lana a cualquier persona que quiera, pero sin soltar la punta. Luego los demás hacen lo mismo, tiran la madeja sujetándola de una punta y se va creando una especie de tela de araña.

Lo ideal es que después se pueda desenredar.

2. EL NAUFRAGIO

El facilitador dice al grupo que están en una situación de naufragio y que deben formar botes salvavidas con algunas de estas características:

- Que no queden del mismo grupo o ciudad.
- Que no se conozcan entre sí.
- Número de integrantes en el bote.
- Mixtos o sólo hombres y/o mujeres.

Dentro del bote para sobrevivir deben cumplir algunas tareas:

- Aprenderse los nombres de los demás naufragos.
- Saber dónde nacieron.
- Conocer qué actividad realizan en el día.
- Deben ponerle un nombre a su bote.

Al final, el facilitador pide a cada bote que demuestre que cumplió sus tareas y decide si sobrevive o naufraga.

3. LA PALABRA CLAVE

- Distribuir ocho tarjetas o papeles por equipo, cada una con una palabra: amistad, libertad, diálogo, justicia, verdad, compañerismo, valentía, ideal, etc. Las tarjetas se depositan en un sobre.
- El animador forma los equipos y entrega el material de trabajo. Explica cómo realizar el ejercicio: las personas retiran una de las tarjetas del sobre y cada uno comenta el significado que le atribuye.
- Enseguida el equipo elige una de las palabras y prepara un lema.

En plenario cada equipo se presenta, dicen el nombre de sus integrantes y el lema.

4. AVISOS CLASIFICADOS

- Cada cual recibe una hoja en blanco. Debe escribir un aviso clasificado como los del diario, ofreciéndose según sus mejores cualidades.
- Se ponen los avisos en la pared para que los participantes los puedan leer.
- Al final, se puede hacer una ronda de conversación en que cada uno cuente qué aviso le llamó la atención y puede hacer alguna pregunta al que lo escribió.

5. EL COFRE

- Al comenzar, se les entrega a cada persona una hoja con un dibujo de un cofre. Se explica que ése es el cofre de los recuerdos (puede ser de las cualidades, de las expectativas u otra idea que tenga el facilitador) y que allí deben colocar cinco de sus mejores recuerdos.
- Cuando cada uno ya los escribió, se forman parejas y cada uno le cuenta a su compañero sus tesoros.
- Al terminar, se cambian los cofres con el de su compañero.

Cuando todas las parejas terminaron, cada uno va a contar lo que había en el cofre de su compañero, hasta llegar al último.

6. JUEGO DE LAS TARJETAS

Necesitaran una tarjeta de cartulina, (20x10cm) para cada participante. Un marcador para cada uno. Alfileres para fijar la tarjeta en la ropa. Una tarjeta preparada a modo de ejemplo.

- Se distribuye a cada participante una tarjeta, un marcador y un alfiler.
- El coordinador de la dinámica solicita a todos que coloquen su nombre o su sobrenombre, en forma vertical, en el margen izquierdo de la tarjeta.
- Se indica que busquen para tres letras del nombre, tres adjetivos positivos que reflejen una cualidad personal y las escriban en la tarjeta a continuación de la letra elegida (ver ejemplo). Luego se les pide que se la coloquen en un lugar visible en la ropa.

Ejemplo:

A migable
N
G enial
E ntusiasta
L
A

- Después de esto, se les invita a desplazarse por el salón para leer los nombres y cualidades de los otros. Pueden hacerse comentarios entre los participantes y circular libremente.
- En círculo, cada persona se presenta con su nombre y luego explica por qué eligió esos adjetivos para describirse.

DINÁMICAS DE CONFIANZA Y COHESIÓN GRUPAL

1. LAS VELAS ENCENDIDAS

- Se forman grupos de 6 personas (o cinco, si son pocos).
- Cada jugador tiene una vela encendida.
- Juegan dos grupos entre sí. Se trata de apagar las velas del otro equipo con un soplo.
- Gana el equipo que al cabo de tres minutos tiene una mayor cantidad de velas encendidas o pierde aquel que le apagaron todas.
- No se puede volver a encender las velas.

2. EL ESPEJO

- En dos filas al frente, cada persona observa a su pareja de pies a cabeza. Primero de frente, luego de perfil y de espaldas.
- Uno de ellos será el espejo y el otro hará ante él una serie de movimientos o acciones cotidianas. Al comienzo, que sean movimientos lentos, suaves y progresivamente aumentan en velocidad y energía.
- Después de un momento cambian de roles.
- Los participantes también pueden realizar con su pareja espejo, una serie de roles sociales en diferentes situaciones: una bailarina, un boxeador, un futbolista, una modelo, etc.

3. SIGUE LA HISTORIA

El primer miembro del grupo dispone de un minuto de tiempo para contar una historia. A continuación, el siguiente participante seguirá contando la historia desde el punto en el que el anterior compañero la dejó. Así, sucesivamente, hasta que todos los miembros del grupo cuenten su parte de la historia.

4. EL ORDEN DE LAS EDADES

Todos en fila, adquieren el compromiso de no hablar mientras dure el juego, sólo pueden hacer señas. El objetivo del grupo es ordenarse por fechas de nacimiento, de mayor a menor, pero sin hablar. Ganará el grupo cuando esté ordenado. Al final se contrasta el orden conseguido sin hablar, con las fechas reales que cada cual nos cuente.

DINÁMICAS DE CONTACTO EMOCIONAL

1. LOS CIEGOS

- La mitad del grupo son ciegos y la otra guías. Los ciegos deben dejarse llevar por sus compañeros guías, recorriendo la sala o el entorno de la sala. Luego de cinco minutos se cambian de rol.
- Al final del ejercicio guía y ciego se sientan a conversar sobre la experiencia de confiar en el otro: es fácil o difícil, cómo se sintieron más cómodos si como guía o como ciego, etc.

2. RECONOCER LAS MANOS

- Todos ciegos, caminan reconociendo el espacio, ubicándose.
- En lo posible, evitan toparse con los compañeros.
- A una señal, se encuentran con otras personas y se tocan las manos, palpándolas, sintiendo su textura, calor, estado de ánimo, todo lo que puedan descifrar del otro a través de sus manos.
- No es necesario intentar reconocer a quién pertenecen las manos que toquen.
- Luego, busquen otras manos e intenten tocarlas todas.

3. RONDA DE CONFIANZA (COLECTIVA)

- Formen grupos de siete personas (siete es ideal, ocho o nueve está bien) y equiparen, en tanto sea posible, la cantidad de hombres y mujeres. Formen un círculo y distribuyan uniformemente a los más pequeños físicamente alrededor del círculo.
- Una persona avance hacia el centro del círculo y cruce los brazos sobre el pecho. Los otros miembros del círculo se acercan a esta persona y la sostienen con las manos durante un rato.
- La persona del medio debe cerrar los ojos y mientras mantienen su cuerpo rígido, relaje sus tobillos. Así comenzará a balancearse hacia un lado y la persona ubicada en ese lado la sostendrá. Luego pasen suavemente a la persona ubicada en el medio alrededor del círculo o a través del mismo... y muy

gradualmente aumenten el tamaño del círculo. Terminen sosteniendo a la persona durante un rato.

- La idea es proporcionarle a la persona ubicada en el centro del círculo una experiencia de confianza: debe confiar en que no lo tirarán y todos deben brindarle una situación cómoda y segura.

- Todos los integrantes del grupo deben ubicar un pie adelante y el otro bien detrás del primero. De esta manera podrán sostener un buen peso, aún sin ser muy fuertes. Si están cerca de la persona ubicada en el medio tendrán menos peso que sostener, de modo que permanezcan más cerca y mantengan el círculo dentro de dimensiones reducidas. Si alguien tiene problemas de columna, debe ubicarse cerca, o no tomar parte en esto. Observen los pies de la persona en el medio.

Mientras lo van pasando alrededor, sus pies pueden correrse hacia un lado del círculo. Si no tienen en cuenta esto pueden encontrarse con que repentinamente tienen que soportar un peso mayor del estimado. Si encontraran que el peso es mayor del que pueden sostener, dejen que la persona se apoye en el piso tan lenta y suave como puedan sostenerla.

- Dense un tiempo de dos o tres minutos para hacer el ejercicio con cada una de las personas del grupo.

- Cuando cada persona termine el juego, la detienen en el centro, y uno del grupo se acerca y le da un abrazo de acogida.

4. EXPRESIÓN NO VERBAL

- Armen grupos de seis a ocho personas y de pie formen un círculo. Alguien se ubicará al centro del círculo, frente a la persona situada a la izquierda del lugar que dejó vacío. La persona que está ubicada en el centro mirará a la persona que tiene frente de sí y se toma uno o dos minutos para tomar conciencia qué siente hacia esa persona.
- Luego, exprese lo que siente sin palabras, por medio de algún contacto físico. Haga lo mismo con la siguiente persona y así, sucesivamente, hasta regresar a su puesto en el círculo. La persona situada a su izquierda ocupa el centro y hace lo mismo, hasta que todos lo hayan hecho.
- Cuando terminen, siéntense en círculo y comuníquense las experiencias que tuvieron.

5. SECUENCIA DE IMÁGENES

- Se forman grupos de 4 personas.
- Uno de ellos es escultor, los otros tres son la arcilla para modelar.
- El facilitador propone un tema que va a tener que ser representado por cada grupo a través de esculturas (el proceso grupal, la vida familiar, la relación con los hijos, etc).
- Terminada la imagen de este escultor, cuenta hasta cinco, se desarma, y otro escultor del grupo hace otra imagen con el mismo tema.
- Cada escultor construye la imagen con tres personas del mismo grupo.
- Así, sucesivamente, hasta que se construyen cuatro imágenes.
- Enseguida repasan fielmente cada figura, por consiguiente, cada actor debe recordar cual fue su personaje en cada una de las imágenes.
- Finalmente, ensayadas, presentan esta secuencia de imágenes, como si fuese una proyección de diapositivas.
- El grupo comenta lo que vio en esta secuencia.

6. CONVERSACIÓN CON LAS MANOS

Se forman parejas, fundamentalmente entre aquellos que no se conocen bien. Entre ambos escojen a otra pareja que quisieran conocer mejor. Parados, uno frente a otro, como en cruz, obsérvense en silencio. Luego, lentamente se sientan en la misma ubicación sin tocarse. Enseguida, extiendan sus brazos hacia los lados y conozcan las manos de quienes estén cerca. El facilitador va dando instrucciones de qué transmitir con las manos.

- Digan "hola" con sus manos y lentamente empiecen a conocerlas. Expresen ahora diferentes sensaciones:

- Alegría.
- Ternura.
- Dominación.
- Ahora sean sumisas y suplicantes.
- Vitales.
- Apagadas y pasivas.
- Expresen arrogancia.
- Timidez.
- No sean muy rudas al expresar cólera.
- Tristeza y depresión.
- Desprecio.
- Expresen aceptación.

- Ahora que tienen un vocabulario, mantengan una conversación con las manos. Vean cómo puedan expresarse mutuamente, cómo se sienten y qué sucede entre los participantes.

- Muy lentamente, comiencen a despedirse en silencio de las manos que han estado tocando. Tomen conciencia de sus manos y de cómo se sienten ahora que vuelven a estar solos.

- Reflexionen lo vivenciado, a la señal del facilitador, abran los ojos y compartan lo que han vivido, sentido, experimentado. Hágalo en primera persona.

7. ROBOT

Todos caminan sueltamente, concentrados en lo que están haciendo y lo que están sintiendo.

El coordinador va señalando los distintos estados por los cuales cada uno irá pasando.

a) Piernas, brazos y cuerpo se rigidizan.

b) Tronco, cuello y cabeza se rigidizan.

c) Los ojos sólo pueden mirar hacia adelante.

d) No pueden expresar sentimiento alguno.

e) Sus ojos no ven. Se han transformado en robots.

f) Caminan como tales e ingresan a una cámara frigorífica.

g) Se quedan allí estáticos, por unos minutos.

h) Entra un haz de luz por la puerta del frigorífico y lentamente se vuelven a recuperar, pero sin establecer ninguna comunicación con los demás. Tan sólo los ven.

i) Con un movimiento artificioso, se dan cuenta que pueden comunicarse y expresar distintas emociones o sentimientos.

j) Vuelven a ser normales.

Finalmente, comparten entre todos la experiencia, señalando principalmente lo que sintieron en cada etapa.

DINÁMICAS DE COMUNICACIÓN

1. LOS ANTEOJOS

El facilitador con unos anteojos recortados en papel plantea: "éstos son los anteojos de la desconfianza. Cuando llevo estos anteojos soy muy desconfiado. ¿Quiere alguien ponérselos y decir qué ve a través de ellos, qué piensa de nosotros?". Después de un rato, se sacan otros anteojos que se van ofreciendo a sucesivos voluntarios (por ejemplo : anteojos de la "confianza", del "enojón", del "yo lo hago todo mal", del "todos me quieren", y del "nadie me acepta", etc.). En grupo, cada uno puede expresar cómo se ha sentido y qué ha visto a través de los anteojos. Puede ser el inicio de un diálogo sobre los problemas de comunicación en el grupo.

2. PASEO EN LA JUNGLA

Todo el mundo imagina que está en la jungla. Para atravesarla, dada la dificultad y los peligros, tienen que dividirse en hileras de cuatro personas. Cada jugador elige una posición según sus preferencias: primera, segunda, tercera o última posición. Luego, el facilitador indica que cada participante tiene que ir a una de las cuatro esquinas, que corresponden con las cuatro posiciones elegidas. Es decir, todos los que eligieron la primera posición estarán en una esquina, y así sucesivamente. En cada grupo se habla de por qué se tomó esa decisión.

¿Qué argumentos se utilizaron para tomar la decisión?

Una forma diferente de hacer este ejercicio puede ser que cada participante elija individualmente su posición. A continuación se forman grupos espontáneamente, en los que probablemente se repitan las posiciones. Cada grupo tiene que discutir y concretar en qué posición atravesarán la jungla.

3. GRAN FIESTA

Esta actividad deberá realizarse en un espacio amplio. Se necesitarán sillas, una por persona. También se emplearán cartulinas o papel grande, diferentes lápices de colores (rotuladores, lápices de madera, ceras, etc). El grupo deberá saber antes de comenzar la actividad, respetar el turno a la hora de hablar, aportar su opinión.

Se hará un círculo entre participantes del grupo y se empezará con una historia. Vivimos en un reino, en el que el rey quiere realizar una fiesta por la llegada de la primavera pero como no ha hecho muchas fiestas, no tiene ni remota idea de cómo hacerla. Por eso ha pedido a su pueblo que le entreguen ideas. Esto deberá presentarse antes de la fecha de la fiesta, así el rey realizará la que más le guste. Con todo el mundo y una vez explicada la situación, se formarán pequeños grupos de 5 personas atribuyendo a cada uno una categoría: ancianos del pueblo, hombres, mujeres, niños y animales. Cada grupo deberá intentar plasmar en el papel, el rol que le ha tocado representar dentro del reino.

En la puesta en común se discutirán los diferentes estereotipos en los que han sido divididos y la razón de sus representaciones.

4. JUEGO DE DISFRACES

Se pide a un participante que salga de la sala. El grupo tiene que elegir un disfraz imaginario o personaje con el que se pueda identificar la persona que salió.

Cuando el grupo llega a acuerdo se invita a entrar al compañero y un vocero le cuenta su disfraz o personaje y por qué se escogió. El disfrazado no puede comentar nada, sólo al final del ejercicio.

Luego sale otra persona y esto se repite hasta que todos hayan sido "disfrazados" por sus compañeros.

Al final se comenta lo que a cada uno le pasó con su disfraz, si se siente identificado con él, si siente que el grupo lo conoce o no, etc.

DINÁMICAS PARA LA RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS

1. ORDEN EN EL BANCO

Se necesita un banco lo suficientemente largo para que entren los integrantes del grupo. Si no lo hay se puede dibujar, o marcar con cinta aislante, dos líneas paralelas en el suelo. El ancho debe ser de unos 20 cms. Nadie puede bajarse del banco o salirse de las líneas. El facilitador invita al grupo a subir sobre el banco. Una vez que están todos colocados se explica que el objetivo es ubicarse según las edades, o la fecha de nacimiento, o la estatura, sin bajarse del banco. Se puede revisar cómo hemos logrado desplazarnos sin caernos, cómo se ha sentido el apoyo del grupo, su proximidad, etc.

2. TELARAÑA

Se trata de que todas las personas participantes pasen a través de una telaraña sin tocarla.

Utilizando una lana, construir una telaraña entre árboles o postes de unos dos metros de ancho. Conviene hacerla dejando muchos espacios de varios tamaños, los más grandes por encima de un metro.

El grupo debe pasar por la telaraña sin tocarla, es decir, sin tocar las cuerdas. Podemos plantearle al grupo que están atrapados en una cueva o una prisión y que la única salida es a través de esta valla electrificada. Hay que buscar la solución para pasar los primeros con la ayuda de los demás. Luego uno a uno van saliendo hasta llegar al otro lado.

Evaluar entre todos: ¿cómo se tomaron las decisiones? y ¿qué tipo de estrategia se siguió?

3. RÍO DE PIRAÑAS

- Hay que atravesar un río infectado de pirañas, formando un camino que nos permita pasar sin mojarnos los pies. Pero hay que mantener el equilibrio a la ida (transporte de material) y vuelta (búsqueda de nuevos materiales), por lo tanto hay que colaborar en el mantenimiento del equilibrio cuando nos cruzamos en el camino con los demás. Todos tiene que llegar a la orilla contraria.

- Cada miembro del grupo transportará su material elegido y lo colocará donde lo crea oportuno.

- El transporte de material y colocación será en orden. Hay que mantener y ayudar para guardar el equilibrio sobre el camino.

- ¿Qué materiales han sido más adecuados?

- ¿Cómo hemos ayudado para mantener el mutuo equilibrio cuando nos cruzamos en el camino?

4. SILLAS COOPERATIVAS

El juego consiste en colocar las sillas y cada participante se pondrá delante de una. El que dirige el juego tiene que conectar la música. En ese momento todos los participantes empiezan a dar vueltas alrededor de las sillas. Cuando se apaga la música todo el mundo tiene que subir encima de alguna. Después se quita una silla y se continúa el juego. Los participantes siguen dando vueltas hasta que se pare la música. Cuando se detiene tienen que subir todos encima de las sillas, no puede quedar ninguno con los pies en el suelo. El juego sigue siempre la misma dinámica. Es importante que todo el mundo suba encima de las sillas. El juego se acaba cuando es imposible que suban todos en las sillas que quedan.

Lo importante es ver si todos se ayudan entre sí, y que no dejen a nadie discriminado porque sino pierden todos.

5. FORMAR PALABRAS

Todos los miembros del grupo han de saber que la colaboración es lo más importante, ya que sin ella la realización de este juego y de otras muchas actividades de la vida cotidiana sería imposible.

Se dividirá el grupo principal en subgrupos, de manera que exista el mismo número de miembros en cada grupo. La palabra que el monitor asigne, se dividirá en letras y cada subgrupo tendrá que representar esa letra. Cuando éstos se organicen en cuanto a la formación de las letras tendrán que representar dichas letras tumbados en el suelo, siguiendo un orden para que de esta manera se forme la palabra asignada.

Se reflexionará con los participantes sobre:
¿ha sido fácil realizar las letras y la palabra en sí?
¿cómo fue la organización y realización de las letras?

6. ROBAR LA BANDERA

El juego empieza con la creación de dos grupos antagonistas (policías y ladrones) y la elección de una persona neutral. Se coloca la bandera en el interior del campo de los policías. El juego termina cuando es robada la bandera y llevada al campo de los ladrones o cuando un ladrón es cazado con la bandera.

En el último caso, si hay duda sobre si dejó la bandera antes de ser tocado, el beneficio es para el atacante. Si un ladrón deja la bandera y ésta cae al suelo está cazado, debe ser levantada por éste.

Evaluar en el grupo ¿cómo se organizaron? y ¿qué tipo de estrategia se siguió?

Bibliografía

"La alternativa del juego II", seminario de educación para la paz (SEDUPAZ-APDH). Editorial Los Libros de la Catarata, Madrid, 1995.

"Qué tal si jugamos...", Guillermo Brown. Publicaciones Populares, Venezuela, sin año.



TALLERES PARA TRABAJAR CON FAMILIAS

¿TE SUENA FAMILIAR?

Cuaderno 1

Cartilla para los Facilitadores
Dinámicas y Juegos

Cuaderno 2

Empezar a Conocernos
Qué Aprendimos

Cuaderno 3

La Historia Familiar

Cuaderno 4

La Familia que Hemos Construido

Cuaderno 5

El Día que me Convertí en Papá o Mamá
Compartir Responsabilidades en la Crianza
Desarrollo y Derechos de Niños y Niñas
Cada Hijo, un Nuevo Desafío

Cuaderno 6

Aprender a Resolver Nuestros Conflictos
Padres: ¿Amigos o Autoridad?

Cuaderno 7

La Comunicación en Familia
Expresar los Sentimientos

Cuaderno 8

Los Temas Difíciles de Hablar
La Televisión en Familia

Registro de Propiedad Intelectual 132333
I.S.B.N. 92-806-3788-9
Mayo de 2003
Andros Impresores
1.000 ejemplares
Diseño: Josefina Olivos

Agradecemos la Colaboración de:
Centro de Investigación y
Desarrollo de la Educación (CIDE)
Servicio Nacional de la Mujer (SERNAM)

Los textos de esta publicación
pueden ser utilizados citando la fuente.





EMPEZAR A CONOCERNOS

EMPEZAR A CONOCERNOS

Con esta sesión del taller daremos inicio a un nuevo proceso grupal. Las personas que llegarán traerán dudas, incertidumbres, temores y expectativas. Como facilitadores también pondremos nuestras propias emociones en este primer encuentro, por lo que es necesario revisarnos y saber cómo venimos.

Una buena forma de disminuir nuestros temores es tener bien preparada esta sesión: revisar los temas y actividades, traer todos los materiales, chequear previamente el lugar donde vamos a hacer este trabajo, traer café y galletas para dar una cálida recepción a los participantes.

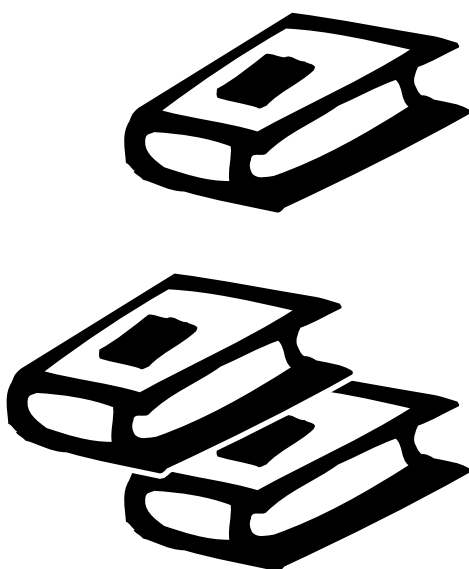
Durante la primera sesión el objetivo más importante es la creación de una relación entre los miembros del grupo, incluyendo a quien hace de guía. Esto implica darse el tiempo para conocer a cada persona, las emociones que traen a este taller, las expectativas, etc. También implica poner al servicio del grupo todas las habilidades que revisamos en el módulo introductorio, especialmente la empatía y el escuchar activo.

Este tiempo de conocimiento inicial, de aclarar expectativas y los objetivos del taller, así como el establecimiento del estilo de funcionamiento del grupo, es clave en el resto del proceso.



CREACIÓN DE UNA RELACIÓN ENTRE
LOS MIEMBROS DEL GRUPO

NUESTRO TEMA DE HOY



Criar no es una tarea fácil. Los padres van aprendiendo poco a poco cómo hacerlo. Normalmente no hay una preparación para ser padres, pero en la práctica cada familia va definiendo sus pautas de crianza frente a sus hijos. Durante los primeros años de vida, la familia le proporciona al niño y la niña sus primeras y más fundamentales experiencias de aprendizaje. Sin embargo, la tarea de criar se extiende por un largo período de tiempo, generalmente hasta que los hijos se van de la casa o forman su propia familia.

En este proceso, lo más frecuente es que padres y madres se orienten por lo que vivieron como hijos. Algunos tratan de imponer sus propios deseos sin que los hijos puedan decidir en lo más mínimo, mientras otros permiten que los hijos hagan (o tengan) todo lo que ellos no pudieron tener o vivir de pequeños. Esta última forma de actuar hace que muchos padres vivan postergando sus propias necesidades en función de la de sus hijos, aun cuando éstos hayan crecido.

Ya sea por la propia historia, el ver cómo lo hacen otros o a través de los medios de comunicación, nos vamos formando una idea sobre lo que es ser papá y mamá. A partir de esas experiencias, muchos se forman imágenes de padres ideales que son inalcanzables. Esto les hace más difícil poder reconocer en ellos sus habilidades y fortalezas para criar a sus hijos.

Especialistas en este tema, dicen que no hay padres perfectos, lo importante es ser un padre o madre suficientemente bueno. ¿Qué significa esto? Algunos aspectos que incluye esta paternidad suficientemente buena son: la buena comunicación con los hijos, la capacidad de expresarles afecto, la acogida que damos a sus afectos; poder enfrentar las dificultades sin violencia; saber poner límites con cariño y firmeza; reconocer y valorar las diferencias de cada uno de ellos, entre otros temas.

La Convención de los Derechos del Niño (CDN), plantea que los padres tengan la capacidad de entregar a sus hijos las herramientas necesarias para que desarrollen su personalidad en forma plena y armoniosa. Asimismo, plantea que los padres, tutores u otras personas a cargo de la crianza, tienen la responsabilidad de entregar al niño dirección y orientación adecuadas, según la evolución de sus facultades, para que ejerza los derechos que la Convención le reconoce. Mientras los hijos no puedan hacerlo por sí mismos, son los padres quienes están llamados a proteger y defender esos derechos. Entre ellos: el derecho a la salud y educación, a no ser discriminado por su raza, sexo, condición social, el derecho a no ser sometido a maltratos ni abusos.

Para que los padres, madres u otros adultos a cargo de la crianza puedan cumplir con el desafío de criar a un hijo, se hace evidente la importancia de

fortalecer sus habilidades junto con entregarles nuevas herramientas para mejorar su tarea de criar.

Durante estos talleres tocaremos temas de alto contenido emocional para los participantes y también para los facilitadores. Hablar de cómo lo hacemos como padre o madre no es nada fácil, son temas que a todos nos suenan familiares y que muchas veces pasa por reconocer errores cometidos, por dolorosos que sean. Es por esta razón que el clima del grupo es fundamental para el éxito del taller.

Para hablar en grupo de uno mismo se necesita un ambiente acogedor, personas escuchando atentamente, cercanas y no jueces. Todo eso se va construyendo en el proceso del grupo, pero sin duda el primer encuentro es de enorme importancia.

Para empezar a recorrer este camino es necesario saber quién es cada miembro del grupo, qué hace, cómo es su familia, qué temores tiene, qué sueños o expectativas se ha hecho de este espacio.

La primera sesión del taller estará principalmente dedicada a construir las bases de esta relación. Es importante darse el tiempo para que cada uno de los participantes cuente de sí mismo, sus expectativas, temores y aclarar las dudas que tengan. También es necesario definir ciertos acuerdos entre todos que permitan el buen funcionamiento del grupo.

Contar con la presencia de las personas que estén ese día en el taller es un mérito que debe destacarse. Haber llegado hasta ahí debe ser resaltado como una fortaleza, una forma de mostrar preocupación y cariño por los hijos, un deseo de aprender a hacerlo aún mejor.

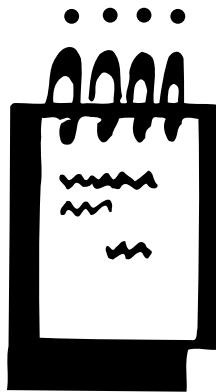
Puede ocurrir que aparezcan otros participantes en el camino de este taller, y es necesario definir con anticipación hasta qué sesión se acogerán otras personas para no interferir en el desarrollo de la confianza grupal.

Recuerda que el ambiente para esta primera sesión debe ser especialmente acogedor para dar una buena bienvenida a cada persona.

Si la primera vez llegan pocas personas, no dejes que quienes sí fueron se vayan a sus casas sin una experiencia significativa. Es mejor conocerlos y trabajar con ellos, que suspender la sesión, ya que eso te dejará a ti y a ellos muy frustrados.

Revisa la estrategia de convocatoria, y planifica otras alternativas para una nueva invitación. Incorpora a quienes fueron ese día al taller, ellos te pueden dar buenas pistas de lo que resulta o no para convocar a otros padres y madres.

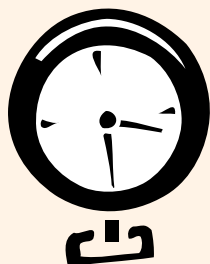
OBJETIVOS PARA ESTA SESIÓN



A través de esta primera sesión se espera que los participantes logren:

- **Iniciar entre ellos un proceso de creciente conocimiento y confianza grupal a fin de generar un ambiente adecuado para el trabajo de los temas del taller.**
- **Identificar y clarificar sus expectativas y dudas en relación con este espacio.**
- **Establecer entre todos los miembros del grupo los acuerdos necesarios para el buen funcionamiento del taller, relacionados tanto con aspectos prácticos (horario, lugar, puntualidad, etc.) como con la confidencialidad de la información y el respeto por las experiencias de cada persona del grupo.**

ACTIVIDADES PARA LA SESIÓN DE HOY



MATERIALES A USAR EN LA SESIÓN

Papelógrafo con programa del taller.

Etiquetas o cartulinas y alfileres para nombres de los participantes.

Hoja de contrato grupal para cada participante.

Hoja de características de personalidad para cada participante.

Lápices.

Plumón o tiza.

Café, té, azúcar y algo rico para compartir.

¿TENGO TODO LO QUE NECESITO?

ACTIVIDAD INICIAL
BIENVENIDA
(30 MINUTOS)

Siendo esta la sesión de inicio del taller, es muy importante dar énfasis a la calidad del primer contacto con las personas que lo integran. Por esto, se sugiere que el facilitador haga una presentación informal de sí mismo, contando algo sobre su vida: algún hobby, quiénes integran su familia, qué lo motiva a hacer este taller, etc.

Luego se pide a cada participante que se presente y cuente cómo llegó o supo de este taller.

Pídele a cada persona que cuente algo de su familia que crea importante que el grupo sepa.

Es bueno que cada uno tenga un tiempo para contar qué lo trae hasta aquí. No apures esta parte de la sesión, dándote el tiempo para conocer a las personas con las que trabajarás.

Es importante que al final de la sesión se cuente con un registro de los nombres y teléfonos de contacto de cada participante para avisar cualquier cambio de planes o recordarles la próxima sesión.

ACTIVIDAD PRINCIPAL
EXPECTATIVAS
Y COMPROMISOS
DEL TALLER
(60 MINUTOS)

Los objetivos de esta actividad son que los participantes:

Presenten y clarifiquen sus expectativas sobre el taller, recibiendo la información que necesiten para ello.

Establezcan un contrato grupal para el buen funcionamiento del grupo.

Según el número de participantes, puedes formar grupos de tres o cuatro personas para esta actividad.

Invita a los participantes a hacer unos minutos de silencio para que piensen o se imaginen qué va a pasar en el transcurso del taller y qué cosas les gustaría o no que pasaran.

Luego, cada participante (en grupo o plenario según como estén trabajando) cuenta lo que se imaginó en forma personal. Si se trabaja en grupo, una persona puede anotar lo que cada integrante diga para presentarlo en plenario.

Se sugiere que el facilitador sólo escuche y tome nota para clarificar las dudas y expectativas al final de esta actividad. Es importante que todos den su opinión, por lo

que invita a aquellas personas que no hablan espontáneamente a que expresen sus temores y expectativas.

Una vez que todos los participantes han hablado, el facilitador recoge los aportes del grupo haciendo una síntesis de las expectativas y temores planteados.

Sobre la base de esto, puede presentar los objetivos del taller. Tomando en cuenta las expectativas de los participantes, confirmar aquellas que podrán ser satisfechas por el taller y cuáles no. Es importante referirse a que es natural que al iniciarse un proceso de grupo existan temores. A su vez, señalar que la persona que sienta que es puesto frente a una situación desagradable, lo diga en el momento.

Luego se invita a los participantes a crear un contrato de grupo. Para eso se pide reunirse con tres o cuatro personas y responder a las siguientes preguntas:

Para que un grupo funcione bien, ¿cuáles son las tres reglas que considero no deben faltar?

¿Qué puedo aportar de mí para que haya buenas relaciones en el grupo?

¿Qué necesito que hagan o eviten hacer los demás para sentirme en confianza?

PLENARIO

Sobre la base de estas tres preguntas se puede ir elaborando un contrato para el buen funcionamiento del grupo. Use como modelo el contrato grupal del anexo para dar sugerencias que no hayan aparecido.

Anote en un papelógrafo los acuerdos alcanzados.

Como una forma de validar los acuerdos tomados por el grupo, se sugiere llevar una copia del contrato a la sesión siguiente para que sea firmada por todos. Si es posible, que cada miembro del grupo se quede con una copia.

ACTIVIDAD ALTERNATIVA

El objetivo de esta actividad es llegar a establecer un adecuado nivel de compromiso entre los participantes para potenciar el buen funcionamiento del grupo. A diferencia de la actividad anterior de contrato grupal, ésta es más corta y, por lo tanto, más dirigida que la anterior.

Presente en un papelógrafo (o entregue fotocopias a cada participante) del contrato grupal sugerido en el anexo.

Invite a los participantes a reunirse en grupos de tres o cuatro personas para que lean y discutan cada punto del contrato. Sugiera que agreguen otras reglas que les parezcan importantes.

En plenario, revise los acuerdos de cada grupo y entre todos lleguen a un contrato grupal consensuado.

Para la siguiente sesión, se sugiere llevar una copia con los acuerdos firmada por todos.

**ACTIVIDAD
COMPLEMENTARIA PARA
TRABAJO CON
PAREJAS DE PADRES**

A través de esta actividad se espera motivar a los miembros de la pareja a reconocer y valorar, tanto de sí mismos como de su pareja, aquellas habilidades que naturalmente poseen y que ayudan en la crianza. También que identifiquen dificultades donde requieren apoyo y complementación.

Se entrega a cada participante el listado de características de personalidad (en anexo). El facilitador puede ir leyendo en voz alta cada una de éstas dando tiempo para que los participantes marquen su grado de identificación con ella.

Luego se solicita a los participantes que encierren en un círculo aquellas características que consideran les han ayudado a ser buenos padres o madres.

TRABAJO EN PAREJAS

Pida a los participantes que comenten con su pareja qué descubrieron de sí mismos en este ejercicio.

A continuación, que uno le exprese al otro las cualidades que aprecia en él o ella como padre /madre y viceversa.

Por último, que cada uno le pida al otro una ayuda concreta para superar debilidades que reconozca en sí y para las cuales necesita del apoyo o la complementación de su pareja.

PLENARIO

Pida a los participantes que cuenten lo que aprendieron de sí mismos en el ejercicio y del trabajo en parejas.

Motive la conversación con las siguientes preguntas:

¿Lo que ustedes vieron de sí mismos coincide con lo que sus parejas ven de ustedes?

¿Logran complementarse en sus habilidades?

TAREA PARA LA CASA



Cuéntele al grupo que en cada sesión entregará una tarea para seguir pensando en la casa sobre el tema tratado.

Para esta semana la tarea consistirá en revisar la lista de características de personalidad, marcando las características de sí mismos que les han ayudado en la formación de sus hijos. Luego, deberán marcar aquellas que les han dificultado la relación con sus hijos.

**EVALUANDO LA SESIÓN
(10 MINUTOS)**

Para cerrar y evaluar esta sesión, se sugiere pedirle a cada participante que diga en una palabra con qué idea, sentimiento o preocupación se queda de este día. Se sugiere terminar la sesión reforzando la importancia de la presencia de cada uno y recordando los aspectos más importantes del compromiso de grupo.

Al finalizar entregue a los participantes una fotocopia de la hoja "Hoy conversamos sobre" para que se lleven a la casa y completen el espacio en blanco en forma voluntaria.

¡Importante recordar la fecha y hora de la próxima reunión!





ANEXO I

HOY CONVERSAMOS SOBRE

Hoy empezamos a conocernos. Descubrimos algunas características de las personas con las que nos acompañaremos en este espacio de encuentro y conversación. Además nos pusimos de acuerdo sobre lo que necesitamos de cada persona y del grupo para sentirnos en confianza.

Para cada papá y mamá, la experiencia de criar un hijo o hija está llena de alegrías y emociones. Pero también tiene dificultades. Todos en algún momento nos hemos sentido frustrados o tristes por no saber si lo estamos haciendo bien o mal, ¿ Le suena familiar?

Para sacarle provecho a este taller es importante que pongamos nuestra experiencia de vida en común con los demás; que escuchemos atentamente a los otros participantes porque de ellos podemos aprender y que respetemos el acuerdo grupal que construimos entre todos.

Algunas ideas que me quedaron fueron:



ANEXO 2

CONTRATO GRUPAL¹

¹ Elaborado por Sabine Romero B. (CIDE)

1. "SOY RESPONSABLE DE MÍ"

Soy responsable de lo que doy y recibo en el grupo. Tengo la oportunidad de revisar lo que siento, pienso y quiero en este grupo. Soy responsable de expresar mis ideas y sentimientos según vaya sintiendo que puedo hacerlo. Yo valgo como persona y puedo opinar, sentir y actuar por mí misma.

2. "HABLARÉ DE LO QUE YO SIENTO, PIENSO Y NECESITO HACER"

Mi opinión es importante, pero también lo es respetar las opiniones de los demás. Por eso cuando quiera expresar mis ideas lo diré desde mí mismo, haciéndome cargo de lo que digo. Esto es: "YO pienso que... o en mi opinión creo que... a mí me pasa que..." así no descalifico lo que otros piensan u opinan.

3. "PUEDO EXPRESAR LO QUE ME PASA"

Si algo me impide estar atenta, puedo expresarlo. A veces un problema de la casa, un dolor de cabeza o un enojo con alguien del grupo nos hace estar fuera del grupo. Los demás no pueden adivinar lo que nos pasa si no contamos la necesidad que tenemos. Si podemos expresar lo que nos pasa, es posible que nuestra necesidad pueda ser resuelta, pero esto depende de mí.

4. "ESCUCHARÉ CON ATENCIÓN A LOS DEMÁS MIEMBROS DE ESTE GRUPO"

Cuando un miembro de este grupo hable, estaré atento(a) a no interrumpir e intentaré ponerme en su lugar para entender lo que quiere decir y lo que siente al decirlo. Así como yo quiero expresar mis ideas también daré espacio para que otros lo hagan.

5. "ME COMPROMETO A SER PUNTUAL"

Asumo que este es un proceso de grupo y que mi asistencia es importante. Me comprometo entonces a asistir a cada sesión y ser puntual en mi hora de llegada. En caso de no poder ir, avisaré con anticipación.

6. "ME COMPROMETO A SER DISCRETO(A)"

Seré responsable en no divulgar a nadie lo que se converse en estas reuniones. Sólo así cada persona se sentirá con la confianza de compartir sus experiencias.



ANEXO 3

DESCUBRIENDO MIS HABILIDADES Y DIFICULTADES

listado de características personales

- | | | |
|--|---|--|
| ACELERADA(O) <input type="checkbox"/> | DEPENDIENTE <input type="checkbox"/> | LÍDER <input type="checkbox"/> |
| ACOGEDOR(A) <input type="checkbox"/> | DEPRESIVA(O) <input type="checkbox"/> | OPTIMISTA <input type="checkbox"/> |
| ACTIVA(O) <input type="checkbox"/> | DINÁMICA(O) <input type="checkbox"/> | ORDENADA(O) <input type="checkbox"/> |
| ALEGRE <input type="checkbox"/> | EMPRENDEDOR(A) <input type="checkbox"/> | ORGANIZADA(O) <input type="checkbox"/> |
| AMISTOSA(O) <input type="checkbox"/> | ENOJÓN(A) <input type="checkbox"/> | PACIENTE <input type="checkbox"/> |
| APOYADOR(A) <input type="checkbox"/> | ENTRETENIDA(O) <input type="checkbox"/> | PAUSADA(O) <input type="checkbox"/> |
| ATRACTIVA(O) <input type="checkbox"/> | ENTUSIASTA <input type="checkbox"/> | PENSATIVA(O) <input type="checkbox"/> |
| AUTÉNTICA(O) <input type="checkbox"/> | ESPONTÁNEA(O) <input type="checkbox"/> | PERSISTENTE <input type="checkbox"/> |
| AUTORITARIA(O) <input type="checkbox"/> | EXPRESIVA(O) <input type="checkbox"/> | RÁPIDA(O) <input type="checkbox"/> |
| AVENTURERA(O) <input type="checkbox"/> | FOME <input type="checkbox"/> | REALISTA <input type="checkbox"/> |
| BUEN GENIO <input type="checkbox"/> | FRANCA(O) <input type="checkbox"/> | SEGURA(O) <input type="checkbox"/> |
| BUEN HUMOR <input type="checkbox"/> | HONESTA(O) <input type="checkbox"/> | SERVICIAL <input type="checkbox"/> |
| CARIÑOSA(O) <input type="checkbox"/> | HUMILDE <input type="checkbox"/> | SIMPÁTICA(O) <input type="checkbox"/> |
| COMPROMETIDA(O) <input type="checkbox"/> | IMAGINATIVA(O) <input type="checkbox"/> | SOCIABLE <input type="checkbox"/> |
| CONFIABLE <input type="checkbox"/> | INDEPENDIENTE <input type="checkbox"/> | TÍMIDA(O) <input type="checkbox"/> |
| CONVERSADOR(A) <input type="checkbox"/> | IMPACIENTE <input type="checkbox"/> | TOLERANTE <input type="checkbox"/> |
| COOPERADOR(A) <input type="checkbox"/> | INTELIGENTE <input type="checkbox"/> | VALIENTE <input type="checkbox"/> |
| CREATIVA(O) <input type="checkbox"/> | INSEGURA(O) <input type="checkbox"/> | OTRAS... <input type="checkbox"/> |
| CUIDADOSA(O) <input type="checkbox"/> | IDEALISTA <input type="checkbox"/> | |

FICHA DE EVALUACIÓN DE LA SESIÓN

PARA EL FACILITADOR

1. NOMBRE SESIÓN

2. LUGAR EN QUE SE REALIZÓ

3. FECHA

4. DURACIÓN

5. ASISTENTES (nombres de cada participante)

6. Describa los principales contenidos que surgieron durante la sesión:

7. En general el nivel de participación en esta sesión fue:

ALTO

MEDIO

BAJO

8. Como monitor(a) conducir esta sesión me resultó:

DIFÍCIL

ALGO DIFÍCIL

FÁCIL

9. Creo que esta sesión podría mejorar si:(describir lo que a su juicio faltó o sobró)



QUÉ APRENDIMOS

QUÉ APRENDIMOS

Esta es la última sesión de este taller donde hemos conversado diferentes temas de la vida en familia. Por eso, las actividades están dirigidas a revisar y reforzar los aprendizajes más significativos de todo lo vivido. Como grupo podrán evaluar lo que fue haber participado del taller, dando a conocer su opinión.

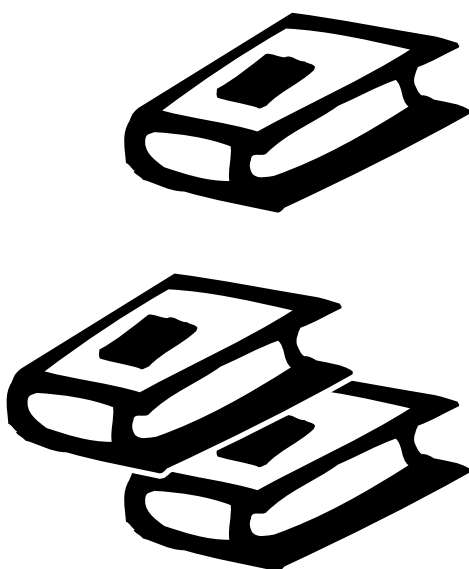
También se espera que los facilitadores muestren a los participantes, ojalá de manera individual, los aprendizajes que han visto en ellos y los desafíos que se les plantean para traspasar sus aprendizajes a la vida en familia.

Será además el momento en que todo el grupo deberá despedirse. Sugerimos dejar un espacio al final para realizar alguna actividad social.



REVISAR Y REFORZAR LOS APRENDIZAJES
MÁS SIGNIFICATIVOS DE TODO LO VIVIDO

NUESTRO TEMA DE HOY



Como hemos podido revisar a lo largo de este taller, el ser papá o mamá es un regalo, una experiencia llena de gratificaciones y emociones, pero al mismo tiempo una tarea compleja, una labor que implica asumir desafíos y tomar decisiones día a día. Por lo mismo, es muy importante lo que se pueda ir aprendiendo a medida que se va desempeñando ese rol, ya que mucho se aprende en el camino de la propia experiencia y de lo que otras personas nos puedan enseñar.

Durante todo este tiempo, se han revisado una serie de temas importantes para ser padres y madres. Probablemente, algunos de ellos son más complicados que otros de poner en práctica, o simplemente nos parecen inalcanzables. Es probable que cada tema le haya llegado de manera diferente a los participantes del taller, dependiendo de sus necesidades, de su realidad personal y de su historia como hijo. Es por esta razón que es importante hacer una revisión de lo tratado, ayudarles a compartir con los demás cuáles son los desafíos que este taller les ha dejado, y cuáles son sus temores en relación con su capacidad para realizar cambios en su vida familiar.

También es importante que dentro de este proceso de revisión, cada persona evalúe cómo fue su participación, si logró sentirse acogido por el grupo, etc., para lo cual el

contrato grupal de la primera sesión puede ser un buen instrumento de apoyo.

No importa qué cantidad de sesiones de este taller haya realizado, siempre es importante hacer un cierre al final y revisar con qué se va cada uno de los participantes.

QUÉ SE ESPERABA DE ESTE VIAJE

El trabajo comenzó cuando los participantes empezaron a conocerse. Fue el momento de contrastar las expectativas que tenía cada uno de esta experiencia. Además, fue el momento de llegar a un acuerdo sobre las normas básicas necesarias para el trabajo entre todos.

Posteriormente, se hizo un viaje que cada grupo puede recorrer de maneras muy diferentes. Es posible que algunos se hayan reunido las 8 sesiones, mientras otros optaron por trabajar sólo algunos de los temas propuestos.

Se proponen dos ejercicios para que como facilitadores preparen su reunión de hoy.

Bibliografía

"Taller de Identidad y Autoestima. Manual para la monitora", documento interno, PRODEMU, sin año.

EJERCICIO UNO

Junto a cada tema trabajado complete las frases propuestas

CUADERNO 1:

Los contenidos más importantes que surgieron:

Algunas anécdotas o algo que recuerde:

CUADERNO 2:

Los contenidos más importantes que surgieron:

Algunas anécdotas o algo que recuerde:



CUADERNO 3:

Los contenidos más importantes que surgieron:

Algunas anécdotas o algo que recuerde:

CUADERNO 4:

Los contenidos más importantes que surgieron:

Algunas anécdotas o algo que recuerde:

A partir de este ejercicio, podrá invitar a los participantes a recordar momentos especiales que han vivido en este taller, y recoger los más importantes aprendizajes de esta experiencia.

CUADERNO 5:

Los contenidos más importantes que surgieron:

Algunas anécdotas o algo que recuerde:

CUADERNO 6:

Los contenidos más importantes que surgieron:

Algunas anécdotas o algo que recuerde:



CUADERNO 7:

Los contenidos más importantes que surgieron:

Algunas anécdotas o algo que recuerde:

CUADERNO 8:

Los contenidos más importantes que surgieron:

Algunas anécdotas o algo que recuerde:

EJERCICIO DOS

Complete en el siguiente cuadro, los nombres de los participantes del taller y los recursos que ve en esa persona como papá o mamá. Use esta información en la actividad de cierre.

NOMBRE

RECURSOS PARENTALES

1.

2.

3.

4.

5.

6.

7.

8.

9.

10.

11.

12.



NOMBRE

RECURSOS PARENTALES

13.

14.

15.

16.

17.

18.

19.

20.

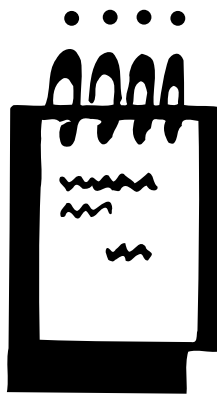
21.

22.

23.

24.

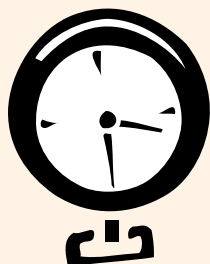
OBJETIVOS PARA ESTA SESIÓN



Se espera a través de esta sesión que los participantes sean capaces de:

- **Reflexionar acerca de todo lo que han aprendido en el taller.**
- **Identificar desafíos personales frente a su rol como padre en función de lo aprendido en el taller.**
- **Evaluar la experiencia del taller, tanto de los aspectos formales como de la participación de cada uno.**

ACTIVIDADES PARA LA SESIÓN DE HOY



MATERIALES A USAR EN LA SESIÓN

Papelógrafos y plumones.

Radio y música tranquila.

*Revistas viejas, papeles de colores,
pegamento, tijeras.*

*Diplomas para cada participante
(opcional).*

*Tarjetas chicas o papel lustre recortado
para actividad de cierre.*

*Hojas de cartulina para actividad de cierre
(tipo block de dibujo).*

Algo rico para compartir al final.

*Una lista de registro para tener todos los
datos de los participantes.*

¿ TENGO TODO LO QUE NECESITO?

ACTIVIDAD INICIAL
(10 MINUTOS)

Para iniciar las actividades de hoy se sugiere a los facilitadores recoger comentarios sobre la sesión anterior, tomando las ideas, reflexiones o preguntas que hayan surgido en relación con los temas tratados.

Es importante darse un tiempo al comienzo para comentar cómo les fue con la tarea, qué aprendieron de ella, o si les fue muy difícil hacerla.

EL DÍA QUE NOS
CONOCIMOS
(10 MINUTOS)

El objetivo de esta actividad es contactar a los participantes con el día en que empezaron este taller, identificando las emociones, impresiones y temores que tuvieron.

Invite a los participantes a cerrar los ojos, con una música suave, y a dejar atrás los ruidos y actividades del día.

Señale que van a hacer un viaje hacia atrás, recorriendo los diferentes momentos que han vivido a lo largo de este taller, deteniéndose especialmente en el primer día en que se encontraron. Puede usar algunas de estas preguntas para motivar:

¿Qué es lo que más recuerdo de ese primer día que nos juntamos?

¿Qué impresiones tuve?

¿Qué temores y emociones traía yo ese día?

¿Cómo me siento hoy en relación a todo lo vivido? ¿Qué hay de diferente en mí?

Luego invite a los participantes a que suavemente vayan regresando del viaje a ese día y que abran los ojos en la medida que dejen atrás los recuerdos del primer día. Sugíérales que graben en su mente algunos de esos recuerdos para el trabajo posterior. También pueden escribir algo en un papel.

ACTIVIDAD PRINCIPAL
(60 MINUTOS)

La actividad tiene por objetivo reflexionar acerca de los aprendizajes del taller, en particular aquellos que fueron más significativos para ellos.

El facilitador invita a los participantes a que se reúnan libremente en grupos de cuatro personas para compartir las siguientes preguntas:

A partir del ejercicio anterior pida a los participantes que respondan:

¿Cómo me sentía en la primera sesión?

¿Cuáles son las sesiones que más recuerdo de este taller?

¿Qué cosas han cambiado en mí durante este tiempo?

Luego se pide a cada grupo que, en un papelógrafo y con lápices o recortes de revistas, realicen un afiche del taller donde resuman lo que les queda del trabajo realizado a lo largo de todo el proceso.

En plenario se invita a los grupos a exponer sus trabajos y a los demás a comentar qué cosas les llaman la atención de los afiches. Puede luego presentar sus propios recuerdos del taller a partir del ejercicio para facilitadores de la primera parte de este módulo.

**ACTIVIDAD ALTERNATIVA
(60 MINUTOS)**

El objetivo de esta actividad es que los participantes recuerden lo que aprendieron en el taller, sintetizando los elementos centrales de todas las sesiones. Busca además que identifiquen la actividad que les resultó más significativa.

El facilitador hace un revisión histórica del taller sobre la base del ejercicio propuesto en la primera parte de este módulo.

Luego pone en el suelo hojas grandes con el nombre de cada sesión e invita a los participantes a pararse cerca de la sesión que le dejó más aprendizajes.

Se sugiere al facilitador anotar el número de participantes que escoge cada sesión, lo que servirá como información para evaluar el taller.

Luego se pide a los participantes que conversen entre ellos qué fue lo que aprendieron en esa sesión y por qué les resultó más importante que otra. Como resultado de esta conversación, deberán hacer una representación gráfica o escénica de su aprendizaje.

Para esto se requiere que los participantes dispongan de revistas viejas, papeles de colores, tijeras, pegamento y pliegos de papel grandes. Como alternativa les puede sugerir hacer una breve representación o escena de los aprendizajes.

Si alguna persona queda sola en una sesión, se puede incorporar a la conversación en otro grupo, pero lo ideal sería que la representación gráfica de su reflexión sea individual.

PLENARIO

Se invita libremente a los participantes a expresar qué les llamó la atención de los trabajos de sus compañeros, y que cada grupo cuente qué quiso expresar.

**EVALUANDO LA SESIÓN
(20 A 30 MINUTOS)**

Para cerrar el taller invite a cada participante a escribir en un papelito o tarjeta una característica que valore en cada uno de sus compañeros y que considere un recurso para la paternidad o maternidad.

Luego, escoja a un miembro del grupo para que todos le lean sus recursos y le entreguen el papel escrito. Como facilitador también señale el recurso que ve en esa persona.

Siga con cada participante de la misma forma hasta terminar con todos.

Invite a cada uno a pegar los papeles que le entregaron sus compañeros en una hoja blanca (ojalá de cartulina) que diga como encabezado:

"Estos son mis recursos como papá o mamá" y abajo debe decir el nombre de la persona.

(Este recuerdo puede también servir de certificado de finalización del taller)

EVALUANDO EL TALLER

Invite a los participantes a decir alguna idea o pensamiento que surja a partir del trabajo de hoy y en el que pueda sintetizar su evaluación del taller. Es importante que en este ejercicio todos participen.

Anote todo lo que ellos vayan contando en un papelógrafo. Al terminar la sesión se sugiere realizar una ceremonia de entrega del diploma que se adjunta en el anexo, donde el facilitador escriba a cada participante alguna de las cualidades que demostró durante el taller que le pueden ayudar en el camino de ser papá o mamá.





ANEXO I
"TE SUENA FAMILIAR"
TALLER DE PADRES

ESTOS SON MIS RECURSOS COMO MAMÁ O PAPÁ

NOMBRE _____



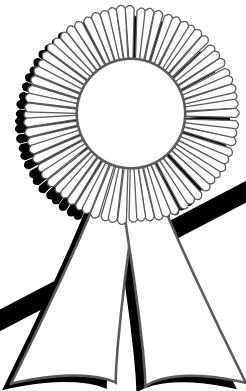
El siguiente diploma se le entrega a

.....
.....

*por su participación en el Taller de
Fortalecimiento de Habilidades Parentales para el Buen Trato*

¿TE SUENA FAMILIAR?

....., de de 200



FICHA DE EVALUACIÓN DE LA SESIÓN

PARA EL FACILITADOR

1. NOMBRE SESIÓN

2. LUGAR EN QUE SE REALIZÓ

3. FECHA

4. DURACIÓN

5. ASISTENTES (nombres de cada participante)

6. Describa los principales contenidos que surgieron durante la sesión:

7. En general el nivel de participación en esta sesión fue:

ALTO

MEDIO

BAJO

8. Como monitor(a) conducir esta sesión me resultó:

DIFÍCIL

ALGO DIFÍCIL

FÁCIL

9. Creo que esta sesión podría mejorar si: (describir lo que a su juicio faltó o sobró)



TALLERES PARA TRABAJAR CON FAMILIAS

¿TE SUENA FAMILIAR?

Cuaderno 1

Cartilla para los Facilitadores
Dinámicas y Juegos

Cuaderno 2

Empezar a Conocernos
Qué Aprendimos

Cuaderno 3

La Historia Familiar
La Familia que Hemos Construido

Cuaderno 4

El Día que me Convertí en Papá o Mamá
Compartir Responsabilidades en la Crianza

Cuaderno 5

Desarrollo y Derechos de Niños y Niñas
Cada Hijo, un Nuevo Desafío

Cuaderno 6

Aprender a Resolver Nuestros Conflictos
Padres: ¿Amigos o Autoridad?

Cuaderno 7

La Comunicación en Familia
Expresar los Sentimientos

Cuaderno 8

Los Temas Difíciles de Hablar
La Televisión en Familia

Registro de Propiedad Intelectual 132333
I.S.B.N. 92-806-3788-9
Mayo de 2003
Andros Impresores
1.000 ejemplares
Diseño: Josefina Olivios

Agradecemos la Colaboración de:
Centro de Investigación y
Desarrollo de la Educación (CIDE)
Servicio Nacional de la Mujer (SERNAM)

Los textos de esta publicación
pueden ser utilizados citando la fuente.





LA HISTORIA FAMILIAR

LA HISTORIA FAMILIAR

En este módulo se trabajará en las experiencias que como hijos e hijas vivieron los participantes del grupo con sus familias de origen. La idea es explorar las imágenes y vivencias de la infancia, la crianza y los propios padres. A partir de estas experiencias reflexionar en torno a cómo cada uno ha tomado y dejado cosas aprendidas en esa época y cuáles de ellas las repiten con sus hijos.

Cada uno de nosotros ha crecido en una familia, tiene buenos, malos recuerdos y experiencias. Todas ellas influyen en cierta medida en la forma en cómo se es papá y mamá. Suele suceder que existen conductas, estilos y modos de nuestros padres que quisiéramos repetir con los hijos e hijas, sin embargo, también identificamos otras que preferiríamos hacer de un modo diferente.

Lo importante de este trabajo es hacer el recorrido desde que fuimos hijos hasta ahora que somos papás y mamás. De esta forma podremos identificar en esta historia lo semejante y diferente que nosotros hacemos y lo que deseamos cambiar. Esa es la invitación para el trabajo de la sesión sobre la propia historia familiar.



EXPLORAR LAS IMÁGENES Y
VIVENCIAS DE LA INFANCIA

NUESTRO TEMA DE HOY

SER PAPÁ Y MAMÁ: UNA REVISIÓN DE LA PROPIA INFANCIA

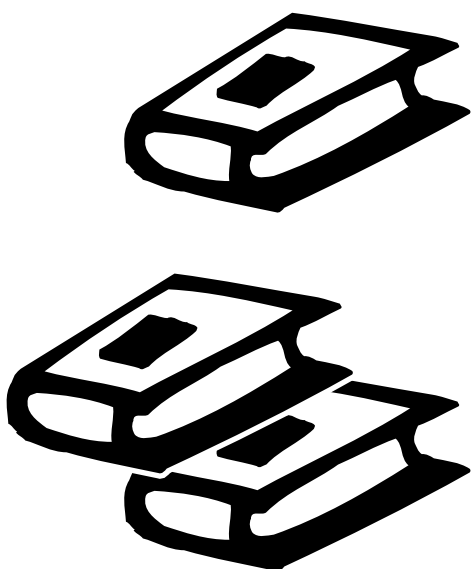
Todo aquel que ha tenido la experiencia de ser papá o mamá sabe que el hecho de tener un hijo es una experiencia transformadora, única e irrepetible. La experiencia de traer a un ser humano al mundo, o de asumir la paternidad de un niño o niña, es una fuente de intensas emociones. Sin duda, también es una experiencia que estimula muchísimas preguntas acerca de la vida, la felicidad, el sentido de la existencia, entre otras.

Parece ser que el hecho de ser papá o mamá, querámoslo o no, es una experiencia que sitúa a los progenitores frente a un espejo, en donde cada adulto recuerda la imagen de sí mismo en su propia infancia, donde vuelve a verse niño, pequeño, vulnerable.

En este espejo, que no es más que el recuerdo de la propia vida, cada padre escucha voces o se le aparecen imágenes de aquellas personas que fueron significativas en la propia infancia.

Suele ocurrir que estas personas son recordados simplemente por haber entregado afecto, protección, o haber estado ahí en el momento en que se necesitaron.

Sin embargo, e inevitablemente, la memoria de cada cual como hijo guarda imágenes o situaciones que tal vez quisiéramos no recordar;



experiencias dolorosas, sentimientos de soledad, alguna sensación de haber sido incomprendidos, pasados a llevar o abandonados. Recordar implica siempre una mezcla de recuerdos positivos con aquellos más difíciles o frustrantes.

Este acto de revisar cómo uno fue criado, es una fuente importante de aprendizaje. De hecho es ahí donde aprendemos a ser padres por primera vez, y es probable que de esas experiencias tengamos más en nosotros de lo que imaginamos.

UN ENCUENTRO ENTRE DOS PERSONAS, UN ENCUENTRO ENTRE DOS MUNDOS

Cuando dos personas se encuentran y establecen una relación más íntima, conocerse implica, entre otras cosas, darse el tiempo para entender la historia de cada uno. El mejor ejemplo puede ser el encuentro de un hombre y una mujer que se enamoran: traen consigo una gran historia, un sinfín de experiencias que han sido marcadoras en algunos aspectos de su vida, y que le han llevado a pensar o enfrentar la vida de un cierto modo.

Parece algo obvio, pero no por eso menos significativo: el encuentro de dos personas supone el encuentro de dos mundos. El origen de cada uno es la familia de donde proviene, por lo tanto,

se puede decir que el encuentro de una pareja es el encuentro de dos historias, probablemente llenas de diferencias y de experiencias semejantes.

En el proceso de conocer a otro, su historia, las costumbres y ritos de su familia, nos abre una enorme puerta para saber quién realmente es. Suele suceder que el encuentro de pareja trae consigo numerosos desencuentros de costumbres, creencias y experiencias, que de alguna manera los obligan a negociar permanentemente. El desafío para las parejas que comienzan una vida en común es poder construir un nuevo estilo, una nueva familia integrando lo que cada uno trae.

EL RECUERDO DE LA PROPIA FAMILIA: UNA OPORTUNIDAD DE APRENDIZAJE

Gran parte de las formas o estilos que tenemos para relacionarnos con el mundo los hemos aprendido en las primeras etapas de nuestra vida. Existen diversos estudios e investigaciones provenientes de disciplinas como la educación, la psicología, la sociología y la antropología, que entregan evidencias claras e irrefutables acerca de la relevancia que tienen los primeros años de vida en el desarrollo de las personas como adultos.

Es esencialmente en la primera infancia cuando aprendemos cómo

movernos en el mundo y dónde exploramos estrategias para superar obstáculos. Aprendemos a conocer lo que se debe o no hacer, cómo se expresan las penas, las rabias, las alegrías; aprendemos si somos personas valiosas para los demás o no; se definen las bases de nuestra autoestima, aprendemos a identificarnos como hombres y mujeres, entre otras cosas. Tal vez una de las cosas más importantes que como niños aprendemos de nuestra familia es a relacionarnos.

Posteriormente, estas experiencias de la primera infancia se van mezclando con nuevas experiencias de las cuales también aprendemos, por ejemplo, en el barrio, colegio o trabajo. También somos influidos por la cultura en la que estamos insertos, por los hechos históricos y sociales significativos que hayan ocurrido en nuestro país, y por la transmisión cultural de nuestros antepasados, especialmente cuando se pertenece a una determinada raza o etnia.

Recordar y analizar nuestra historia nos permite reconstruir la propia identidad social y personal; nos ayuda a conocernos mejor y a explicarnos en mayor medida por qué somos como somos. Reflexionar sobre nuestra historia y sobre cómo nos formaron nuestros padres, nos ayuda a ser más conscientes de la forma personal de educar a nuestros hijos. De esta manera

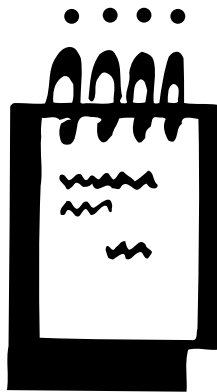
podemos aprovechar mejor los aspectos positivos de nuestra experiencia, intentado mejorar y no repetir aquello negativo.

Bibliografía

"Manual de Tertulias Familiares". Documento interno, PRODEMU, sin año.

"Taller de Identidad y Autoestima. Manual para la monitora" Documento interno, PRODEMU, sin año.

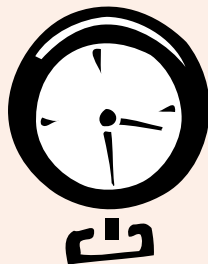
OBJETIVOS PARA ESTA SESIÓN



Se espera que a través de esta sesión los participantes del taller logren:

- **Reconocer la influencia de la familia en la que fueron criados en la forma de ser y de mirar el mundo actualmente.**
- **Reflexionar en torno a vivencias significativas de la propia infancia que hayan influido en su forma actual de ser padres o madres (positivas y negativas).**
- **Identificar aspectos que quisieran cambiar en su forma actual de ser papá y mamá.**

ACTIVIDADES PARA LA SESIÓN DE HOY



MATERIALES A USAR EN LA SESIÓN

Hojas blancas.

Fotocopias de la hoja "Hoy conversamos sobre..."

Lápices para escribir y dibujar.

Papelógrafos y plumón.

Música tranquila para la imaginación.

¿TENGO TODO LO QUE NECESITO?

**ACTIVIDAD INICIAL
(15 MINUTOS)**

Para iniciar las actividades de hoy se sugiere al facilitador recoger comentarios sobre la sesión anterior, tomando las ideas, reflexiones o preguntas que hayan surgido en relación con los temas tratados.

Es importante darse un tiempo al comienzo para comentar cómo les fue con la tarea, qué aprendieron de ella, o si fue muy difícil hacerla.

Luego se sugiere hacer una breve presentación del tema de hoy.

**ACTIVIDAD CENTRAL
(45 A 60 MINUTOS)**

La actividad central de la sesión está dividida en dos partes: un trabajo individual y un trabajo en grupos.

**PRIMERA PARTE
IMAGINERÍA
RECONSTRUYENDO
MI HISTORIA
(15 MINUTOS)**

El objetivo de esta primera parte es contactar a cada participante del taller con recuerdos, imágenes y vivencias de su infancia para posibilitar la reflexión acerca de la propia historia familiar.

Para motivar esta parte de la actividad se presenta un texto que puede ser leído. Lo importante es que la actividad se haga con un ritmo pausado, que las personas puedan estar en una posición cómoda, ojalá con los ojos cerrados. Se sugiere también poner música tranquila y bajar las luces.

**TEXTO PARA
MOTIVAR EL TRABAJO**

"Ahora los invito a hacer un viaje en el tiempo, un viaje que parte en la sala de un cine o un teatro donde vamos a ver la película de nuestras vidas. Imagina que estás en un cine, mirando la pantalla que está en blanco.

Poco a poco comienzan a verse imágenes actuales de ti. Te ves en tu casa, actuando como en un día normal de tu vida o haciendo lo que acostumbras hacer en la semana.

Suavemente, esas imágenes se van transformando en escenas de cuando eras más joven, con unos cinco años menos. ¿Cómo era tu vida en ese tiempo? (pausa)

Vas a ir más lejos... unos diez años atrás (pausa). Mírate cómo eras, con quiénes estabas, qué cosas hacías hace diez años.

Recuerda ahora cómo eras de adolescente... deja que las imágenes de esa época vuelvan a tu mente.

Y mira cómo era tu vida en familia cuando tenías cinco o seis años, o lo más chico que puedas recordar (pausa).

Vamos a detenernos ahí por un momento, a mirar con más detalles esta escena que vemos en la pantalla del cine.

¿Cómo es la imagen que ves?... ¿Qué edad tienes?... ¿Cómo eres físicamente?... ¿Con quién estás?... ¿Dónde vives?... ¿Qué haces?... ¿Qué sensación, sentimiento, imagen, sonido, aroma u olor, te surgen al recordar este momento de tu infancia?

El facilitador debe dar un tiempo para que los participantes graben estas imágenes en su memoria.

"Vean ahora a sus padres o a los adultos que los cuidaron y criaron. ¿Quiénes son esas personas? ¿Cómo se sienten al lado de ellas? ¿Qué sentimientos les producen?"

Dar un tiempo para que los participantes graben estas imágenes en su memoria.

"Ahora los invito a que poco a poco vayan volviendo al presente y vean en la pantalla del cine la escena de nuestro taller nuevamente, y a medida que quieran, vayan abriendo los ojos."

Una vez que abran los ojos, estiren todo el cuerpo como si se estuvieran levantando en la mañana.

SEGUNDA PARTE
COMPARTIENDO
ALGO DE MI VIDA
(20 minutos)

El objetivo de esta segunda actividad es reflexionar acerca de la propia historia familiar, identificar elementos de la propia crianza, tanto positivos como negativos, reconocer aspectos de la propia experiencia como papás y mamás, y reconocer aquellos que les gustaría mejorar.

✓ Se forman grupos de trabajo con los participantes. Es importante conformar grupos pequeños (3 a 4 personas), ya que así todos tendrán la posibilidad de hablar. Si el taller se está desarrollando en parejas se sugiere que haya un momento inicial de

compartir el ejercicio sólo con la pareja y después se junten con otras parejas formando grupos de 4 o 6 personas máximo.

✓ La indicación para el trabajo grupal es compartir el ejercicio individual sobre la base de las preguntas que se plantean a continuación. Se le pide al grupo escucharse y ser respetuosos con las vivencias de cada uno. Nunca está demás recordar algunos aspectos del contrato grupal, en especial el compromiso de confidencialidad y respeto por el otro.

Se sugiere al facilitador escribir en un papelógrafo o pizarra las siguientes preguntas para guiar la conversación:

✓ ¿Qué escenas de mi infancia se vinieron a mi mente con este ejercicio? ¿Qué emociones me produjeron esas escenas?

✓ ¿Qué aspectos de mis padres quisiera rescatar para mi propia forma de ser papá o mamá?

✓ ¿Qué aspectos de mis padres quisiera no repetir con mis hijos y por qué?

Una vez que hayan compartido en grupo, el facilitador invita a los participantes a compartir lo aprendido en el grupo en forma espontánea. Es necesario reforzar la idea de privacidad y de respeto en esta parte del trabajo ya que pueden surgir testimonios de alto contenido emocional.

Motivar la conversación principalmente en relación a la segunda pregunta del trabajo en grupo, reforzando la idea de los recursos que cada uno tiene para ser padres.

**ACTIVIDAD ALTERNATIVA
(30 A 45 MINUTOS)**

El objetivo de esta actividad es que cada participante del taller pueda identificar recuerdos, imágenes y experiencias de su infancia que quisiera rescatar para su propia experiencia como papá o mamá.

Se le pide a cada participante que libremente haga un dibujo acerca de su familia cuando era niño o niña. En el dibujo deben reflejar cosas como las siguientes: con quiénes vivían, dónde vivían, que actividades realizaban en conjunto, etc.

Posteriormente, se les pide a los participantes que en grupo cuenten los mejores y peores recuerdos que tienen de cada uno de los personajes del dibujo.

Luego en plenario se comparte y reflexiona acerca de qué cualidades y defectos creen que tenían los padres de cada uno, cuáles quisiera rescatar para su propia forma de ser papá o mamá y cuáles quisiera no repetir.

SÍNTESIS

Al terminar la sesión es importante que el facilitador realice una síntesis de los principales contenidos presentados por los participantes, refuerce algunas ideas importantes sobre la base de los contenidos teóricos de este módulo y los contenidos de la hoja de los temas conversados hoy.

TAREA PARA LA CASA



La tarea para esta semana consistirá en que cada miembro escribirá en su casa una carta donde cuente la experiencia que más lo marcó en su infancia. Se sugiere que comparta algo de esta carta con una persona cercana, especialmente con su pareja si al taller asiste sola(o).

Pida a quienes puedan traer para la próxima sesión una o más fotos de su actual familia, o bien de sus integrantes por separado. Si los participantes preguntan a quiénes incluir dentro de su familia, señale que cada uno debe definir por sí mismo a quienes considera su familia actual.

**EVALUANDO LA SESIÓN
(10 minutos)**

Invite a los participantes a identificar los aprendizajes de la sesión preguntando con qué ideas se van de lo conversado hoy. Se sugiere registrar todos estos comentarios finales para el momento de la evaluación del taller.





ANEXO I

HOY CONVERSAMOS SOBRE

Todo lo que cada uno de nosotros es tiene que ver en gran medida con las experiencias que hemos vivido a lo largo de nuestra vida. Nos marcan en la manera de pensar y de actuar.

De todas las experiencias de la vida, las que tienen una huella más profunda en cada uno son las que vivimos en la infancia y que tienen que ver con las personas más queridas por nosotros en esa etapa de la vida, generalmente los papás.

No da lo mismo si tuvimos un papá cariñoso y cercano o autoritario y lejano; no da lo mismo si uno de los dos padres nos abandonó de niños; no da lo mismo si éramos los hijos mayores o menores; tampoco es lo mismo haber sido tratado con respeto y sintiendo que nos querían, que haber crecido en un ambiente violento donde nos sentíamos demás.

Cada experiencia de la vida va modelando nuestra forma de ser.

Uno de los momentos en que los recuerdos de la propia infancia se hacen más intensos es cuando somos papá o mamá. Este hecho nos hace recordar cómo fueron nuestros padres con nosotros y, según lo que evaluamos de nuestra experiencia como niños, repetiremos o cambiaremos conductas y actitudes con nuestros hijos.

Es necesario saber que aunque estamos marcados por las experiencias infantiles, eso no nos determina en forma irreversible. Reflexionar sobre nuestra historia nos permite ser más conscientes de nuestras fortalezas para ser padres y madres, y también nos ayuda a reconocer lo que nos parece negativo y queremos superar.

Algunas ideas que me quedaron fueron:

FICHA DE EVALUACIÓN DE LA SESIÓN

PARA EL FACILITADOR

1. NOMBRE SESIÓN

2. LUGAR EN QUE SE REALIZÓ

3. FECHA

4. DURACIÓN

5. ASISTENTES (nombres de cada participante)

6. Describa los principales contenidos que surgieron durante la sesión:

7. En general el nivel de participación en esta sesión fue:

ALTO

MEDIO

BAJO

8. Como monitor(a) conducir esta sesión me resultó:

DIFÍCIL

ALGO DIFÍCIL

FÁCIL

9. Creo que esta sesión podría mejorar si: (describir lo que a su juicio faltó o sobró)



LA FAMILIA QUE HEMOS CONSTRUIDO

LA FAMILIA QUE HEMOS CONSTRUIDO

En este módulo trabajaremos en torno a la historia y características de la familia actual y sobre los mitos que existen en relación al concepto de familia o familia ideal, con el objetivo de potenciar en cada participante la valoración positiva de la propia estructura familiar.

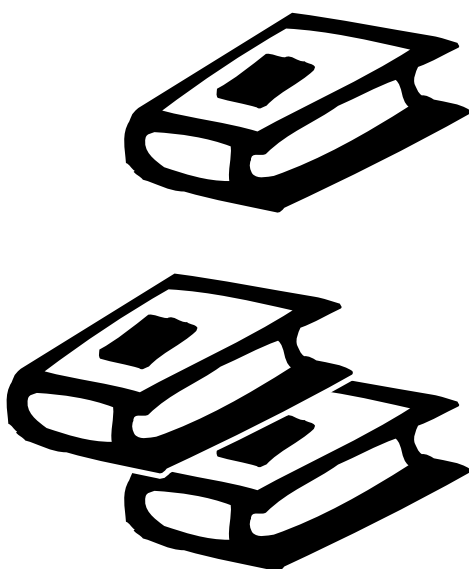
Muchas personas viven pensando que no tienen una verdadera familia porque ella no se compone en forma tradicional (mamá, papá e hijos). Por eso, es fundamental trabajar con las personas para ampliar el concepto de familia que se ha usado tradicionalmente, y fortalecer la autoestima familiar de quienes han vivido con la sensación de ser menos familia que otros.

Además, durante la sesión cada participante tendrá la posibilidad de compartir en mayor profundidad sobre su familia actual, las dificultades y fortalezas que se le han presentado en la tarea de criar, características personales y habilidades que cada miembro aporta a la convivencia.



POTENCIAR LA VALORACIÓN POSITIVA
DE LA PROPIA ESTRUCTURA FAMILIAR

NUESTRO TEMA DE HOY



EL CONCEPTO DE FAMILIA: MITOS O PREJUICIOS.

Existen muchos mitos, y prejuicios en torno a lo que se entiende por familia. En el transcurso de la historia el concepto de familia ha ido cambiando, moviéndose desde una posición bastante rígida de lo que se solía entender como una familia ideal, a una posición más flexible, abierta a la diversidad de experiencias familiares, y por sobre todo, abierta a la verdadera realidad de las familias existentes.

Nuestra cultura nos ha acostumbrado a creer que existe una sola forma de ser familia o una sola buena familia. Durante el siglo veinte se consolidó la idea de que la familia modelo era aquella constituida por una mamá dueña de casa, un hombre trabajador y proveedor, y los hijos comunes de ambos.

Esta idea tiene un peso histórico muy fuerte, y nos ha hecho pensar que las familias se dividen en las bien constituidas y otro grupo al que por oposición se podría llamar mal constituidas.

Estudios realizados en nuestro país y en el exterior, demuestran que esta forma tradicional de ser familia existe junto con otras muchas formas distintas de ser familias, y que no se puede hablar de la familia como un modelo

único, sino de las familias como formas diversas de organización, con estructuras distintas, pero que comparten objetivos y tareas comunes.

Otra idea sobre las familias que circula en nuestra sociedad es que ésta debe ser un espacio de felicidad absoluta y permanente, carente de conflictos o problemas. Esta creencia hace perder de vista que cada familia está compuesta por personas y que las personas como tales nos equivocamos, tenemos dudas, cometemos errores y, por lo tanto, los conflictos y las dificultades son parte de la vida cotidiana. Lo importante es aprender a resolverlos adecuadamente.

Basta con mirar las familias que conocemos, basta con atender sólo un momento a lo que nos muestra la experiencia. Difícilmente encontraremos en la realidad esa fotografía de la familia en donde todos ríen permanentemente, nadie pelea, aparece el papá y la mamá juntos y contentos, y los hijos están en un estado de satisfacción total. Sin embargo, ésta es la imagen que por mucho tiempo ha predominado en los medios de comunicación, en los textos escolares, en las películas. Todo esto nos ha hecho crecer con mitos, e incluso a muchos les hace creer que no tienen familia porque la de ellos no se compone como el modelo tradicional o porque tiene conflicto de relaciones.

RENOVANDO NUESTRO CONCEPTO DE FAMILIA

Se sabe que en Chile de cada 100 familias, 30 están constituidas en forma tradicional, vale decir, una pareja con hijos en la cual la mujer ejerce como dueña de casa, cuidando a los hijos y dedicada a las labores del hogar, mientras que el hombre trabaja y provee al sistema familiar.

De esas mismas 100 familias, otras 20 están constituidas por parejas con hijos, donde hombre y mujer trabajan remuneradamente fuera del hogar. Este es un primer elemento de cambio y que tiene que ver con la realidad de que las mujeres en los últimos años se han incorporado fuertemente al mercado laboral.

Esos dos tipos de familias suman la mitad del total, lo que implica que un 50% de familias chilenas se constituye de manera distinta. En esa mitad restante hay familias uniparentales, es decir, con un solo adulto a cargo (en su mayoría mujeres); hay familias reensambladas, es decir, dos adultos con matrimonios anteriores que forman una nueva familia; existen familias que viven con miembros de diferentes generaciones como abuelos o tíos (familia extendida); familias constituidas por parejas que no tienen hijos, etc.

La evidencia que dejan las encuestas sociales y censos es que cada vez más

las familias presentan estructuras diferentes, sin embargo, todas comparten la característica de formar un grupo en el que los lazos afectivos son sumamente significativos y necesarios.

HACIA LA DIVERSIDAD DEL CONCEPTO DE FAMILIA

La diversidad de las familias es una realidad no sólo por su composición. También las familias son diversas por el contexto al cual pertenecen o del cual provienen. Esta multiplicidad social de la familia se relaciona con características familiares como por ejemplo:

- Si el escenario donde se desenvuelve la familia es rural o urbano.
- El nivel socioeconómico de la familia.
- Su religiosidad o creencias orientadoras.
- Si tiene ancestros de alguna etnia o pertenece a alguna.
- Si las generaciones mayores son inmigrantes, etc.

Para comprender esta diversidad y lograr abrir nuestras mentes hacia la aceptación de ésta, quizás resulte conveniente ponerse de acuerdo en una definición de familia.

Una de las definiciones que actualmente orienta el trabajo con

familias en nuestro país es la propuesta realizada por la Comisión Nacional de la Familia en 1994:

"Se entenderá por familia a todo grupo social, unido por vínculos de consanguinidad, filiación (biológica o adoptiva) y de alianza, incluyendo las uniones de hecho cuando son estables".

Cada persona, según sus afectos, puede definir de manera diferente a su familia. Por ejemplo, en el caso de una familia compuesta por una pareja con hijos de matrimonios anteriores, algunos de esos hijos pueden decir que su familia son su mamá, hermanos y su papá, aunque no vivan con él. Otro hijo, de ese mismo grupo, puede decir que su familia son su mamá, hermanos, el esposo de la mamá y sus hijos.

Aún cuando sea difícil llegar a un consenso sobre lo que es la familia para cada persona, sí parece haber mayor acuerdo en cuanto a que la familia representa para cada uno de sus miembros el espacio donde se espera encontrar acogida, afecto, respeto a los derechos de cada miembro y seguridad frente a las adversidades del medio externo.

LA FAMILIA, UN DERECHO PARA CADA NIÑO Y NIÑA

Tal vez pareciera obvio decir que para un niño o niña vivir en familia es esencial para su desarrollo. Sin

embargo, no todos los niños tienen esa posibilidad. La Convención de los Derechos del Niño (CDN), a la cual Chile suscribe en 1990, establece que vivir en familia es un derecho para cada niño y niña que nace, y se entiende que es la familia el medio natural para su crecimiento y bienestar.

La CDN señala además que es un derecho de los niños conocer a sus padres, ser cuidados y protegidos por ellos y preservar sus relaciones familiares (art. 9).

Las familias, en este sentido, se entienden como el espacio de desarrollo donde niños y niñas debieran encontrar estímulos crecientes y muchas oportunidades para desplegar sus potencialidades y ejercer a plenitud sus derechos, cada vez en una medida más plena, de acuerdo a como sus necesidades de protagonismo social y creatividad se hacen mayores.

Es en la familia -el espacio de los vínculos esenciales- que los niños esperan sentirse queridos e importantes, donde aprenden los valores fundamentales que los van a guiar en la vida, y donde esperan satisfacer sus necesidades básicas.

Muchos niños viven la difícil situación de ser abandonados al nacer, o ser llevados a instituciones, habitualmente porque los padres sienten que no van a poder darles lo necesario para crecer sanos. Muchos niños y niñas que viven situaciones de

violencia son alejados de sus casas, a veces por largos períodos de tiempo.

Actualmente, muchas personas se están preguntando cómo poder dar una mejor solución a estos problemas reales de la vida, sin necesariamente alejar al niño de su familia. Siempre que se toma la decisión de sacar a un niño de su familia, se vulnera uno de sus derechos fundamentales. Por lo mismo, esta medida debe tomarse sólo en casos de extrema gravedad, cuando la integridad física o psicológica del niño está en serio riesgo.

Una forma de evitar que más niños y niñas salgan de sus familias es dando apoyo a padres y madres que se encuentran en situaciones de mayor dificultad psicosocial, fortaleciendo sus habilidades como padres, y orientándolos para considerar alternativas de ayuda posibles que eviten tener que alejar a un hijo de su hogar.

¿PARA QUÉ VIVIMOS EN FAMILIA?

Hemos visto qué es una familia, los prejuicios o mitos que la rodean, la diversidad existente, y la importancia que para cada niño y niña tiene vivir en familia.

Revisemos ahora otro aspecto fundamental que tiene que ver con la pregunta enunciada: ¿Para qué vivimos en familia?

Responder a esta pregunta puede tener tantas alternativas como personas existen. Para cada uno de nosotros la familia, y nuestra familia en particular, es importante por diferentes motivos. Para dar una respuesta más general se han planteado algunas necesidades que la vida en familia debiera satisfacer. Ellas son:

- Satisfacción de las necesidades básicas como alimento, abrigo, salud, etc.
- Satisfacción de necesidades emocionales, lo que tiene que ver con sentirse querido e importante para otras personas significativas. Esto implica para el adulto dar a los niños el cariño que necesitan para sentirse valorados.
- Satisfacción de la necesidad de protección, entendiendo por esto tanto la protección de amenazas externas así como sentirse cuidado al interior de la familia.
- Satisfacción de necesidad de pertenencia e individuación, la que se refiere a que por una parte la familia nos da la posibilidad de sentirnos parte de un grupo humano, pero que a la vez es un espacio que nos enseña a crecer para ser cada vez más independientes.
- Transmisión cultural y valórica, que se refiere al aprendizaje que cada niño y niña hace de lo bueno y lo malo, lo deseable o no deseable en su cultura y su contexto más cercano.

Es claro entonces que la familia tiene funciones que cumplir al interior de ella (hacia sus miembros) como también hacia afuera, ya que la formación que la familia entrega a sus miembros tiene alta influencia en cómo ellos se van a relacionar con el resto de la sociedad. Así una familia que promueve la solidaridad o el cuidado del medio ambiente estará también haciendo una contribución al resto de la sociedad, pues los niños de esa familia probablemente serán adultos respetuosos del entorno y solidarios con los demás.

De esta forma también se entiende que la familia, especialmente los adultos, tienen la función de ser mediadores de los niños y adolescentes, entre su mundo privado familiar y el mundo externo, acompañándolos en el proceso de inserción en las instancias de educación, salud, cultura, recreación, entre otras.

ROLES EN LA FAMILIA

Aun cuando todos en la familia esperan satisfacer sus necesidades más esenciales, es claro que son los adultos los principales encargados de esa tarea, y no los niños. Esto tiene que ver con los roles que a cada miembro le toca cumplir.

Un rol es un conjunto de conductas que realiza una persona de acuerdo a

una función determinada que debe cumplir dentro de un grupo. Al asumir un rol, cada persona adquiere un lugar dentro del grupo que la hace portadora de ciertas responsabilidades y beneficios. De esta manera, la familia se organiza y distribuye las tareas. Los roles pueden ir modificándose con el tiempo o según las necesidades del momento, sin embargo existen algunos roles que debieran permanecer más o menos estables dentro de la organización familiar.

Por ejemplo, los adultos de la familia son los que por definición están a cargo de los niños y niñas, y no al revés. Esto implica que son los padres los principales responsables del cuidado y protección de sus hijos e hijas y, por lo tanto, de proveerles cariño, alimento, formación valórica, entre otros. Cuando los padres no pueden cumplir con algunas de estas funciones es cuando requieren del apoyo del Estado o de otras instituciones particulares para dar cumplimiento a los derechos básicos de sus hijos. En estos casos, la responsabilidad de los adultos es esencialmente buscar la ayuda necesaria en las redes familiares, comunitarias y sociales.

Muchos niños y niñas se ven enfrentados a tener que asumir a corta edad tareas o deberes que son de adultos. Esto constituye una gran dificultad y un obstáculo en su desarrollo, ya que no les permite

disfrutar de la irreplicable experiencia de la infancia, de la posibilidad de no tener grandes responsabilidades y poder equivocarse como parte natural de la experiencia de aprendizaje.

Es importante observar la peculiar y única manera en que se organiza la propia familia. Esto nos sirve para reconocer cómo se distribuyen los roles y las tareas, quién satisface qué necesidad, etc. A su vez, nos permite ver cómo cada uno aporta desde su lugar, y cómo se pueden redefinir ciertos roles a medida que los hijos van creciendo, o cuando ocurre alguna situación imprevista para la familia.

EL DESAFÍO DE SER FAMILIA

Tomar conciencia acerca de nuestras propias familias es una gran oportunidad para reconocer las fortalezas del grupo familiar, como también, para observar las debilidades y posibilitar su fortalecimiento.

El desafío hoy es superar el temor a los cambios, abrirse a la realidad de las diferentes familias que existen. Eliminar los prejuicios, conocer y aceptar la diversidad para encontrar en ella las potencialidades y recursos para un crecimiento de todos.

Ser familia es una fuente de energía y de momentos de mucha felicidad, pero es una tarea difícil a la cual hay que dedicarle tiempo y esfuerzos. Es

necesario tener espacios de conversación, saber escuchar, aprender a buscar buenas soluciones a los problemas que se van presentando. Para esto, es bueno tener siempre la disposición a aprender y a cambiar. Es imposible detenerse y decir "listo, ya tengo mi familia, ya le puse hartito empeño y hasta aquí llego".

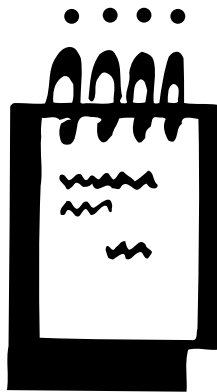
La vida es demasiado dinámica, está llena de cambios y es necesario estar dispuestos a revisarnos una y otra vez para ir adaptándonos a estos desafíos.

Bibliografía

"Aprendiendo a colaborar en Familia. Taller para la resolución pacífica de los conflictos". Documento interno, Fundación de la Familia, 2001.

"Clima Social Escolar y Desarrollo personal. Un programa de Mejoramiento", Ana María Arón y Neva Milicic. Santiago, 1999.

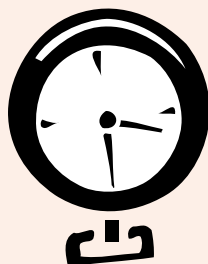
OBJETIVOS PARA ESTA SESIÓN



A través de esta sesión se espera que los participantes puedan:

- **Ampliar el concepto de familia tradicionalmente utilizado, reconociendo los diversos tipos que existen.**
- **Reflexionar en torno a la propia familia actual, reconociendo sus fortalezas y debilidades.**
- **Conocer y reflexionar sobre las necesidades que una familia debe satisfacer en cada uno de sus miembros.**

ACTIVIDADES PARA LA SESIÓN DE HOY



MATERIALES A USAR EN LA SESIÓN

Las fotos de las familias que traigan los participantes.

Hojas de papel y lápices de colores.

Papelógrafos y plumón.

Tarjetas o papeles con nombres de tipos de familias (para actividad alternativa).

Fotocopias de la hoja de "Recursos de mi familia". (anexo)

Fotocopias de la hoja "Hoy conversamos sobre..."

¿TENGO TODO LO QUE NECESITO?

ACTIVIDAD INICIAL
(40 MINUTOS)

Para iniciar las actividades de hoy se sugiere al facilitador recoger comentarios sobre la sesión anterior, tomando las ideas, reflexiones o preguntas que hayan surgido en relación con los temas tratados.

Es importante darse un tiempo al comienzo para comentar cómo les fue con la tarea, qué aprendieron de ella, o si les fue muy difícil hacerla.

Para introducir el tema de hoy pida a los participantes del grupo que definan la palabra familia. Invite a todos a dar ideas sin opinar sobre ellas.

Anote todas las ideas que aparezcan en una pizarra o papel.

Luego se puede promover una discusión en que se entreguen opiniones sobre los conceptos anotados, intentando llegar entre todos a una definición de familia.

Para cerrar esta primera parte, se sugiere entregar algunas de las ideas tratadas en el punto "Nuestro tema de hoy".

ACTIVIDAD PRINCIPAL
LOS RECURSOS
DE MI FAMILIA
(45 A 60 MINUTOS)

Esta segunda parte de la sesión tiene por objetivo reconocer las fortalezas de la propia familia, identificando en especial los recursos que aporta cada uno de sus miembros. Al mismo tiempo, permite reflexionar sobre las necesidades que tiene cada familia y sus respectivos miembros.

Para este trabajo se sugiere formar grupos de tres o cuatro personas. Pida a cada uno de los participantes que muestre a su grupo las fotos de su familia que haya traído. En caso de no tener foto puede hacer un dibujo o representación gráfica de la familia.

En el grupo cada persona presenta a los miembros de su familia contando cuál es su rol y qué fortalezas aporta a la vida familiar (pueden ser características de personalidad, habilidades especiales, su trabajo, etc.)

Mientras tanto los otros miembros del grupo van haciendo una lista de las fortalezas mencionadas y se la entregan a su compañero(a) al final del trabajo grupal.

PLENARIO

Invite a los participantes a compartir lo que cada uno aprendió de su familia. Se sugiere resaltar la idea de que en general tendemos a destacar lo que consideramos negativo o lo que nos cuesta más asumir de nuestra familia y pocas veces nos sentamos a pensar en las cosas positivas que tenemos y que pueden ser recursos para salir de las dificultades.

Algunos temas sugeridos para moderar la conversación de los participantes pueden ser:

Las fortalezas que descubrió en su familia.

Las cosas que ve necesario mejorar, y cómo cree posible hacerlo.

**ACTIVIDAD ALTERNATIVA
(30 A 45 MINUTOS)**

El objetivo de esta actividad es caracterizar a una familia, describir los distintos tipos existentes y reflexionar acerca de las necesidades que una familia debe satisfacer en sus miembros.

Después de la actividad inicial, el facilitador invita a los participantes a formar grupos de cuatro personas. Cada grupo recibe una hoja blanca, lápices de colores, y una tarjeta con el nombre de un tipo de familia: nuclear biparental, extendida, monoparental, reensamblada, etc. (se pueden usar términos más sencillos).

La instrucción es que deben dibujar en la hoja el tipo de familia que les tocó.

En la parte de atrás de esa hoja deberán anotar cuáles son las características de esa familia, qué dificultades pueden tener, qué necesidades tiene que satisfacer a sus miembros y qué recursos tiene. La idea es que sea un juego en que se vayan mezclando la imaginación con la realidad, por lo tanto es importante señalar que no hay una respuesta correcta (no es una prueba) y lo entretenido es usar la creatividad, lo que cada uno cree que puede pasar.

En plenario compartir el trabajo de cada grupo y anotar en una pizarra o papelógrafo las necesidades que la familia debe satisfacer y sus fortalezas.

Como facilitador es importante ir cuestionando y promoviendo la reflexión en relación con las dificultades que los participantes atribuyan a cada tipo de familia, haciéndolos pensar si se debe a un prejuicio o a una experiencia real.

Al mismo tiempo es importante ir mostrando las semejanzas que aparezcan, por ejemplo, en relación a las necesidades que cada familia debe satisfacer en sus miembros, mostrando que independientemente de quienes la componen las familias tienen las mismas tareas.

SÍNTESIS

El facilitador realiza una síntesis de los principales contenidos presentados por los participantes, y refuerza algunas ideas importantes sobre la base de los contenidos teóricos entregados al inicio de este módulo.

TAREA PARA LA CASA



La tarea para esta semana consistirá en completar la hoja de los recursos familiares. En ella cada persona anotará el nombre de los miembros de su familia y la fortaleza que tienen y que es un aporte para la vida familiar. Se sugiere que en lo posible se lo entreguen a cada uno de ellos, ojalá con una conversación sobre este tema.

**EVALUANDO LA SESIÓN
(10 MINUTOS)**

Invite a los participantes a identificar los aprendizajes de la sesión preguntando con qué ideas se van de lo conversado y si creen poder aplicar algo de lo que se trabajó en el taller en sus casas.

Anote todo lo que ellos vayan contando en una papelógrafo.





ANEXO I

HOY CONVERSAMOS SOBRE

Las familias son muy diferentes unas de otras, en parte porque se componen de diferentes maneras. Eso no significa que haya familias mejores ni peores.

Para los niños y niñas su familia es el espacio principal de desarrollo donde se espera que encuentren estímulos crecientes y oportunidades para desplegar sus potencialidades y ejercer en plenitud sus derechos.

Cada familia tiene funciones que cumplir para satisfacer las principales necesidades de todos sus miembros: dar abrigo, alimento, cariño, protección, cuidado, estímulo, formación cultural y de valores, etc.

Los adultos de la familia somos los principales responsables del cumplimiento de esas funciones. Cuando por diferentes motivos no podemos cumplir con estas responsabilidades, tenemos la obligación de buscar la ayuda que necesitamos en otros: familiares, organizaciones de la comunidad, vecinos o las instituciones del Estado.

Hoy también conversamos que a pesar de las dificultades tenemos fortalezas como familia, las que nos ayudan a superarnos en los tiempos difíciles.

Algunas ideas que me quedaron fueron:



ANEXO 2

LOS RECURSOS DE LOS MIEMBROS DE MI FAMILIA

NOMBRE:	LO QUE APORTA A LA FAMILIA ES:

NOMBRE:	LO QUE APORTA A LA FAMILIA ES:

NOMBRE:	LO QUE APORTA A LA FAMILIA ES:

NOMBRE:	LO QUE APORTA A LA FAMILIA ES:

NOMBRE:	LO QUE APORTA A LA FAMILIA ES:

NOMBRE:	LO QUE APORTA A LA FAMILIA ES:

NOMBRE:	LO QUE APORTA A LA FAMILIA ES:

NOMBRE:	LO QUE APORTA A LA FAMILIA ES:

NOMBRE:	LO QUE APORTA A LA FAMILIA ES:

NOMBRE:	LO QUE APORTA A LA FAMILIA ES:

NOMBRE:	LO QUE APORTA A LA FAMILIA ES:

NOMBRE:	LO QUE APORTA A LA FAMILIA ES:

NOMBRE:	LO QUE APORTA A LA FAMILIA ES:

NOMBRE:	LO QUE APORTA A LA FAMILIA ES:

FICHA DE EVALUACIÓN DE LA SESIÓN

PARA EL FACILITADOR

1. NOMBRE SESIÓN

2. LUGAR EN QUE SE REALIZÓ

3. FECHA

4. DURACIÓN

5. ASISTENTES (nombres de cada participante)

6. Describa los principales contenidos que surgieron durante la sesión:

7. En general el nivel de participación en esta sesión fue:

ALTO

MEDIO

BAJO

8. Como monitor(a) conducir esta sesión me resultó:

DIFÍCIL

ALGO DIFÍCIL

FÁCIL

9. Creo que esta sesión podría mejorar si: (describir lo que a su juicio faltó o sobró)



TALLERES PARA TRABAJAR CON FAMILIAS

¿TE SUENA FAMILIAR?

Cuaderno 1

Cartilla para los Facilitadores
Dinámicas y Juegos Recopilados

Cuaderno 2

Empezar a Conocernos
Qué Aprendimos

Cuaderno 3

La Historia Familiar
La Familia que Hemos Construido

Cuaderno 4

El Día que me Convertí en Papá o Mamá
Compartir Responsabilidades en la Crianza

Cuaderno 5

Desarrollo y Derechos de Niños y Niñas
Cada Hijo, un Nuevo Desafío

Cuaderno 6

Aprender a Resolver Nuestros Conflictos
Padres: ¿Amigos o Autoridad?

Cuaderno 7

La Comunicación en Familia
Expresar los Sentimientos

Cuaderno 8

Los Temas Difíciles de Hablar
La Televisión en Familia

Registro de Propiedad Intelectual 132333
I.S.B.N. 92-806-3788-9
Mayo de 2003
Andros Impresores
1.000 ejemplares
Diseño: Josefina Olivios

Agradecemos la Colaboración de:
Centro de Investigación y
Desarrollo de la Educación (CIDE)
Servicio Nacional de la Mujer (SERNAM)

Los textos de esta publicación
pueden ser utilizados citando la fuente.





EL DÍA QUE ME CONVERTÍ EN PAPÁ O MAMÁ

EL DÍA QUE ME CONVERTÍ EN PAPÁ O MAMÁ

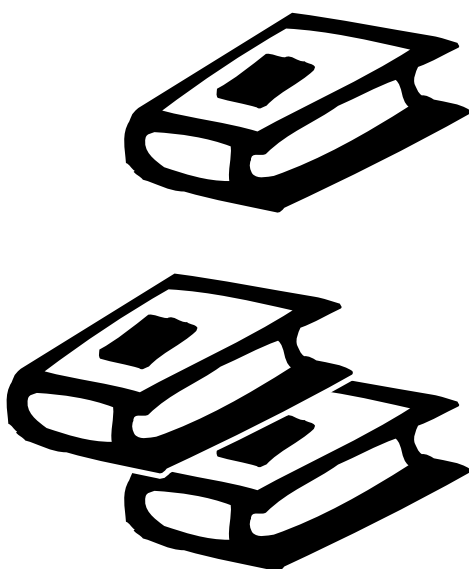
En este módulo se trabajarán las primeras vivencias en torno a la paternidad y maternidad. Sabemos que el momento de la vida y los contextos en que cada uno se hace padre o madre, son muy diversos. Ese primer momento de la relación madre-hijo o padre-hijo tiene una influencia importante en cómo se enfrenta esta experiencia en adelante.

Esperamos que a través del ejercicio de revivir las emociones de la llegada del primer hijo, los padres puedan revisar su experiencia entre ese punto de partida y dónde se encuentran hoy.



REVIVIR LAS EMOCIONES DE LA
LLEGADA DEL PRIMER HIJO

NUESTRO TEMA DE HOY



Una de las experiencias más significativas y transformadoras que un hombre y una mujer pueden vivir es el hecho de convertirse en papá o mamá. La crianza de un niño o niña supone uno de los desafíos más importantes en la vida de las personas, dada la responsabilidad que ésta implica y porque educar a un ser humano es algo que se aprende en el camino. O dicho de otro modo, ser padres o madres es algo que se aprende mientras se vive¹.

Criar un hijo es una experiencia llena de emociones, donde muchas personas viven por primera vez el sentimiento del amor gratuito y la entrega total sin esperar recompensa. Ver crecer a un hijo, verlo aprender y madurar, verlo responder a nuestros estímulos, verlo buscarnos cuando tiene pena, son experiencias difíciles de transmitir en palabras, porque tocan lo más profundo de los sentimientos humanos.

La llegada del primer hijo marca un hito en nuestra historia de vida. Convertirse en padre o madre es un cambio cualitativo en el ciclo vital de las personas porque implica un cambio en la vida, en los hábitos, en las responsabilidades, e incluso, en las formas de mirar el mundo. Las prioridades de antes cambian y lo que era más importante puede pasar al último lugar, con tal de darle al hijo lo que necesita.

¹ En adelante, al hablar de padre o madre, se incluye tanto a quienes lo son en forma biológica o adoptiva.

Sin embargo, los sentimientos que se viven no son sólo positivos. La paternidad y maternidad también llegan con ansiedades, temores, incluso a veces con sentimientos de rabia e impotencia.

Los contextos en que cada persona llega a ser padre o madre son muy diferentes. Algunos hijos llegan después de largo tiempo de espera, otros en forma imprevista. Algunos niños nacen de una relación estable y afectuosa de dos personas, otros son fruto de una relación pasajera, algunos incluso no conocerán a su padre. Algunos hijos llegan a través de la procreación biológica, otros a través de la adopción.

Lo que pareciera que sí es común dentro de esta diversidad de situaciones, es el gran impacto emocional que provoca en toda persona el nacimiento de un hijo. Es una experiencia que cuestiona, desafía, interroga y transforma a quien asume vivirla.

Para efectos de este taller, entenderemos la llegada del primer hijo en un sentido amplio, como una experiencia que ocurre ya sea a través de la unión biológica de dos personas o a través de la adopción de un niño o niña. Al recorrer las etapas de la llegada de un hijo en este módulo, es importante mantener presente estos dos tipos de experiencia. Inicialmente se trabajará sobre la vivencia de la

gestación biológica, sin embargo, a partir del nacimiento del niño o niña, los contenidos son igualmente válidos para ambas formas de paternidad.

Detengámonos entonces a reflexionar cómo se vive este proceso de asumir un nuevo rol en la vida: ser papá o mamá.

CONVERTIRSE EN PADRE Y MADRE, UN DESAFÍO COMPARTIDO

El primer momento clave de la llegada de un hijo, ocurre cuando se sabe que se va a ser padre o madre. Este es un momento en que surgen miles de emociones, preguntas, y una gran incertidumbre.

Durante el tiempo de espera del hijo o hija, se va desarrollando un proceso de creciente conciencia de lo que este cambio va a significar en la vida. Es esperable que las emociones sean diferentes: momentos de gran excitación y entusiasmo, junto a otros de ansiedad y temor.

Durante el embarazo ocurre que los futuros padres se van preparando mentalmente para lo que creen que significa este nuevo rol. Entre los temas que preocupan están: la salud de la guagua, cómo generar ingresos suficientes para mantenerla, qué pasará con los otros proyectos que se tenían contemplados.

Asimismo, mientras el niño está en

gestación, es también un momento especial para el inicio de la relación padre e hijo. Es desde este momento que se inicia el proceso de creación del vínculo afectivo entre ambos.

Se sabe que los niños en gestación están en relación con el mundo externo desde muy pequeños, y existen diversas evidencias de esto. Por ejemplo, reconocen el día y la noche y escapan de la luz. Son capaces de escuchar desde la semana 25 de gestación, por lo que pueden reconocer las voces de los padres y si se les cuenta un cuento repetidamente, lo pueden diferenciar después de nacer. La música que prefieren depende un poco de su temperamento y de lo que escuche la madre, pero se sabe que les disgusta el rock pesado y prefieren algo suave como Mozart, que tiene una cadencia semejante a un corazón adulto tranquilo.

Desde el útero los niños son capaces de percibir los estados anímicos de las madres a través de una sustancia llamada "catecolaminas" que circulan entre ambos, y también por la frecuencia cardíaca de su mamá.

En el último trimestre del embarazo, los padres pueden empezar a comunicarse con su hijo al tocarlo, y sentir las respuestas físicas como las pataditas. La hora ideal para ese intercambio es al despertarse la mamá en la mañana.

La relación con un hijo también se

profundiza cuando tenemos la oportunidad de verlo a través de las ecografías o de escuchar los latidos del corazón en los controles. Es importante que la mamá y el papá compartan estas experiencias que los van acercando afectivamente a ese hijo que va a nacer.

Un segundo momento crucial del proceso de convertirse en padre y madre es el parto; la concreción de un período largo de preparación, anhelos y ansiedades. En términos muy generales se puede decir que cuando nace el niño o niña, impone a los padres el sentido concreto y real de aquellos cambios que hasta ahora habían imaginado que ocurrirían.

Vivir el parto de un hijo es probablemente una de las emociones más intensas en la vida. De ahí la importancia de abrir la posibilidad a los hombres de participar en este precioso e íntimo momento de la llegada de su hijo al mundo.

Asimismo, se ha visto que para la mujer es importante tener a alguien afectivamente cercano durante el proceso de parto. Cuando el padre de la guagua no puede estar presente, es bueno que la madre elija a otra persona cercana para que la acompañe en ese momento.

Los cuidados que un recién nacido demanda implican un cambio concreto, real, palpable, que hace evidente la transformación en la vida de cualquier persona. El niño está ya en el mundo,

ha salido del vientre de la madre, llora, ríe, necesita y, por lo general, es la madre quien se hace cargo de satisfacer la mayor parte de sus demandas.

Por muchos años, el peso de la historia y las tradiciones han establecido un ejercicio estereotipado de los roles de mujeres y hombres en nuestra sociedad. Esto significa que se considera normal que los hombres asuman la tarea de proveer el sustento a la familia, mientras que la mujer se encarga del cuidado afectivo y la protección cotidiana del niño o niña. Sin embargo, esos modelos están siendo poco a poco modificados y muchas mujeres también son proveedoras, mientras algunos hombres se han ido incorporando más a la crianza de los hijos.

Los expertos del desarrollo y la psicología han hecho especial énfasis en el rol de la madre en el desarrollo infantil, situándola como la gran responsable del cuidado y crianza de los hijos o hijas. Sin embargo, distintos estudios demuestran que si bien es esencial la presencia de la figura materna, también lo es la presencia activa del hombre en todos los espacios de crianza.

Para los niños la presencia física y el sentimiento de ser queridos por su padre es de enorme importancia, tanto para su desarrollo afectivo, como para el desarrollo de su identidad y forma

de relacionarse con otros. Es necesario estimular a los hombres a participar más de la crianza de los hijos desde las primeras etapas del desarrollo, con acciones concretas que pueden parecer pequeñas, pero son significativas, como mudar o sacarle los flatitos a la guagua. Otra tarea importante del padre en este período es acompañar a los hermanos y apoyarlos; no es fácil la llegada de un nuevo integrante a la familia.

LA LLEGADA DEL PRIMER HIJO EN EL CICLO VITAL DE LA FAMILIA

Cuando la llegada del primer hijo ocurre en el contexto de una relación de pareja, uno de los desafíos que se presentan es poder compatibilizar el ser padres con ser pareja. Durante el primer tiempo de la crianza, es tan grande el cambio de rutinas, de horarios, el cansancio y a la vez la admiración, que toda la atención se focaliza en el recién nacido y los espacios para la relación de pareja son mínimos o nulos.

Poco a poco, a medida que el recién nacido empieza a tener rutinas, a dormir mejor, la pareja puede volver a reencontrarse, darse espacios de tranquilidad y retomar su vida sexual. Sin embargo, muchas veces esto no ocurre y tanto hombre como mujer, pero especialmente las mujeres,

dedican todo su tiempo y energía a su tarea de madres, dejando de lado su rol de esposas.

Superar este obstáculo no es menor, ya que el distanciamiento de la pareja en esta etapa de la vida familiar puede ser una fuente importante de conflictos.

Otro desafío de este tiempo es compatibilizar la vida familiar con la vida laboral, desafío que actualmente es para hombres y mujeres. ¿Cuánto tiempo dedicarle al trabajo remunerado? ¿Quién va a cuidar al niño mientras estamos fuera de la casa? Estas y otras son interrogantes propias de esta etapa que la pareja debe resolver.

Por todo lo anterior, las parejas o personas que viven la llegada de un hijo requieren de una gran dosis de flexibilidad y comprensión mutua. Hay personas que intentan mantener la vida igual que antes, pero esta situación no es sostenible por mucho tiempo dado el nivel de demanda que significa criar un hijo.

Los temas aquí expuestos son una muestra de las posibles experiencias que pueden haber vivido los padres y madres al llegar su primer hijo o hija. Mucho de lo descrito les va a sonar familiar, pero como se señaló en un comienzo, cada cual tiene su propia vivencia, recuerdos positivos y negativos que durante la sesión del taller pueden ir contando. Como facilitadores, es probable que también recordemos las

propias vivencias de la infancia, la presencia o ausencia de los padres, la llegada del primer hijo.

Lo importante es acoger esas experiencias de padres y madres, ayudarles a contactarse nuevamente con los sentimientos que les provocó la llegada del primer hijo, dando cabida tanto a lo positivo de esta vivencia como a los dolores y dificultades.

También es importante revisar con ellos cómo fue o está siendo su capacidad de adaptar la vida familiar y de pareja a la llegada de un nuevo hijo, sin dejar de lado o anular ninguno de esos aspectos.

LA ADOPCIÓN: OTRA FORMA DE CONVERTIRSE EN PAPÁ Y MAMÁ

La experiencia de un nuevo hijo desde el momento que éste llega a la familia, es muy semejante para quienes viven la paternidad biológica y para quienes la viven a través de la adopción. Sin embargo, es importante tener en cuenta algunos aspectos de esta última experiencia de paternidad.

Existen familias que toman la decisión de adoptar un niño, aún cuando ya han tenido sus propios hijos biológicos. Otras parejas lo hacen, cuando uno de los dos, o ambos, se encuentran imposibilitados de procrear.

Cuando la adopción ocurre en el contexto de la infertilidad, las parejas

han vivido un proceso largo y desgastador de exámenes e intentos fallidos, los que con frecuencia producen tensiones en la relación. En ciertas oportunidades, las parejas cuentan con apoyo u orientación psicológica que les ayudan a superar esta etapa. Sin embargo, asumir la imposibilidad de engendrar un hijo implica un duelo que requiere de tiempo para que las emociones aparezcan, se vivan y se resuelvan.

Cuando finalmente se decide y se concreta la adopción, los sucesos cotidianos de la maternidad y paternidad, y los cuestionamientos sobre la crianza son los mismos. Sin embargo, un aspecto particular de la crianza en adopción es el manejo de la información de esta situación, tanto con el niño como con el resto de las personas que rodean a la familia.

En relación con el hijo, existe evidencia de que es bueno que los niños y niñas sepan desde pequeños que han sido adoptados, porque de esta manera el vínculo con sus padres adquiere una dimensión dónde la confianza juega un rol fundamental y potencia el vínculo afectivo, basado en la verdad.

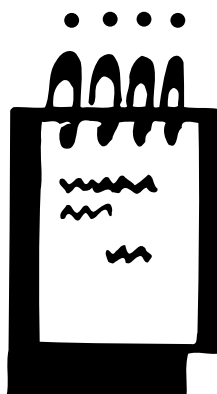
Si bien no existen fórmulas de cuándo es necesario manifestarle a los niños y niñas que han sido adoptados, se sabe que hablar del tema en forma espontánea fortalece el vínculo entre padres e hijos. Mientras la adopción

sea tratada con naturalidad y se generen espacios en distintos escenarios de la vida cotidiana en que el tema esté presente, más fácil será para los niños comprender y aceptar naturalmente el hecho de no haber nacido de la "guatita de la mamá", sino que haber llegado de otra forma a ser hijo o hija de esos padres.

Al igual que con el nacimiento de un hijo, esta forma de convertirse en papá o mamá supone un cambio importante en la vida. En este sentido, es bueno que frente a esta nueva etapa de la vida los nuevos padres puedan contar con el apoyo de personas significativas o cercanas para compartir las inquietudes de ser un padre adoptivo.

Si esta experiencia le suena familiar a alguien del grupo, es bueno darle el espacio para hablar del tema durante el desarrollo del taller.

OBJETIVOS PARA ESTA SESIÓN



Se espera a través de esta sesión que los participantes sean capaces de:

- **Descubrir aspectos de la propia historia y de su contexto relacionados con la llegada del primer hijo.**
- **(Re)descubrir las diferentes emociones que vivieron con la llegada de su primer hijo.**
- **Reflexionar en torno a los cambios que significó en la vida de cada uno la llegada de un hijo, y cómo logró adaptar su vida a ellos.**
- **Incorporar la experiencia de la adopción como otra forma de convertirse en papá y mamá.**

Bibliografía

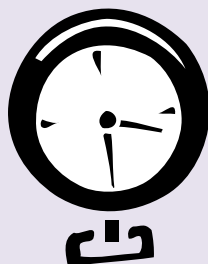
"El Desarrollo y Formación de los Hijos e Hijas desde la perspectiva del Padre", Francisca Morales. Documento de Trabajo, CIDE, 2001.

"Adopción: Realidad y Desafíos", Ximena Azócar y Ximena Calcagni (Editoras). Editorial Tiberiades, 2000.

"Nacer el siglo XXI. De vuelta a los Humanos. Humanización del proceso reproductivo mujer-niño-familia", MINSAL- Universidad de Chile, 2001.

"Los Padres Adolescentes/ Jóvenes. Hombres Adolescentes y Jóvenes frente al embarazo y nacimiento de políticas públicas en Chile", José Olavaria y Rodrigo Parrini. UNICEF- FLACSO, 1999.

ACTIVIDADES PARA LA SESIÓN DE HOY



MATERIALES A USAR EN LA SESIÓN

*Relatos de experiencias de paternidad
(anexo 1 y 2).*

Recuadros de la cuna (anexo 3).

Hojas blancas y lápices.

Papelógrafos y plumón.

Scotch.

*Fotocopias de la hoja "Hoy conversamos
sobre..."*

¿TENGO TODO LO QUE NECESITO?

ACTIVIDAD INICIAL
(20 MINUTOS)

Para iniciar las actividades de hoy se sugiere al facilitador recoger comentarios sobre la sesión anterior, tomando las ideas, reflexiones o preguntas que hayan surgido en relación con los temas tratados.

Es importante darse un tiempo al comienzo para comentar cómo les fue con la tarea, qué aprendieron de ella, o si fue muy difícil hacerla.

Luego se sugiere hacer una breve presentación del tema de hoy.

**ACTIVIDAD PRINCIPAL
(45 A 60 MINUTOS)**

El objetivo de esta actividad es que los participantes puedan descubrir aspectos de la propia historia personal y de su contexto, relacionados con la llegada del primer hijo o hija, como también descubrir las diferentes emociones (positivas y negativas), desde el embarazo hasta el nacimiento.

La actividad pretende también reflexionar en torno a las transformaciones que significó en la vida de cada uno la llegada de ese hijo, y qué cambios realizaron para adaptarse a ellos.

Se sugiere hacer grupos separados de hombres y mujeres.

**HABÍA UNA VEZ...
(40 MINUTOS)**

Una vez conformados los grupos, el facilitador puede leer uno de los textos que cuenta la experiencia de un padre frente a la llegada de su primer hijo. También es posible que el facilitador cuente su propia vivencia de ese momento de la vida.

Terminado el texto o testimonio personal, se invita a trabajar en grupo y cada participante podrá relatar la historia de la llegada del primer hijo en forma de cuento. Para eso cada uno deberá partir con "Había una vez..." y contar aspectos de esa parte de sus vidas.

Ojalá haya un secretario por grupo que pueda ir tomando nota de los cuentos o de sus aspectos principales.

Si el grupo quiere ideas para armar su cuento se les pueden sugerir los siguientes temas:

- ¿Cómo se enteraron que iban a ser papás o mamás?**
- ¿Cómo eran sus vidas en ese momento?**
- ¿Qué sensaciones, emociones recorrieron su cuerpo al enterarse de la noticia?**
- ¿Cómo fueron los nueve meses de embarazo? Si no hubo embarazo y fue adoptado, ¿Cómo fue el proceso de adopción?**
- ¿Cómo fue la relación de pareja durante este tiempo?**
- ¿Qué sentí con el nacimiento o llegada de mi hijo(a)?**
- ¿Qué cambios significó para nuestras vidas? Cuente sensaciones positivas y negativas.**
- ¿Quiénes estuvieron presentes en el parto?**

¿Es importante que esté también el padre?

¿Qué significa para mí ser papá o mamá?

Después que cada persona haya contado su cuento, se pide al grupo que comenten las similitudes y diferencias de sus relatos para presentarlos en el plenario.

Posteriormente cada grupo expone al resto los principales contenidos tratados en el trabajo grupal. Se sugiere al facilitador apuntar la información en un papelógrafo, para que al final se comparen ambas columnas y se comenten las similitudes y diferencias de la experiencia entre hombres y mujeres.

Es importante que los participantes reflexionen sobre la influencia que tiene en nosotros la cultura en que vivimos y cómo influye en la forma en que hombres y mujeres vivimos la llegada del primer hijo.

ACTIVIDAD ALTERNATIVA
CONSTRUYENDO
UNA CUNA
(20 minutos)

El objetivo de esta actividad es reflexionar en torno a la llegada del primer hijo, identificando las emociones surgidas en ese momento, desde la concepción hasta el nacimiento. Pretende también identificar los cambios que significó este evento en la vida de la pareja.

El facilitador divide a los participantes en cinco grupos. A cada grupo se le pide que comente, y después transcriban sus reflexiones y aprendizajes en un recuadro que se les entregará. Cada recuadro tiene la forma de un pedazo de cuna, al estilo de rompecabezas (el facilitador debe procurar tener recortados los recuadros).

Preguntas:

- ¿Cómo me enteré del embarazo?**
- ¿Qué sentí cuando supe que iba a ser papá?**
- ¿Cómo cambió mi vida al nacer mi hijo?**
- ¿Qué cosas obtuve?**
- ¿Qué cosas tuve que dejar de hacer al convertirme en papá o mamá?**
- ¿Qué significa para mí ser papá o mamá?**

Una vez que todos hayan terminado, se les pedirá a cada grupo que pasen adelante y que, a medida que construyen la cuna, pegando el pedazo que les corresponde, comenten la reflexión que pusieron en cada recuadro.

A medida que van construyendo la cuna, el facilitador entrega información contenida en el módulo.

SÍNTESIS

El facilitador realiza una síntesis de los principales contenidos presentados por los participantes en la sesión, y refuerza algunas ideas importantes en base a los contenidos teóricos del módulo.

TAREA PARA LA CASA



La tarea para la casa consistirá en compartir con su hijo mayor, o con alguien significativo, lo que descubrió hoy en el taller en relación a su experiencia de haberse convertido en papá o mamá.

EVALUANDO LA SESIÓN (10 minutos)

Invite a los participantes a identificar los aprendizajes de la sesión preguntando con qué ideas se van de lo conversado.

Anote todo lo que cuentan en un papelógrafo.





ANEXO I

HOY CONVERSAMOS SOBRE

Cualquiera sea el contexto, cuando llega el primer hijo se produce un cambio radical en la vida. Para hacerle un espacio a la maternidad y paternidad, es necesario adaptarse a esta nueva situación no intentando mantener la vida tal como era antes.

La llegada de un hijo trae muchas y diferentes emociones, y no debemos sentirnos malos padres por haber tenido temores, rabias o penas durante el embarazo.

Cuando llega el primer hijo o hija, dentro de la vida de una pareja surgen preguntas importantes de resolver juntos como, por ejemplo, quién cuidará de la guagua, quién se encargará de qué tareas de la casa, etc. La colaboración de ambos en las tareas domésticas y de crianza pueden hacer más liviano el cansancio propio de esta etapa de la vida.

Es importante mirar hacia atrás, recordar cómo fue la llegada del primer hijo y recuperar los sentimientos positivos para darle vitalidad a la crianza. También es necesario mirar los sentimientos negativos y pensar en qué medida aún influyen en la relación con ese hijo. Tomar conciencia que él es completamente inocente de cómo y por qué vino a este mundo.

Además, las parejas con hijos tienen el gran desafío de ser buenos padres, sin olvidarse de ser pareja.

Algunas ideas que me quedaron fueron:



ANEXO 2

EL PARTO DE MI HIJO MANUEL

Cuando iba a nacer mi tercer hijo, Manolito, la Juani me decía que estaba un poco angustiada recordando lo sola que se había sentido cuando nacieron Pedro y la Anita, que ahora tienen 9 y 5 años. Yo la llevaba al hospital y me iba a la casa por que no me dejaban entrar. Venía a conocer a mi hijo al día siguiente, a veces junto con la Juani, porque recién en la mañana le llevaban la guagua. Con los mayores me costó su poco encariñarme, no es que no los quisiera, pero me daba miedo tomarlos y siempre estaban durmiendo, o comiendo.

¡Con Manolito sí que fue distinto! En el control de embarazo ya le contaron a la Juani que el hospital estaba distinto y que el papá podía entrar cuando nacía su hijo. A mí me daba susto, pero la Juani me convenció que la acompañara al control con la matrona y ella nos entusiasmó para que yo estuviera en el parto.

Cuando le comenzaron los dolores esa noche, dejamos a los niños encargados y nos fuimos al hospital. Yo todavía no estaba muy decidido, pero cuando llegamos la matrona nos dijo que faltaba poco para que naciera nuestro hijo y me invitó a cambiarme de ropa para que la acompañara. La Juani me decía a cada rato que estaba tan contenta de que estuviera con ella y que me veía ¡tan buenmozo disfrazado de doctor! Y cuando le venían los dolores yo le tomaba la mano, ¡la sentía tan valiente! En el parto mismo, yo la ayudé a sentarse y pujábamos juntos.

Lo mejor fue que cuando nació Manolito. No se lo llevaron, lo secaron bien y se lo dejaron sobre el pecho de la Juani para que nos conociéramos y lo calentara con su calor de madre. Fue tan impresionante porque él nos miraba a los dos y parecía reconocerme cuando le hablaba.



Después lo fueron a pesar y examinarlo, y la Juani me dijo que lo acompañara. Yo creo que él sabía que yo estaba ahí, por que si lloraba, yo le hablaba y se quedaba tranquilito. Cuando a la Juani la cambiaron a la camilla se lo volvieron a pasar. Ahí parece que ya tenía hambre y se puso a mamar, ¡como que nació sabiendo! Desde entonces siempre estuvieron juntos, mamando bien seguido. A este niño es el que más tiempo ha amamantado.

Cuando llegamos a la casa, yo noté la diferencia con Manolito. La Juani no se sintió deprimida como con los otros niños. También yo la ayudé mucho más, ya no me daba miedo tomarlo y como sabía que me reconocía, lo sentía muy cerca y ¡hasta lo he mudado!

Después de haber acompañado a la Juani en el parto la admiro y respeto mucho más. Los dos hemos cambiado para bien y estamos mucho más cerca.

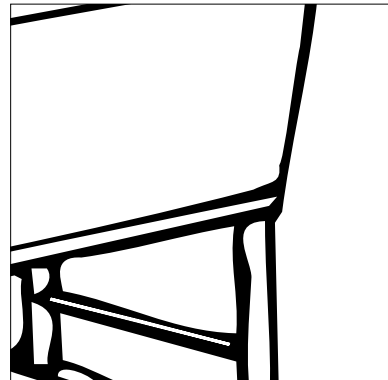
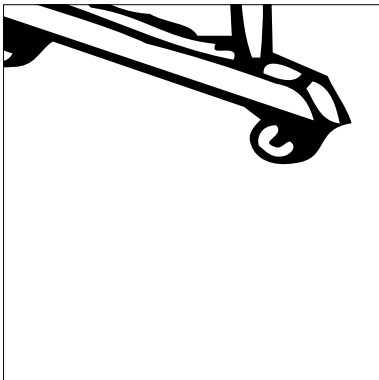
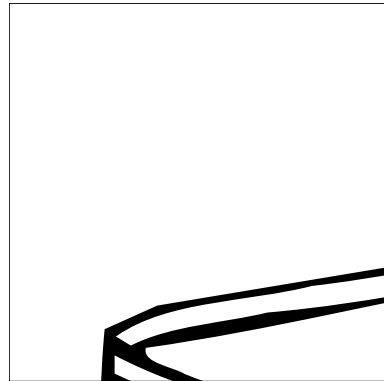
ANEXO 3

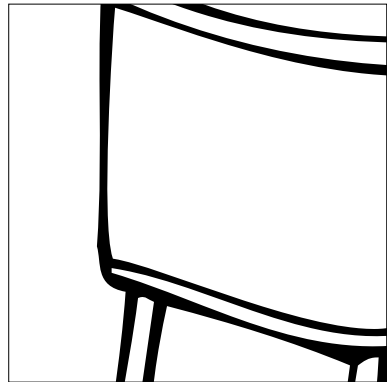
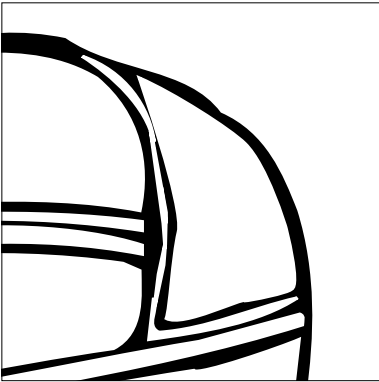
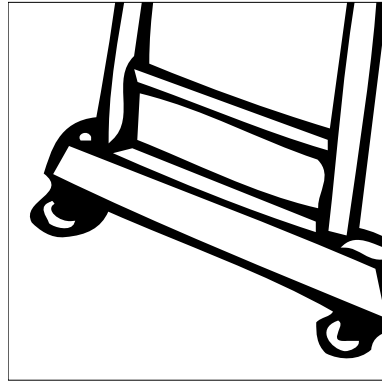
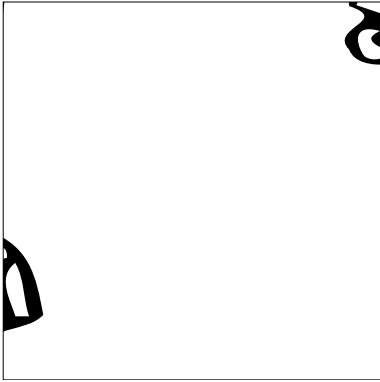
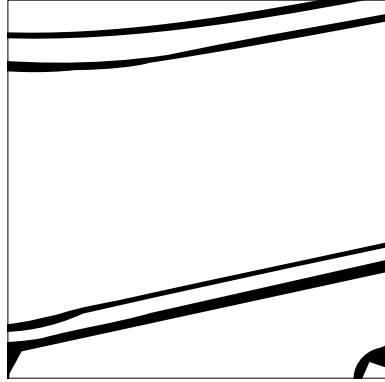
ROMPECABEZA LA CUNA

Se sugiere hacer primero una fotocopia para cada grupo y después recortar las piezas

PREGUNTAS:

- ¿CÓMO ME ENTERÉ DEL EMBARAZO?
- ¿QUÉ SENTÍ CUANDO SUPE QUE ÍBA A SER PAPÁ?
- ¿CÓMO CAMBIÓ MI VIDA AL NACER MI HIJO? ¿QUÉ COSAS OBTUVE?
- ¿QUÉ COSAS TUVE QUE DEJAR DE HACER AL CONVERTIRME EN PAPÁ O MAMÁ?
- ¿QUÉ SIGNIFICA PARA MÍ SER PAPÁ O MAMÁ?





FICHA DE EVALUACIÓN DE LA SESIÓN

PARA EL FACILITADOR

1. NOMBRE SESIÓN

2. LUGAR EN QUE SE REALIZÓ

3. FECHA

4. DURACIÓN

5. ASISTENTES (nombres de cada participante)

6. Describa los principales contenidos que surgieron durante la sesión:

7. En general el nivel de participación en esta sesión fue:

ALTO

MEDIO

BAJO

8. Como monitor(a) conducir esta sesión me resultó:

DIFÍCIL

ALGO DIFÍCIL

FÁCIL

9. Creo que esta sesión podría mejorar si:(describir lo que a su juicio faltó o sobró)



COMPARTIR RESPONSABILIDADES EN LA CRIANZA

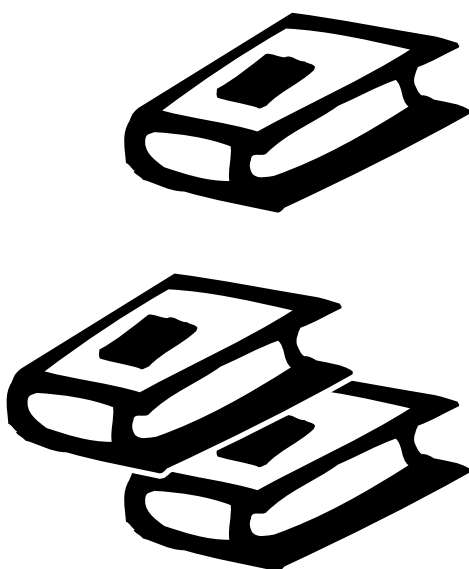
COMPARTIR RESPONSABILIDADES EN LA CRIANZA

A través de este módulo se trabajará en torno a la vida en pareja, y a las múltiples posibilidades que tiene cada familia para lograr una mejor distribución de las responsabilidades domésticas, conciliando de esta forma la vida laboral y familiar.



LOGRAR UNA MEJOR DISTRIBUCIÓN DE
LAS RESPONSABILIDADES DOMÉSTICAS

NUESTRO TEMA DE HOY



La forma en que se distribuyen las tareas al interior de una familia no es simplemente producto del azar, o de las habilidades específicas de cada uno de sus miembros, ni siquiera de cuán ingenioso pueda ser un grupo familiar para distribuir las distintas responsabilidades.

La distribución de tareas es algo que hemos aprendido desde que nacemos y que se transmite por modelos culturales más que por teorías.

En nuestra sociedad occidental ha predominado por muchos años una asignación bastante rígida de los papeles que juegan hombres y mujeres, ya sea dentro como fuera de su unidad familiar.

Tanto es así, que desde los años cincuenta esta realidad se ha conceptualizado como roles o papeles de género, lo que se define como el conjunto de conductas asignadas social y culturalmente a hombres y mujeres.

Ha sido tan rígida esta asignación que las personas hemos quedado entrampadas en unas características que, en pos de la complementariedad de la pareja, constituyen una oposición básica de lo femenino y lo masculino. Esta oposición es tremendamente dañina ya que no sólo genera derechos y destinos desiguales para hombres y mujeres, sino también lógicas de funcionamiento distintas y, por lo tanto, mundos diferentes y opuestos.

Así se ha definido que el mundo de las mujeres está compuesto por los afectos, el hogar, la reproducción y la crianza de los hijos e hijas.

Al hombre se le ha asignado el mundo público, la creación y la producción.

Esto es parte del problema. Lo que lo hace más grave aún es que aquellos aspectos considerados de la mujer son menos valorados socialmente que aquellos considerados del hombre. Ocurre entonces que incluso a las mujeres les parecen más importantes las cosas de los hombres, y cuando se les pregunta en qué trabajan suelen contestar "no trabajo, estoy en la casa", sin valorar la crianza como un trabajo y un aporte significativo a la familia y a la sociedad.

Sin duda, hablar de este tema genera contradicciones. Algunos opinan que hay cambios importantes: las mujeres ya no están encerradas en la casa y los hombres asumen más a los niños que antes.

Sin embargo, la contradicción parece ser la tónica. La coexistencia de viejos y nuevos referentes socio-culturales que definen los roles de género, parece caracterizar la práctica cotidiana y la representación que los chilenos y chilenas tenemos de nosotros mismos.

Se ha visto que el uso del tiempo es una de las evidencias más significativas

de la forma de distribución de roles de género, y por eso trabajar esta dimensión permitirá tener una radiografía de la familia en este aspecto, para que sirva de base en la conversación sobre la distribución de tareas en el hogar.

Antes de entrar de lleno en la sesión de hoy es importante, y muy necesario, tener claridad sobre algunos conceptos fundamentales en este tema.

GÉNERO

La distinción entre sexo y género se aplica como una forma de diferenciar aquello que trae cada uno biológicamente de lo que es cada uno producto del aprendizaje de ser hombre o mujer. Tenemos que el sexo está determinado por la biología, en cambio el género está determinado por la cultura en que se vive.

De esta forma, las condiciones biológicas y físicas definen que alguien sea de sexo masculino o femenino. El ser mujer o ser hombre, se aprende desde que nacemos en el proceso llamado socialización, por lo tanto el género es algo que cambia de cultura en cultura, y cambia también a través del tiempo.

La socialización de género, es decir la formación de un niño o niña sobre lo que es ser mujer u hombre en nuestra

cultura, parte el día en que se nace, o antes cuando se conoce el sexo de la guagua. A las niñas las visten de rosado y a los niños de celeste; a las niñas no se las deja subir a los árboles porque no es de señorita, a los niños sí; las niñas pueden llorar, a los niños se les dice que los hombres no lloran; los niños necesitan más comida que las niñas, entre otros mitos.

Este proceso de educación comienza en la familia, pero también se refuerza a través de lo que se transmite en la escuela, en la televisión, en las revistas, etc. Así vamos reconociendo y aprendiendo conductas que en nuestra sociedad están permitidas y son esperadas de los hombres y también de las mujeres, como también las que no son aceptadas para cada uno.

El problema ha sido que se ha hecho una definición excesivamente rígida de lo que hombres y mujeres pueden y no pueden hacer, impidiendo que ciertos aspectos de las personas se desarrollen. Como consecuencia de esto, muchas personas sufren frustraciones o dificultades importantes. Por ejemplo, a los hombres les cuesta más expresar sus emociones porque de niños se les enseña a reprimirlas; a las mujeres les cuesta más tener un buen trabajo y la misma remuneración que un hombre en igual condición, porque se les ha enseñado que el mundo del trabajo es de los hombres y la casa de las mujeres.

RESPONSABILIDADES COMPARTIDAS

Entre los cambios que se pueden identificar en la sociedad chilena, está la disminución del número de hijos al interior de las familias y la incorporación creciente de la mujer al mundo del trabajo remunerado.

Sin embargo, a pesar de que cada día hay más mujeres que trabajan fuera de sus casas, siguen siendo las principales encargadas de la crianza de sus hijos e hijas. Esto se ha traducido en que las mujeres que trabajan remuneradamente deban asumir una doble jornada de trabajo: la jornada laboral y luego las tareas del mundo doméstico, ya que no ha habido cambios en cómo se distribuyen estas tareas con la pareja.

En la actualidad se ha visto que los hombres han ido cambiando su comportamiento y comienzan a participar cada vez más de la crianza de los hijos, aunque no sucede lo mismo en las tareas como cocinar o hacer aseo, que siguen principalmente en manos de la mujer.

Esta dificultad para compartir tareas tiene que ver no sólo con la poca costumbre de los hombres para hacer ese tipo de actividad, sino además con el hecho de que para las mujeres también es nuevo compartir este espacio y, a veces, se hace difícil, o le exigen a los hombres que lo hagan igual que ellas.

Es fundamental reconocer este último punto si queremos cambios verdaderos, dado que éstos sólo son posibles si uno cambia y no sólo le pide al otro que sea diferente. Para que esto ocurra son importantes las conversaciones sobre el tema y conocer lo que le pasa al otro con las tareas asignadas culturalmente, aquellas donde no se ha tenido la posibilidad de decidir si se quiere o no cumplirlas. Hombres y mujeres viven a diario esta experiencia, y pocas parejas se dan la posibilidad de conversarlo y cuestionar estos roles predefinidos.

Lograr una mejor distribución de las responsabilidades en el hogar va a incidir directamente en una mejor calidad de vida, especialmente para la mujer al disminuir su carga de trabajo, sus niveles de cansancio y estrés. Sin duda esto también beneficia el ambiente familiar, ya que al estar mejor la mujer puede generar círculos positivos de colaboración y de baja agresión. A su vez el hombre, al tener una mayor participación doméstica, tiene la oportunidad de descubrir un espacio de encuentro con lo íntimo, con los afectos expresados en la relación con sus hijos y su pareja, que antes no tenía, enriqueciendo su experiencia de familia y la de sus seres queridos.

Por otra parte, los hijos se benefician de un padre más cercano y multifacético que puede interactuar con ellos también en los espacios domésticos y cotidianos. Además les

enseña que hombres y mujeres pueden cumplir indistintamente las tareas de la casa o de proveer, lo que enriquecerá en el futuro su propia vida de pareja.

En este sentido, aún hay mucho que avanzar como sociedad ya que existen diversos factores que limitan una mejor distribución de tareas en el hogar. Entre ellas, las grandes distancias entre los lugares de habitación y los lugares de trabajo, las largas jornadas laborales y los ingresos dispares entre hombres y mujeres, entre otras. Sin embargo, al interior de las familias es posible ir dando pequeños pasos en este sentido.

EL ROL DEL PADRE EN LA FAMILIA

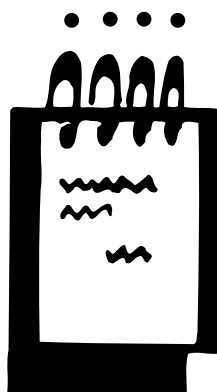
Por mucho tiempo se pensó que los padres no eran tan importantes en la crianza de los hijos como las madres. Sin embargo, en los últimos años se ha visto que la presencia del padre en la crianza de los hijos e hijas es de inmensa relevancia, incluso durante el embarazo.

Se ha visto que los bebés a los que su padre les hablaban mientras estaban en el útero, al nacer reconocen su voz y se calman con su voz. Asimismo, es evidente que para una madre embarazada es muy diferente la situación cuando está con una pareja comprometida con ella y con el hijo que está por nacer, entregándole afecto y apoyo durante el embarazo.

Se sabe que la experiencia de participar en el nacimiento del hijo es un factor de unión para la pareja y entre padres e hijos. Aquellos padres que han podido estar presentes en el parto lo reconocen como uno de los momentos más importantes en la vida, y tienden a sentir un vínculo especial con ese hijo. Durante la lactancia, se ha visto que las madres que cuentan con el apoyo y afecto del padre tienen mejores condiciones para amamantar, lo que va en directo beneficio del desarrollo físico y emocional del recién nacido.

La presencia del padre también es importante durante la crianza, tanto para el hijo como para la madre. Para todo niño y niña es fundamental crecer con una figura masculina cercana con la cual diferenciarse (en el caso de las niñas) o identificarse (en el caso de los niños). A su vez, se ha comprobado que la presencia de un padre cariñoso y accesible, favorece el que los niños se sientan protegidos, seguros y queridos, lo que fortalece su autoestima.

OBJETIVOS PARA ESTA SESIÓN



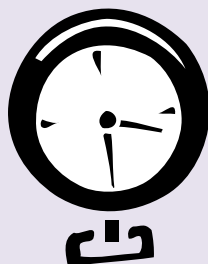
Se espera que a través de esta sesión los participantes sean capaces de:

- **Reflexionar sobre el uso del tiempo cotidiano y su relación con los roles de género, a fin de visualizar las diferencias y desigualdades entre hombres y mujeres.**
- **Conocer aspectos conceptuales y prácticos que colaboren con la flexibilización de los roles.**
- **Visualizar el reparto de responsabilidades como una posibilidad de desarrollo personal, de pareja y familiar.**

Bibliografía

1. "Módulo Educativo Responsabilidades Familiares Compartidas", Servicio Nacional de la Mujer, (SERNAM), 1999.

ACTIVIDADES PARA LA SESIÓN DE HOY



MATERIALES A USAR EN LA SESIÓN

Hoja para clasificación de actividades diarias.

Tarjetas o papeles en blanco.

Lápices para cada participante.

Papelógrafo con definiciones de conceptos importantes.

¿TENGO TODO LO QUE NECESITO?

ACTIVIDAD INICIAL
(20 MINUTOS)

Para iniciar las actividades de hoy se sugiere al facilitador recoger comentarios sobre la sesión anterior, tomando las ideas, reflexiones o preguntas que hayan surgido en relación con los temas tratados.

Es importante darse un tiempo al comienzo para comentar cómo les fue con la tarea, qué aprendieron de ella, o si fue muy difícil hacerla.

Luego puede compartir con el grupo los objetivos de esta sesión. Presente la sesión de hoy comentando aspectos generales del tema a tratar, en base al texto inicial de la cartilla.

Hacer una lluvia de ideas sobre lo que ellos entienden por sexo y género y presentar ambos conceptos, en forma simple, en base al texto inicial del módulo.

ACTIVIDAD PRINCIPAL:
EL RELOJ
(60 MINUTOS)

El objetivo de esta actividad es que los participantes identifiquen cómo distribuyen su tiempo y qué actividades realizan, reconociendo algún posible cambio de acuerdo a la realidad de cada uno. Pretende además que los participantes reflexionen acerca de las responsabilidades que existen repartidas por género.

TRABAJO PERSONAL

Pida a cada participante que en una hoja escriba todas las actividades que hace en una semana. Apóyelos dando algunas ideas de actividades que aparecen en la hoja del anexo. Luego ayude a que las personas organicen sus actividades en categorías como: recreación, de aseo y limpieza, de cuidado de los niños, de trabajo remunerado, de transporte, etc.

Luego, pasar a cada participante una hoja donde deberá dibujar un gran círculo, y dividirlo en partes como el dibujo de abajo, según la cantidad de tiempo que le dedica en la semana a cada categoría de actividades.

TRABAJO GRUPAL

Pida a los participantes que formen grupos de a cuatro (ojalá mixtos) y conversen sobre su distribución del tiempo.

Para guiar la conversación puede plantear las siguientes preguntas:

¿Cuánto tiempo de la semana le dedico a ... (trabajar remuneradamente, transporte, cocinar, las tareas de los niños, etc.)?

¿Qué diferencias vemos con los relojes de los otros participantes?

¿Qué cambios realistas me gustaría hacer?

¿Con qué otra persona de la familia podría contar para hacer esos cambios?

PLENARIO

Pida a cada grupo que cuente cuáles fueron los principales temas tratados en el grupo.

ACTIVIDAD ALTERNATIVA
EL TRUEQUE
(60 MINUTOS)

El objetivo de esta actividad es que los participantes, de una forma lúdica, identifiquen actividades que realizan que les gustaría mantener y otras dejar de hacer. Busca también flexibilizar la percepción de roles por género atribuido a cada actividad.

PRIMER TRUEQUE
"TE CAMBIO"

Los facilitadores presentan el listado de actividades del anexo y reparten a cada participante una tarjeta o papel en blanco. Cada uno deberá escribir la actividad de la lista que no quisieran realizar más, o que menos le gusta asumir.

Cada integrante deberá encontrar a alguien del sexo opuesto dispuesto a intercambiar la tarea que aparece en la tarjeta. Por ejemplo: "te cambio hacer aseo por ir a trabajar fuera de la casa". Luego que todos cambiaron sus tarjetas, o al menos lo intentaron, cada pareja que hizo trueque comenta cómo fue que llegaron a un acuerdo de intercambio. Para esto sugiera las siguientes preguntas:

¿Por qué eligieron esa actividad y no otra?

¿Por qué aceptó el cambio?

¿Le costó hacer el cambio?

SEGUNDO TRUEQUE
"NO TE CAMBIO"

¿Le habría gustado hacer su cambio por otra actividad? ¿Cuál?

¿Cree usted que hay actividades que definitivamente *no* se pueden cambiar con el otro sexo?

*En una nueva tarjeta o papel en blanco, cada participante escribe ahora aquella actividad que realiza que es la que más le gusta hacer, y que *no* cambiaría.*

*Se mezclan los papeles o tarjetas y cada participante escoge uno al azar. Debe explicar si se identifica o no con lo que allí está escrito, contando por qué elige o no esa actividad como aquella que *No* intercambiaría.*

Para motivar la conversación grupal se sugieren las siguientes preguntas:

¿Por qué valoramos esta actividad y no otras?

¿Cuál es el valor que tienen las tareas domésticas?

¿Hay algunas que sean más femeninas o masculinas que otras?

¿Por qué algunas personas se sienten indispensables para hacer algunas tareas?

SÍNTESIS

El facilitador realiza una síntesis de los principales contenidos presentados por los participantes en la sesión, y refuerza algunas ideas importantes en base a los contenidos teóricos entregados al inicio del módulo. Importante resaltar en esta reflexión final qué aspectos del rol que cada uno cree tener le gusta y cuáles no, y qué oportunidades de cambio ve como posibles.

TAREA PARA LA CASA



La tarea para esta semana consistirá en revisar dentro de la rutina de cada uno, qué actividades les gustaría intercambiar con su pareja u otro adulto de la familia, y conversarlo con esa persona en un contexto tranquilo.

Ojo: Es importante que el intercambio de tareas se realice entre adultos.

EVALUANDO LA SESIÓN (10 MINUTOS)

Invite a los participantes a identificar los aprendizajes de la sesión, preguntando con qué ideas se quedaron y si creen poder aplicar algo de lo que se trabajó en el taller en sus casas.





ANEXO I

HOY CONVERSAMOS SOBRE

Cuando hablamos de género para referirnos a las diferencias entre hombres y mujeres, estamos hablando de la definición que cada cultura hace de lo que implica ser hombre o ser mujer. Cuando hablamos del sexo masculino o femenino, estamos hablando de la condición biológica de ser hombre o mujer.

La distribución de lo que los hombres y mujeres pueden o no hacer ha sido por muchos años muy rígida, y en esa distribución los hombres han ocupado posiciones de poder por sobre las mujeres: mandar en la familia, ganar mejores sueldos, tomar las decisiones importantes del país, etc.

A pesar de que cada día hay más mujeres que trabajan fuera de sus casas, son pocas las que comparten las tareas de crianza y de mantención de la casa con su pareja. Esto ha significado que aumenten en gran medida los síntomas de estrés en las mujeres.

Esta dificultad para compartir tareas tiene que ver no sólo con la poca costumbre de los hombres para hacer ese tipo de actividad, sino también con el hecho de que también a las mujeres les cuesta compartir este espacio, y esperan que las cosas se hagan como ellas dicen.

Compartir entre los miembros de la pareja las responsabilidades domésticas y de crianza tiene beneficios para ambos y para los niños. Sin embargo, aún en nuestro país hay cambios sociales que se necesitan para eso. Por ahora podemos ir dando pequeños pasos al interior de nuestra familia.

Algunas ideas que me quedaron fueron:



ANEXO 2

GUÍA PARA ORDENAR ACTIVIDADES

ASEO Y LIMPIEZA

- Aseo y orden de la vivienda:
barrer, sacar polvo, sacar basura, hacer camas, hacer baño, etc.
- Limpieza de la cocina:
lavar platos, secar y guardar loza, ordenar, etc.
- Lavado de ropa:
recoger ropa sucia, lavar, tender, planchar, guardar ropa, limpiar zapatos.
- Mantenimiento jardín:
regar, barrer el patio, la entrada de la casa, etc.

COMPRAS

- Saber qué falta en la casa.
- Decidir qué se compra.
- Hacer las compras diarias del hogar.
- Hacer compras de equipamiento para el hogar.

COMIDAS

- Preparar comidas rápidas: desayuno, once.
- Preparar comidas principales: almuerzo, comida.

NECESIDADES PERSONALES

- Dormir.
- Comer.
- Aseo personal.
- Cuidados médicos.

REPARACIONES Y CUIDADOS

- Tareas de mantenimiento y reparación del vehículo familiar.
- Tareas de mantenimiento y reparación de la vivienda.
- Tarea de cuidado de plantas, jardín, animales domésticos.
- Contratar maestros para reparaciones.



ADMINISTRACIÓN

- Administrar los ingresos de la familia.
- Pagar cuentas.

MOVILIZACIÓN

- Transportar hacia y desde la escuela.
- Desde y hacia el trabajo.
- Otros traslados.

NIÑOS

- Levantar o acostar a los niños.
- Atender y cuidar a los niños en el hogar.
- Atender a los niños en la noche.
- Acompañar al médico, dentista, etc.
- Participar de actividades escolares:
reuniones de apoderados, paseos, fiestas escolares, etc.
- Apoyar en las tareas escolares a los niños.
- Decidir permisos y castigos.

TRABAJO REMUNERADO

- Horas trabajo fuera de la casa.
- Horas de trabajo en la casa pero pagadas por un tercero.

PARTICIPACIÓN

- Actividades comunitarias.
- Actividades partidarias.
- Actividades de iglesia.

TIEMPO LIBRE

- Con la familia:
paseos, visitas a familiares, jugar con los niños, etc.
- Solo, en la casa:
ver tele, leer, escuchar música, jardinear, etc.
- Solo, fuera de la casa:
salir con amigos, hacer un deporte, vitrinear, pasear, etc.
- En pareja, dentro o fuera de la casa.

FICHA DE EVALUACIÓN DE LA SESIÓN

PARA EL FACILITADOR

1. NOMBRE SESIÓN

2. LUGAR EN QUE SE REALIZÓ

3. FECHA

4. DURACIÓN

5. ASISTENTES (nombres de cada participante)

6. Describa los principales contenidos que surgieron durante la sesión:

7. En general el nivel de participación en esta sesión fue:

ALTO

MEDIO

BAJO

8. Como monitor(a) conducir esta sesión me resultó:

DIFÍCIL

ALGO DIFÍCIL

FÁCIL

9. Creo que esta sesión podría mejorar si: (describir lo que a su juicio faltó o sobró)



TALLERES PARA TRABAJAR CON FAMILIAS

¿TE SUENA FAMILIAR?

Cuaderno 1

Cartilla para los Facilitadores
Dinámicas y Juegos Recopilados

Cuaderno 2

Empezar a Conocernos
Qué Aprendimos

Cuaderno 3

La Historia Familiar
La Familia que Hemos Construido

Cuaderno 4

El Día que me Convertí en Papá o Mamá
Compartir Responsabilidades en la Crianza

Cuaderno 5

Desarrollo y Derechos de Niños y Niñas
Cada Hijo, un Nuevo Desafío

Cuaderno 6

Aprender a Resolver Nuestros Conflictos
Padres: ¿Amigos o Autoridad?

Cuaderno 7

La Comunicación en Familia
Expresar los Sentimientos

Cuaderno 8

Los Temas Difíciles de Hablar
La Televisión en Familia

Registro de Propiedad Intelectual 132333
I.S.B.N. 92-806-3788-9
Mayo de 2003
Andros Impresores
1.000 ejemplares
Diseño: Josefina Olivios

Agradecemos la Colaboración de:
Centro de Investigación y
Desarrollo de la Educación (CIDE)
Servicio Nacional de la Mujer (SERNAM)

Los textos de esta publicación
pueden ser utilizados citando la fuente.





DESARROLLO Y DERECHOS DE NIÑOS Y NIÑAS

DESARROLLO Y DERECHOS DE NIÑOS Y NIÑAS

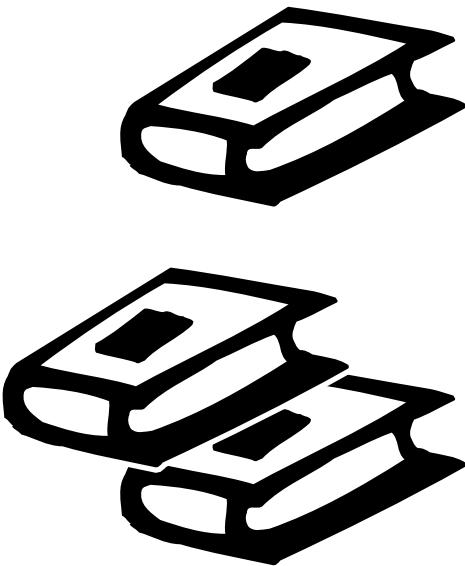
A través de esta sesión se trabajará en torno a las principales características del ciclo vital de niños, niñas y adolescentes, y las necesidades que presenta cada etapa.

También, se profundizará en el reconocimiento de niños y niñas como sujetos de derechos y el rol que les compete a los adultos a cargo de su crianza.



PRINCIPALES CARACTERÍSTICAS DEL CICLO VITAL DE NIÑOS Y NIÑAS

NUESTRO TEMA DE HOY



El desarrollo físico, psicológico y social es un proceso que ocurre en todos los seres humanos en el transcurso de su vida. Como participantes de la misma especie, vamos pasando por variadas etapas que implican mayor grado de crecimiento y madurez. Esto significa que a lo largo de la vida ocurre una multiplicidad de cambios, muchos de los cuales ni siquiera nos damos cuenta.

Un porcentaje importante de ese desarrollo sucede en forma espontánea; otra gran parte del desarrollo y maduración está directamente influida por los estímulos que se reciben del medio externo.

Los estudiosos del desarrollo humano han sostenido largas discusiones sobre cuánto de este proceso depende de los genes que traemos, es decir, de la herencia de nuestros padres biológicos, y cuánto depende del contexto en que crecemos y su influencia. Lo cierto es que una parte de nuestro desarrollo tiene que ver con la biología y otra parte muy importante está influida por la estimulación del entorno. Por ejemplo, todos venimos programados para aprender a caminar - salvo cuando hay lesiones físicas severas que lo impiden - pero si nadie estimula a una guagua, si ella pasa todo el primer año de vida acostada, probablemente aprenda muy tarde a caminar o tenga serias dificultades para hacerlo. Queda claro que lo biológico aunque exista, necesita

del contexto adecuado para desplegarse en su máxima capacidad.

En este proceso de desarrollarnos física y psicológicamente, los seres humanos tenemos una serie de necesidades para alcanzar un crecimiento pleno y armonioso.

Dentro de las conductas que traemos genéticamente determinadas, una parte se comienza a manifestar dentro de un rango esperado de edad. Siguiendo con el ejemplo de aprender a caminar, es esperable que un niño inicie la marcha solo entre los 11 y los 18 meses de edad. Pero hay otras conductas en que el rango de edad es mucho más amplio. Un ejemplo posible es el control de esfínteres, que algunos niños logran antes del año y otros recién a los tres años. Muchas veces los padres le piden a todos sus hijos que hagan las mismas cosas a las mismas edades, pero esto no es posible y sólo genera estrés en el niño y deteriora la relación padres e hijos. Cuando un padre o madre siente que su hijo no está logrando ciertas conductas esperadas para su edad, lo importante es que consulte a un médico o enfermera que le pueda dar la orientación adecuada antes de plantearle la exigencia al niño.

Hay otros aprendizajes esperados que sí dependen mucho de la influencia o estímulos del ambiente. Entre ellos está el desarrollo de la capacidad intelectual. Para que un niño logre alcanzar su máximo nivel de

rendimiento intelectual, necesita de estimulación adecuada desde el nacimiento. Esta estimulación implica alimentarlo, darle afecto y motivarlo a interesarse por cosas de su ambiente, junto con incorporarlo en el jardín infantil y la escuela.

Muchos niños y niñas en Chile, y de otros lugares en el mundo, no cuentan con el ambiente propicio para el pleno desarrollo de sus potencialidades. Frente a esto, y como un acuerdo mundial, se asumió que existían necesidades del desarrollo que debían considerarse condiciones exigibles por cada persona, es decir, que constituían derechos básicos. Surge así la Convención de los Derechos del Niño (CDN), la que Chile suscribe en 1990. En ella se plantea que todo niño y niña por el sólo hecho de nacer debiera tener garantizados aspectos tan básicos como una familia donde vivir y crecer, acceso a atención en salud, una educación de calidad, a ser tratados con respeto y sin violencia, entre otros derechos.

Siendo los adultos los principales responsables del cuidado y protección de niños y niñas, es importante conocer estos derechos fundamentales para promoverlos y defenderlos. La CDN plantea que en caso de que los padres no puedan dar cumplimiento a algunos de esos derechos, el Estado tiene el deber de apoyarlos independiente de su condición social, raza, sexo, religión.

CONDICIONES FAVORABLES PARA UN BUEN DESARROLLO DE NIÑOS Y NIÑAS

En términos muy amplios, se pueden describir las siguientes condiciones básicas para el buen desarrollo de niños y niñas.

SEGURIDAD FÍSICA:

Todo niño o niña que está creciendo necesita de una alimentación sana, completa y balanceada. En el inicio de la vida esta alimentación es la leche materna, razón por la cual es importante insistir en el amamantamiento exclusivo los primeros seis meses de vida. Todo niño y niña necesita vivir en un lugar donde las condiciones higiénicas sean adecuadas para el cuidado de su salud y no existan peligros que puedan dañarlo. Requiere también de un espacio físico protegido donde pueda moverse y explorar sin peligro.

CARIÑO Y AFECTO:

Dar cariño y afecto es tan importante como dar alimento. Todo niño necesita saber que es querido. Es indispensable que se sienta valorado y que reciba cariño tanto físico (un abrazo, un beso, una sonrisa), como verbal (a través de palabras de aliento, felicitación y de afecto).

Es de vital importancia poder entregarles a los niños un ambiente para vivir en el cual se sientan seguros, con confianza para poder acercarse a los adultos y donde se perciba que se los quiere como son, con cualidades y defectos. Un niño que no se siente querido ni apreciado por al menos una persona significativa para él, es un niño que sufre y que tiene mayor probabilidad de desarrollar algún tipo de trastorno psicosocial a lo largo de su vida.

El sentimiento de falta de afecto puede llevar a los niños a tener distintas manifestaciones o conductas que como adultos, percibimos como anormales o disfuncionales. Puede ocurrir, por ejemplo, que un niño o niña que no se siente querido realice conductas inadecuadas para llamar la atención o, por el contrario, se aisle completamente de su ambiente.

Muchas de esas conductas son formas de llamar nuestra atención, de comunicarnos que algo no anda bien. Por eso, decir que estas conductas son anormales no es más que dejar pasar y no hacerse cargo del mensaje que trasmite el niño: "necesito de ti, necesito cariño".

Ocurre que la carencia de afecto lleva a los niños a desarrollar una mala opinión de sí mismos (autoimagen), sintiendo o pensando que no son personas queribles o dignas de amor o, definitivamente, que no sirven para

nada. Se dice que los adultos somos el espejo en que los niños se reflejan. Si ven en nosotros un reflejo amoroso, donde se le transmite lo querido y aceptado que es, el niño aprende a quererse a sí mismo y adquiere confianza para enfrentar las dificultades de la vida.

Es necesario señalar y poner especial énfasis en que no basta sentir afecto por los niños. Debe demostrarse de una manera en que ellos lo perciban explícita y concretamente, con gestos de entrega y palabras claras.

EXPERIENCIAS DE APRENDIZAJE:

Los niños necesitan aprender. Es importante dar a los niños oportunidades para adquirir nuevas habilidades, ensayarlas y consolidar lo que han aprendido. Esto genera en ellos sentimientos de seguridad que favorecen el desarrollo de una opinión de sí mismos positiva (que se sienta inteligente y capaz) y una mayor independencia.

El dar posibilidades, por ejemplo, de que aprendan algún deporte o trabajo manual, o el fomentar el desarrollo de alguna habilidad intelectual como la lecto-escritura, o de alguna habilidad musical, o corporal, les permitirá identificar sus propias habilidades o talentos, lo que reforzará que sigan aprendiendo y perfeccionándose.

Lo importante de estas experiencias es que los niños puedan cometer errores y aprender de ellos. Muchas veces los adultos somos intolerantes a esos errores y les exigimos a los niños más allá de sus verdaderas posibilidades.

EXPERIENCIAS SOCIALES:

A medida que un niño va creciendo, va ampliando sus capacidades de explorar el mundo y también busca nuevos espacios de desarrollo, nuevas personas con las que vincularse. Parte de estas nuevas experiencias se las otorgan los familiares, vecindario y la escuela. Se espera de los padres y madres que acompañen a su hijo en este proceso de conocimiento, y que le provean de nuevas oportunidades para conocer.

Ahora bien, además de conocer algunas condiciones básicas que facilitan el sano desarrollo de los niños, es necesario considerar las diferentes etapas del desarrollo, de la niñez a la adolescencia, para lograr una comprensión más acabada de cómo se van modificando las necesidades de los niños a medida que van creciendo. Aún cuando estas dimensiones esenciales para el desarrollo pueden ser las mismas en el fondo, la forma en que se presentan varía según progresan sus capacidades de autonomía y discernimiento.

DISTINTOS MOMENTOS DEL CICLO VITAL INFANCIA: ALIMENTACIÓN Y CARIÑO

Al nacer, el primer contacto que tiene un niño o niña con el mundo es con el pecho de la madre. La lactancia, en este sentido, es fundamental. Es la primera relación que establece la guagua con el exterior, incluso es la primera manifestación física de un vínculo que comenzó antes del nacimiento. Este contacto responde a la necesidad básica del niño de subsistir a través de la alimentación, pero a la vez implica muchas otras cosas.

La lactancia es un proceso que trasciende más allá de la entrega del alimento fundamental de la madre al niño. La etapa de lactancia de un recién nacido es el momento de la vida donde se desarrolla el apego afectivo entre la madre y su hijo. En este sentido, se crea entre ellos un espacio de conexión emocional muy intenso, tan importante para el niño como para la madre. Se espera que un recién nacido sienta en este momento de encuentro íntimo con la madre, un sentimiento de seguridad, de aceptación, de protección frente a un mundo que le es absolutamente nuevo y frente al cual está indefenso.

Se sabe que este primer contacto es fundamental para el desarrollo posterior del niño. Una madre que es capaz de contenerlo, acogerlo entre sus brazos, darle calor, le transmite a su hijo la sensación de ser querido, lo que es el primer peldaño en la construcción de la confianza básica de todo niño.

Esta confianza básica permanecerá como uno de los pilares fundamentales del desarrollo afectivo para toda la vida.

La lactancia materna como alimento exclusivo de un recién nacido es recomendado para los primeros seis meses de vida. Estudios al respecto han comprobado que esta alimentación le entrega al niño protección inmunológica y los nutrientes necesarios para su desarrollo físico, incluyendo el desarrollo del sistema nervioso, fundamental para su capacidad de aprender.

Todo esto no quiere decir que sobre las madres caiga toda la responsabilidad de la crianza en los primeros meses. Es evidente que la naturaleza del ser madre les da a las mujeres el privilegio de tener el contacto más íntimo con los niños recién nacidos, pero no por eso la figura del padre debe quedar postergada.

Es sumamente importante que el padre pueda acercarse a su hijo desde antes de nacer. Hay estudios que hablan del reconocimiento que hace el recién nacido de la voz del padre, cuando éste ha estado cerca en el período de gestación y cómo esta voz puede ser una fuente de calma para el recién nacido. También el padre puede establecer un vínculo temprano con su hijo, siendo parte de los controles prenatales, asistiendo al parto y manteniéndose afectiva y físicamente cercano.

Junto a eso el padre cumple en esta

etapa un rol fundamental de apoyo emocional a la madre para que ella pueda cumplir en buena forma con su tarea de amamantamiento, especialmente cuando hay otros hijos que atender.

De ahí también la importancia de que el hombre esté siempre presente, apoyando la maternidad desde un rol atento y activo, y desarrollando a la vez su propio vínculo con su hijo o hija.

Esta primera etapa de la vida es de sumo y permanente cuidado con el niño o niña. Implica el inicio de un proceso de crecimiento que irá de la total dependencia a una autonomía cada vez mayor.

NIÑEZ: EXPLORANDO EL MUNDO Y APRENDIENDO EL CONTROL

Entre los seis meses y los dos años, niños y niñas empiezan a aprender a hacer cosas por sí mismos. Aprenden a mover cosas por sí solos, a gatear, a caminar, a hablar algunas palabras y a manifestar de manera más clara sus sentimientos y necesidades. Comienzan a sentirse más independientes de los padres, y quieren explorar el mundo y probarlo todo. Este aumento del rango de movimiento del niño obliga a los padres a crear espacios seguros donde su hijo pueda desplazarse y explorar en forma confiada y sin peligros de dañarse físicamente. Junto con eso surge la necesidad de aprender a decirles que no se pueden hacer ciertas

cosas, y enseñarles poco a poco el autocontrol (que los niños puedan decirse a sí mismos que no).

Se puede decir que los niños necesitan que los padres los monitoreen en forma permanente, pero otorgándoles progresivamente mayor libertad en sus acciones.

La forma en que se enseña a niñas y niños a controlarse puede influir en cómo se sienten sobre su cuerpo y cómo aprenden. Si el papá y la mamá les enseñan con paciencia y respetando su madurez, ellos aprenderán en forma natural y crecerán con cierta disciplina necesaria para sus vidas. En cambio, si los niños son presionados a hacer cosas para las que no están preparados física o emocionalmente, aprenden a responder sólo por temor. Esta forma de aprender se traduce cuando son grandes en actitudes de extrema sumisión o de rebeldía frente a las normas.

Muchos niños se incorporan en esta etapa a salas cuna o de cuidado diario. Es bueno que los padres se informen en detalle del funcionamiento de esos lugares antes de tomar una decisión. Entre las cosas importantes de considerar están: saber qué institución respalda a la sala cuna; número de adultos por niño; higiene del lugar; presencia de objetos de estimulación adecuados para el uso de los niños; posibilidad de los padres de entrar al lugar; conocer y hacer preguntas; posibilidad de comunicarse con las cuidadoras durante el día por teléfono;

recomendaciones de otras madres y padres que tengan a sus hijos en esa sala cuna en relación al trato que reciben sus hijos.

Otra de las características de esta etapa, especialmente entre los 2 y 5 años, es que niños y niñas comienzan a darse cuenta de su propia identidad sexual, reconociéndose como pertenecientes al sexo femenino o masculino. Las niñas comienzan a imitar a las mamás y los niños a los papás (o a las figuras femeninas y masculinas que tengan cerca). Hay curiosidad en ellos por tratar de descubrir las diferencias entre niños y niñas, y es natural que inventen juegos para explorar los roles que observan en los adultos.

También en esta etapa, la curiosidad sexual se expresa en preguntas relacionadas con el cuerpo humano, sus funciones y las diferencias entre hombre y mujer. La buena relación entre padres e hijos y la actitud abierta de los padres para escucharlos y responderles, ayudarán a los niños y niñas a despejar sus dudas y a entender que todo su cuerpo es respetable, bueno y necesario.

Muchos padres evitan hablar de este tema con los hijos porque no saben qué decirles o cuánto contarles. En general, la regla de oro es responder estrictamente a la pregunta del niño, diciéndole la verdad con palabras sencillas, sin entrar en detalles innecesarios. Por ejemplo, si un niño pregunta cómo fue que su hermanito entró en la guatita de la mamá, se le

puede decir que los hombres producen en su cuerpo unas células pequeñas llamadas espermatozoides, que cuando se juntan con una célula un poco más grande de la mujer, llamada óvulo, empiezan a formar una guagua. Entonces, su hermanito se empezó a formar dentro del cuerpo de la mamá cuando el papá puso sus espermatozoides en ella y uno de ellos se juntó con un óvulo de la mamá.

Para algunos niños puede ser suficiente hasta ahí. Probablemente otro niño pregunte más, o cuando crezca haga otras preguntas al respecto.

Lo importante es que los niños necesitan satisfacer sus dudas y encontrar respuestas para sus preguntas, siendo los padres los más indicados para orientarlos, de manera abierta y franca.

Este es el momento también para hablar de normas de respeto por el propio cuerpo y el de otros. Los adultos debemos enseñarles a los niños que su cuerpo es algo que hay que cuidar (hábitos de higiene, alimentación, ejercicio) y proteger (evitar situaciones de riesgo, no dejar que nadie lo toque sin nuestro consentimiento).

ESCOLAR BÁSICO

Es el período que transcurre entre los 5 y los 11 años, aproximadamente. En esta etapa los niños deberán aprender a relacionarse con personas fuera de su familia, como son los amigos y

profesores, quienes se van a transformar en figuras significativas para cada niño. Los padres ya no son la única fuente de aprendizaje y de mediación entre el niño y el mundo. Para los niños es enriquecedor acceder a otros espacios de relación, conocer niños y a través de ellos otras experiencias de vida.

El desafío a nivel escolar en esta etapa es la adquisición de la lecto-escritura y la adaptación social a este nuevo contexto. Muchos niños muestran entusiasmo por aprender a leer, a escribir, a resolver problemas. Hay que estar atentos cuando aparecen sentimientos de inferioridad que acompañan el inicio de la vida escolar y provocan dificultades de aprendizaje. El gran desafío para los niños es llegar a sentirse capaces y la descalificación a sus esfuerzos puede dañar su autoestima y sentido de competencia.

En esta etapa suelen diagnosticarse la mayoría de las dificultades de aprendizaje frente a lo cual es sumamente importante una acción oportuna.

Se sabe que uno de los factores que favorece la experiencia escolar de niños y niñas es una relación colaborativa entre familia y escuela. La buena comunicación entre padres y profesores, como la participación activa de los padres en las actividades formativas de sus hijos, tanto en la escuela como en la casa, ayudan a que el niño en edad escolar enfrente de mejor manera los desafíos de

aprendizaje y de adaptación a este nuevo ambiente.

Cerca de los 10 años es un buen momento para preparar a niños y niñas sobre los cambios que les ocurrirán en la pubertad, ya que aún no están emocionalmente involucrados en ellos. Es importante guiarlos y estimularlos a tener relaciones de respeto y equidad entre sexos, y hablarles sobre los cambios corporales que vendrán. Aún cuando este tipo de formación debe iniciarse desde muy temprano, en esta etapa previa al inicio de las relaciones de pareja es bueno retomarlas con mayor intencionalidad.

La formación en los temas de la sexualidad implica necesariamente la trasmisión de valores, y es por esto que es tan importante que sean los padres quienes tengan un rol central y eduquen a sus hijos conforme a su escala de valores.

LA PUBERTAD

Entre los 10 y los 14 años se producen cambios biológicos en el niño y la niña que indican que ha llegado su pubertad. En el caso de la niña, sus caderas se redondean, aparecen vellos en las axilas y pubis, y sus pechos empiezan a desarrollarse. Se inicia también el ciclo menstrual. En el caso del niño, comienza a cambiar su voz, aparece vello en su pubis, axilas y cara. Crece su pene y testículos y notará que su pene se le pone duro más seguido que antes.

Estos cambios biológicos están acompañados de fuertes variaciones en sus estados de ánimo: pasan de la alegría máxima a la pena o la rabia sin que quienes los rodean sepan cómo o por qué. Los niños a esta edad se ponen más retraídos porque se centran en sí mismos, lo que hace más difícil la comunicación con ellos.

Por esto, los padres y madres deben conocer que las oscilaciones de ánimo de los niños son normales de acuerdo a su desarrollo, comprendiéndoles y orientándolos en los cambios vertiginosos que van experimentando tanto a nivel corporal como mental.

La falta de información sobre los acontecimientos y cambios naturales propios de su edad, hace que muchos niños sientan ansiedad y preocupación cuando esto ocurre. Por ejemplo, un niño que despierta mojado al tener una eyaculación involuntaria, puede sentir temor, vergüenza o disgusto si no sabe que es algo normal que ocurra en esta etapa de la vida. Las niñas por su parte, al enfrentarse al cambio que implica ser fecundas a través de la menstruación, pueden sentir miedo o inseguridad. Por eso es importante orientar a los niños y niñas en relación con los cambios que vendrán, para que así puedan vivirlos con naturalidad como signos de una maduración progresiva y parte de un desarrollo sano.

En cuanto a lo psicológico, en esta etapa de la vida aumenta considerablemente la capacidad de abstracción y análisis, lo que le permite

a los niños profundizar en sus emociones e interpretar lo que ocurre en su entorno de manera más crítica. Esta mayor capacidad crítica es dirigida hacia la sociedad y también hacia los adultos cercanos, los que son juzgados muy estrictamente por sus actos.

LA ADOLESCENCIA

Es un período largo, que comienza alrededor de los 14 años siendo poco precisa la edad de término. Se caracteriza por emociones en conflicto y lucha entre polos extremos. Los adolescentes de ambos sexos experimentan un fuerte despertar del impulso sexual. A su vez, viven el descubrimiento del amor y la compañía, junto a momentos de soledad y aislamiento. Desarrollan ideales, al mismo tiempo que experimentan sentimientos de desilusión y disgusto consigo mismos y con el mundo. Cada adolescente vive y supera estos conflictos de manera diferente.

El desarrollo de la adolescencia ocurre de maneras muy diversas. Esto se debe a diferencias en ritmos biológicos de crecimiento, muy marcados durante este período y a la influencia de factores socio-culturales. Además, si nosotros como adultos revisamos nuestra propia adolescencia, nos daremos cuenta que las características de los adolescentes son distintas entre una época y otra.

En este período el o la adolescente

se preocupa por definir quién es. Por ello se distancian afectivamente de su familia, se hacen críticos de los adultos, y se acercan más al grupo de iguales. Esto trae cambios en las relaciones familiares y la necesidad de revisar esas relaciones.

Por otra parte tienden a seguir modas en el vestir, expresiones artísticas, orientaciones políticas, religiosas o sociales que les permiten experimentar y desarrollar su propia identidad. Dependiendo del adolescente, su contexto familiar y la influencia de los pares, este proceso puede enriquecer su personalidad o ser fuente de mucha confusión y conflictos, sobre todo cuando se mezcla con el consumo excesivo de alcohol y de drogas o una actividad sexual precoz.

En cuanto a su identidad sexual, necesitan sentirse como mujeres u hombres y ser reconocidos como tales. Se enamoran, desarrollando su expresión afectiva y buscan intimidad.

Hoy en día, un creciente porcentaje de adolescentes inician su actividad sexual en forma precoz. Influyen en ello la maduración biológica temprana, un ambiente cultural más erotizado, la postergación del matrimonio hasta terminar los estudios o encontrar un trabajo, y la experiencia de una cultura más tolerante a diversas opciones valóricas. Como una consecuencia de ello, han aumentado en forma alarmante el número de embarazos adolescentes, con todo lo que esto implica en la vida de los padres

adolescentes y sus hijos. Por eso es importante que la prevención, a través de una buena educación sexual, se realice desde temprano y no esperar la adolescencia para ello.

Al desarrollo intelectual y moral del adolescente le favorece un pensamiento fundado en valores, lo que permite pasar de una forma más egoísta de relaciones con el mundo y las personas, a una más solidaria, dentro de la cual está como eje central el diseño del futuro. Es la etapa en que se van adquiriendo y ensayando nuevas competencias para la vida de adulto, y se preparan las habilidades necesarias para el ingreso al mundo laboral y el logro de la autonomía económica.

La etapa de la adolescencia está fuertemente influida por el contexto, y es por esto que no todos los jóvenes viven este momento de la vida igual, a diferencia de etapas iniciales del desarrollo donde los cambios se dan de manera más semejante. Así, un adolescente que ha tenido que dejar sus estudios y trabajar para apoyar a su familia, claramente tiene una vivencia muy diferente que aquel que estudia y depende de sus padres.

Distintos sexos: iguales derechos

Un tema que cruza a lo largo de toda la formación, muchas veces de manera imperceptible, es la educación del género, es decir, de las conductas y

actitudes asociadas a cada uno de los sexos. El sexo es la manifestación biológica de ser hombre o mujer. El género es la manifestación social de ser hombre y ser mujer y, por lo tanto, varía en diferentes culturas, en diferentes épocas, e incluso en la misma época y cultura, hay familias que piensan distinto en cuanto a los que las mujeres y los hombres pueden o deben hacer en la sociedad.

Desde que una guagua nace, los padres comenzamos a establecer una huella en este sentido: para las niñas el rosado, para los niños el celeste; se espera que los niños sean más inquietos y comilones, no así las niñas; se espera que las niñas sean suaves y tiernas, los niños rudos y expansivos; las niñas más emotivas, los niños más intelectuales, etc.

Poco a poco los niños y niñas van haciéndose parte de esta sociedad escuchando estas cosas de los adultos que los rodean, y por lo mismo van asumiendo que ser mujer es lo mismo que rosado, tierno, suave y emotivo. Los niños, por su parte, asumen que ser hombre implica, en primer lugar, ser diferente de las niñas, y que esto se traduce en ser inquietos, comilones, rudos, expansivos y vestirse de azul. Con el pasar de los años, las sociedades se han ido abriendo, dando cuenta de que ser hombre o mujer no implica necesariamente lo que se le inculcaba a nuestros antepasados. Hoy sabemos que los hombres necesitan tanto mostrar sus emociones como las

mujeres desarrollar su intelecto.

Es por eso que como padres es importante abrir los ojos y los oídos y aprender a conocer a los hijos, respetando sus características personales y considerando sus necesidades específicas. Tenemos que cuidarnos de no hacer diferencias entre hijos e hijas porque, aunque tienen diferente sexo, tienen los mismos derechos.

Conocer las principales características de las etapas del desarrollo por la que pasan los hijos, permite a los padres y madres dar mejores respuestas a las necesidades y derechos de sus hijos e hijas. Junto con conocer estas características, cada padre tiene el desafío de conocer las particularidades de cada uno de sus hijos, los que son únicos e irrepetibles y, por lo tanto, también tienen necesidades particulares.

LA IMPORTANCIA DEL JUEGO EN EL DESARROLLO DE LOS NIÑOS Y NIÑAS

Existe consenso en concebir el espacio del juego como algo fundamental y necesario para el pleno desarrollo de todo niño y niña.

El juego es la forma de expresión natural para ellos; un espejo que muestra cómo marcha su vida. Es importante procurar espacios adecuados para el juego, permitir que los niños vivan su infancia como tal, jugando libremente y expresándose a través de esta actividad.

La importancia del juego radica en que a través de este el niño puede representar sus relaciones con otros, expresar necesidades personales al entorno que lo rodea, expresar emociones que a veces quedan guardadas, asumir distintos roles de su familia y entorno, entre otras cosas.

De la misma forma en que el juego permite un desarrollo pleno para niños y niñas, también evoluciona con el tiempo, adquiriendo cada vez mayor complejidad y satisfaciendo diversas necesidades.

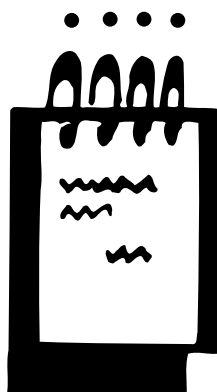
Desde que el niño nace, hasta los dos años aproximadamente, nos encontramos con un juego de ejercicio, centrado en sí mismos, donde el niño intenta descubrir su entorno a través de su cuerpo y descargar, al mismo tiempo, mucha energía física en los juegos que realiza. Su atención está totalmente dirigida a descubrir los juguetes que lo

rodean, atribuyéndole funciones que no se ajustan a la realidad.

Al llegar al período de los 3 y 7 años, aparece el juego 'como si', en el que los niños y niñas pueden representar una realidad no existente "como si" existiera. Es lo que se conoce como juego simbólico, ya que el niño le atribuye cualidades no reales a elementos que lo rodean. En comparación con la etapa anterior, los juegos que realizan se hacen cada vez más complejos e incorporan activamente a otras personas a ellos: ya no sólo se lleva la taza a la boca, sino que prepara una mesa para tomar onces e invita a su familia a acompañarlo.

Al ingresar a la escuela, el juego cambia: ahora es en grupo, se vuelve más estructurado y con reglas, en virtud del contacto con los otros. Esto le permite combinar la fantasía y la cooperación con otros, lo que en definitiva fortalece también su desarrollo. Como hemos podido apreciar, el juego en niños y niñas es una actividad que tiene un verdadero sentido, satisface necesidades dependiendo de la edad en que se encuentre. Por lo tanto, es necesario que la familia permita la libre expresión de la actividad lúdica del niño, ya que de esta forma estará favoreciendo su desarrollo integral.

OBJETIVOS PARA ESTA SESIÓN



Se espera que a través de esta sesión los participantes sean capaces de:

- **Reconocer, a partir de la experiencia con sus propios hijos, cuáles son sus necesidades esenciales para un desarrollo pleno.**
- **Diferenciar aquellas necesidades de los niños y niñas que permanecen invariables durante la vida, de aquellas que varían de acuerdo al ciclo vital.**
- **Reflexionar en torno al rol que a ellos como adultos a cargo de la crianza les compete en relación a las necesidades y derechos de sus hijos.**

Bibliografía

- "Educar en Familia"*, Ministerio de Educación, CIDE - INTEGRÁ, sin año.
- "Las cien preguntas de los Padres"*, Karim Gálvez y Bárbara Gálvez. Editorial Grijalbo Mondador, 2000.
- "Capacitación Inicial"*, Documento de trabajo interno, Fundación Integra, 1996
- "Ayudando a Crecer. Taller para Padres y Apoderados"*, documento de trabajo Fundación de la Familia, sin año.
- "Convención Internacional de Derechos del Niño"*. UNICEF, 1989.

ACTIVIDADES PARA LA SESIÓN DE HOY



MATERIALES A USAR EN LA SESIÓN

Hojas de trabajo (1, 2, 3) actividad A, de la actividad principal.

Papelógrafos y plumón.

Cuatro copias de la información teórica del módulo sobre las etapas del desarrollo para la actividad alternativa.

¿TENGO TODO LO QUE NECESITO?

ACTIVIDAD INICIAL

Para iniciar las actividades de hoy se sugiere al facilitador recoger comentarios sobre la sesión anterior, tomando las ideas, reflexiones o preguntas que hayan surgido en relación con los temas tratados.

Es importante darse un tiempo al comienzo para comentar cómo les fue con la tarea, qué aprendieron de ella, o si fue muy difícil hacerla.

Luego comparta con el grupo los objetivos de esta sesión.

ACTIVIDAD PRINCIPAL (45 A 60 MINUTOS)

La actividad principal está dividida en dos momentos. Se inicia con un trabajo individual de los participantes donde recordarán características de sus propios hijos. Posteriormente trabajarán en parejas, contándole a otro integrante del taller el trabajo que realizaron. En un segundo momento, compartirán el trabajo personal para favorecer la retroalimentación de información y experiencias de todos los participantes.

(A) ACERCA DE MI HIJO
(20 MINUTOS)

El objetivo de esta actividad es permitir que los padres reconozcan, a partir de su propia experiencia, cuáles son las necesidades de sus hijos para un pleno desarrollo. Además de identificarlas, permite valorar la importancia de ellas para los niños.

Se sugiere que el facilitador presente la actividad señalando que comienza con un trabajo personal que consistirá en completar **una hoja de vida** de sus niños, señalando algunas características de ellos (si alguna persona no tiene hijos puede hacer el ejercicio con algún niño que conozca y sea importante afectivamente para ella). Para esto, se les pide que se distribuyan libremente en la sala, de tal forma que puedan trabajar tranquilos. En la hoja encontrarán un dibujo de un niño y deberán ir completando las características de ellos por área (física, mental, afectiva, social, etc.).

Se puede sugerir a los participantes que escojan a uno de sus hijos para hacer este trabajo. Proponga un criterio de selección, por ejemplo el hijo mayor o aquel con que considere que tiene más dificultades de relación.

Cada participante recibe una hoja donde puede hacer un dibujo que represente a ese hijo con que va a trabajar. Alrededor del dibujo pida que escriban características entre las cuales puede sugerir las siguientes:

- edad**
- forma de ser**
- intereses**
- habilidades**
- dificultades**

Si puede, se sugiere poner una música tranquila para acompañar el trabajo individual de los padres.

Duración aproximada: 15 minutos.

Una vez que todos hayan terminado de completar las hojas de sus hijos, se les invita a formar parejas, donde cada uno le presente al otro a su hijo o hija.

Para el trabajo en parejas pida a los participantes que respondan las siguientes preguntas:

¿Qué necesita este hijo para desarrollarse plenamente?

¿Qué necesita de mí como mamá o papá?

**(B) LAS NECESIDADES
DE NIÑOS Y NIÑAS
(30 MINUTOS)**

El objetivo de esta segunda parte de la actividad es que los participantes reflexionen sobre las necesidades y derechos de todo niño, niña y adolescente.

Invite a los participantes a volver al plenario formando un solo círculo. Recoja comentarios generales de la actividad, si les resultó difícil identificar características y necesidades de los niños, diferencias con ellos, etc.

Posteriormente, invite a los participantes a comentar la segunda pregunta del trabajo anterior, registrando en un papelógrafo lo que ellos vayan planteando.

Para profundizar en la conversación se pueden plantear las siguientes preguntas:

¿Son diferentes las necesidades de niños y niñas? ¿Por qué?

¿Qué significa que los niños tengan derechos y cuál es mi tarea como adulto frente a ellos?

**APOYAR LA
CLASIFICACIÓN DE
LAS NECESIDADES
CON LAS SIGUIENTES
CATEGORÍAS:**

Es importante que el facilitador haga notar a los participantes cómo las necesidades básicas de los hijos como el afecto, la protección, el cuidado, permanecen durante toda la crianza, y que lo que varía principalmente es la forma en que entregamos o satisfacemos esas necesidades.

Si algunas de las necesidades que usted considera importante no aparecen, aquí tiene un cuadro de apoyo para incorporarlas.

Cognitivas o de pensamiento: es decir, cómo piensan nuestros niños; cómo solucionan los problemas. (Relacionar con el derecho a una educación de calidad y el derecho a vivir en familia).

Emocionales o de sentimientos: cómo reaccionan a esta edad, qué sienten y cómo expresan sus emociones. (Relacionar con el derecho a vivir en familia).

Sociales: cómo se relacionan con otras personas, cómo son con sus hermanos, padres, amigos, abuelos, tías del jardín, etc.

Físicas o de movimientos: Cómo se mueve, qué es capaz de hacer y qué no, qué habilidades tiene. (Relacionar con el derecho a la salud).

**ACTIVIDAD ALTERNATIVA
(30 A 45 MINUTOS)**

**QUÉ NECESITAN
LOS NIÑOS**

El objetivo de esta actividad es que los participantes conozcan las características y necesidades de sus hijos, en cuanto a su desarrollo cognitivo, emocional, social y motor. Permite además, que los participantes entiendan más el comportamiento de sus hijos (cómo sienten y piensan) para ponerse en el lugar de ellos en situaciones difíciles.

El facilitador forma cuatro grupos con los participantes y le entrega a cada uno una fotocopia de la descripción de una de las etapas del desarrollo que aparecen en la primera parte de este módulo.

Cada grupo deberá presentar una situación actuada en que aparezca un niño o niña de esa edad, donde se reflejen las características y necesidades de ese niño y cómo nos comportamos los adultos usualmente frente a ellos.

Después de la presentación de cada grupo se invita a un plenario para conversar sobre las necesidades que aparecieron, y las actitudes de los adultos.

El facilitador puede guiar la conversación con algunas de estas preguntas o reflexiones:

¿En qué medida nos sentimos identificados con alguno de estos personajes y por qué?

¿Qué creo que necesitan mis hijos de mí como papá o mamá?

SÍNTESIS

El facilitador realiza una síntesis de los principales contenidos presentados por los participantes en la sesión, y refuerza algunas ideas importantes en base a los contenidos teóricos del módulo.

TAREA PARA LA CASA



La tarea para esta semana consistirá en observar si en el trato cotidiano hacemos diferencias entre nuestras hijas y nuestros hijos varones, y evaluar por qué lo hacemos. Si alguno tiene la posibilidad, sugiérale que le pregunte a sus hijos si se dan cuenta de esa diferencia.

**EVALUANDO LA SESIÓN
(10 MINUTOS)**

Invite a los participantes a identificar los aprendizajes de la sesión, con qué ideas del tema tratado se quedan y si creen poder aplicar algo de lo que se trabajó en el taller en sus casas.





ANEXO I

HOY CONVERSAMOS SOBRE

Para que un niño o una niña crezca normalmente es necesario contar con la presencia de ciertas condiciones que favorecen su desarrollo integral y armónico.

Desde la creación de la Convención de los Derechos de Niños y Niñas, estas condiciones constituyen derechos exigibles por todos ellos. Como adultos somos responsables de su cuidado, por lo tanto, debemos conocer cuáles son estos derechos, protegerlos y promover que se cumplan.

Algunas de las condiciones básicas que todo niño necesita para desarrollarse en forma plena son:

Seguridad física: referida a la entrega de alimentación necesaria, vivienda, salud, higiene, entre otras cosas.

Cariño y afecto: el que los niños puedan sentirse queridos y cuidados. No basta sentir afecto hacia los hijos, sino que también hay que demostrárselo. Esto promueve que el niño tenga una buena imagen de sí mismo.

Experiencias de aprendizaje: los niños necesitan aprender, por lo que hay que brindar los espacios para que puedan adquirir, ensayar y consolidar lo que van aprendiendo.

Experiencias sociales: el conocer y establecer relaciones con otros niños y adultos les permite que amplíen su mundo social.

Como padres también es necesario estar al tanto de las características de la etapa de desarrollo de los hijos. Esto permitirá apoyarlos mejor, de acuerdo a sus necesidades, en su aprendizaje y crecimiento, y a su vez no exigirles más de lo que pueden dar, considerando su edad y características personales.

A veces los adultos obligamos a los niños a crecer antes de tiempo y les damos responsabilidades que no les corresponden para su edad. Ellos necesitan ir paso a paso construyendo su personalidad y es importante no empujarlos ni hacerlos saltar etapas.

Otras ideas que me quedaron fueron:

FICHA DE EVALUACIÓN DE LA SESIÓN

PARA EL FACILITADOR

1. NOMBRE SESIÓN

2. LUGAR EN QUE SE REALIZÓ

3. FECHA

4. DURACIÓN

5. ASISTENTES (nombres de cada participante)

6. Describa los principales contenidos que surgieron durante la sesión:

7. En general el nivel de participación en esta sesión fue:

ALTO

MEDIO

BAJO

8. Como monitor(a) conducir esta sesión me resultó:

DIFÍCIL

ALGO DIFÍCIL

FÁCIL

9. Creo que esta sesión podría mejorar si: (describir lo que a su juicio faltó o sobró)



CADA HIJO, UN NUEVO DESAFÍO

CADA HIJO, UN NUEVO DESAFÍO

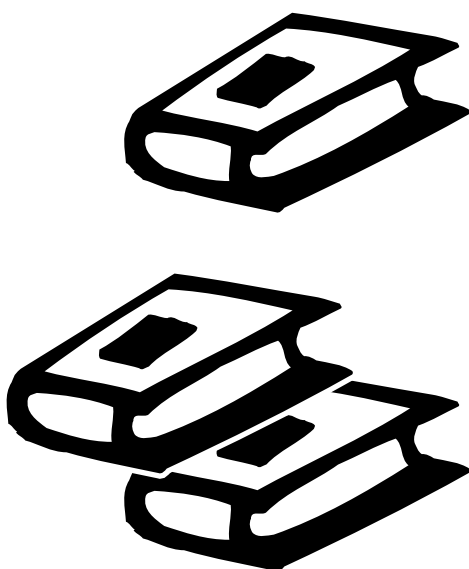
En este módulo se trabajará el tema de la diversidad en nuestra familia y cómo nos enfrentamos a ella. Se trabaja la idea de que cada hijo tiene necesidades que son comunes y otras que son particulares y que esto requiere de gran flexibilidad.

Se trabajará la diversidad tanto en relación con la crianza de los hijos en diversas etapas de la vida, como las diferencias de género y la presencia de niños con necesidades especiales.



CADA HIJO TIENE NECESIDADES QUE SON COMUNES Y OTRAS PARTICULARES

NUESTRO TEMA DE HOY



Un gran desafío para cualquier ser humano es el de convertirse en padre o madre. Cambia la vida radicalmente, las responsabilidades, los proyectos, las prioridades, e incluso, los mismos padres y madres se transforman a sí mismos en la íntima relación que establecen con hijos o hijas.

Es natural que la relación con los hijos o hijas origine un cuestionamiento permanente en los padres y madres acerca de cuales son las mejores maneras de educarlo, qué está bien hacer con ellos, qué está mal, etc. En este cuestionamiento es habitual encontrar en los padres y madres diferentes sensaciones o sentimientos en relación a la educación de -y entre- sus distintos hijos o hijas.

Cuando es sólo uno, todas las preguntas se dirigen a la relación que se establece con ese niño o niña en particular. Cuando aumenta el número de hijos los padres comienzan a darse cuenta de las diferencias que hay entre ellos, en su personalidad, sus habilidades y dificultades, en sus ritmos de desarrollo, por nombrar algunas dimensiones. Esto, naturalmente produce que existan diferencias en cómo se establecen las relaciones con cada uno de los hijos.

Es frecuente que como padres observemos que lo que nos resulta para enfrentar determinada dificultad con un hijo, no sirva para enfrentar la misma dificultad con otro.

Existen dos grandes mitos que se tratarán a lo largo de este módulo que tienen que ver con las diferencias y semejanzas de los hijos y las formas como los tratamos. Uno es el referido a cómo se establecen las relaciones o qué diferencias se hacen frente a un hijo hombre y una hija mujer. Suele ocurrir en las familias que el trato es diferente hacia los niños y las niñas, lo que más que evidenciar una mayor conciencia de las características particulares de cada uno de ellos como personas, tiene que ver con las pautas culturales que atribuyen ciertas actitudes o habilidades a los hombres y otras diferentes a las mujeres.

El segundo gran mito es pensar que todos los hijos son iguales, y que como padres o madres debemos establecer relaciones iguales para todos. Esta última idea suele ser fuente de muchas preguntas y sentimientos contradictorios en los padres.

DIFERENCIAS EN CÓMO EDUCAMOS A UN NIÑO Y A UNA NIÑA

Las preguntas que uno puede hacerse para iniciar la reflexión son por ejemplo: cómo me relaciono con los hijos hombres o hijas mujeres, qué expectativas tuve yo de mi hijo o hija cuando supe que vendría al mundo, cómo imaginé que sería si era niño o niña.

Suele ocurrir que en los padres o madres exista un anhelo muy íntimo y secreto de que el hijo venidero sea de un sexo u otro, pero muchas veces ese deseo está marcado por la cultura, y el valor que se le atribuye a cada sexo. Tradicionalmente las familias preferían que el primer hijo fuera hombre, y esto marcaba la continuidad del apellido de la familia o, en otros contextos, significaba un futuro aporte de mano de obra para el trabajo de la tierra. Por otra parte, conocemos la realidad de países donde frente a la escasez de alimento y al exceso de población, muchas familias dan muerte a las recién nacidas de sexo femenino. Esto aunque suene fuerte es real, y ocurre en pleno siglo veintiuno.

Sólo estos dos ejemplos dan cuenta de cómo la relación con los hijos está marcada desde un comienzo por las ideas de nuestra sociedad sobre lo que las niñas o los niños deben ser. Hay estudios sobre lactancia materna y cuidado temprano que muestran que los niños varones reciben un mejor amamantamiento que las niñas. Tal vez sin darse cuenta, muchas madres actúan pensando en que por ser niños necesitan más comida que las niñas.

Luego, a lo largo de su crecimiento, suele ocurrir que las niñas desde temprano son incorporadas a las tareas de la casa y se hacen cargo de sus hermanos en ausencia de la madre. Incluso, muchas niñas dejan sus estudios

para cumplir ese rol. A las niñas se les dan menos permisos para salir o tener amigos y, por lo tanto, son criadas más apegadas a su casa y familia que los niños.

Por otra parte, a los niños se les deja más espacio de exploración y sus fronteras de acción son más amplias: suelen tener más permisos para salir y menos responsabilidades domésticas que cumplir. Cuando la familia no tiene recursos para que todos los hijos sigan estudiando, muchas veces se privilegia el estudio del hijo hombre. Sin embargo, no todos son privilegios, ya que desde niños los hombres llevan el peso de ser proveedores de la familia, y frente a necesidades económicas se incorporan tempranamente al mundo del trabajo, limitando ciertos aspectos de su vida como niño.

Es cierto que actualmente podemos observar algunos cambios en estas conductas. Entre otras cosas, las niñas y niños asisten a la escuela casi en la misma proporción. A pesar de esto, aún se hacen diferencias entre personas sólo por el hecho de ser hombre o mujer; por ejemplo, los hombres ganan más que las mujeres en un mismo puesto de trabajo.

Pero, y qué es primero, ¿lo que nos enseña la sociedad o lo que le enseñamos a nuestros hijos y que luego influye en cómo es la sociedad en que vivimos? Ambas cosas son importantes. Actuamos de acuerdo a lo que hemos

aprendido de nuestra cultura, pero también tenemos la posibilidad de influir la cultura a través de lo que enseñamos a nuestros hijos, especialmente a través de lo que les mostramos con nuestras acciones. Por eso, si creemos que no debiera haber diferencias de trato hacia las personas porque son hombres o mujeres, es muy importante que estemos conscientes de cómo actuamos frente a los hijos varones y a las hijas mujeres. ¿Hacemos diferencias? ¿Esas diferencias las hacemos considerando sus características de personalidad o su sexo?

¿SON TODOS MIS HIJOS IGUALES?

Ya vimos que existe una tendencia cultural a realizar diferencias en el trato de niños y niñas, y que muchas veces no nos percatamos de esas formas de diferenciar.

Ahora bien, otra creencia muy generalizada es que ser justos con los hijos significa darles a todos los mismos beneficios, ponerles a todos los mismos límites o plantearles a todos las mismas exigencias. Muchos padres buscan así ponerse en una actitud neutral frente a los hijos, porque creen que hacer ciertas diferencias se puede interpretar como favoritismo.

Tomando como base el tema de los derechos, podemos decir que

efectivamente todos los niños y niñas tienen los mismos derechos fundamentales, los que son necesarios y exigibles para su buen desarrollo. Pongamos algunos ejemplos: cuidado y protección de una familia, salud, alimentación, buen trato, una educación de calidad, una nacionalidad y un nombre, entre otros. Esos son sus derechos como persona por el sólo hecho de haber nacido.

En la crianza es importante considerar que los hijos no son todos iguales, desde cosas tan evidentes como que cada uno tiene edades distintas, hasta aspectos más sutiles como las diferencias en sus formas de ser.

Cada hijo es distinto al otro, desarrolla distintas habilidades, presenta distintas sensibilidades, intereses, aptitudes. De hecho, cada hijo tiene diferentes ritmos o formas de aprendizaje. La naturalidad de esto radica en el simple hecho de que cada hijo es un ser humano distinto, único e irrepetible. Por eso cada uno de ellos es un nuevo desafío para los padres.

Esto implica que si un niño tiene derecho a ser protegido por sus padres, cuando es un recién nacido este derecho se traduce en el cuidado y atención total de un adulto, pero en la adolescencia esa protección puede significar una buena conversación entre padres e hijo sobre cómo manejarse en la calle de noche.

Tal vez alguno de los hijos tenga más dificultades de aprendizaje que otro, por lo tanto eso va a significar que requiera más apoyo de un adulto en sus tareas escolares, y que sus logros académicos sean diferentes a los de su hermano. Lo importante es poder evaluar su rendimiento en función de sus propios logros y no comparándolo con otro niño, porque en ese sentido todos somos diferentes.

Muchas veces se escucha a los padres decir: "pero cómo tu hermano puede", "por qué no eres tan ordenado como tu hermana" y otras frases así. Como cada niño es único, la comparación con otro sólo produce daño en su autoestima y no considera su propia capacidad de mejorar.

Cuando un padre o madre cree que lo correcto es tratarlos a todos por igual, es probable que detrás de esto exista un gran deseo de ser muy justos y democráticos con sus hijos. Y es verdad que todos ellos necesitan de su amor, protección y guía, pero la forma de entrega de todo eso puede ser diferente según su necesidad.

Aceptar que cada hijo es distinto como ser humano no significa aceptar modos de discriminación entre los hijos. Es natural que la madre o el padre tengan diferentes formas de comunicación con uno u otro hijo, o más sintonía con uno de ellos, porque resultaron ser más parecidos, o porque comparten ciertas sensibilidades.

Parece ser que con cada hijo o hija, los padres establecen distintos momentos de encuentro, a través de distintas actividades o temas.

Esta peculiaridad, esta diversidad presente en cada niño y niña, necesita ser acogida de manera especial, necesita, por decirlo así, de un momento y espacio determinado para ser descubierta.

Una buena forma de partir en este desafío de ser justos y democráticos a través de valorar las diferencias, es a través de darse el tiempo para observar y escuchar a cada uno de los hijos para descubrir en ellos esas particularidades que lo hacen único y especial.

HIJOS O HIJAS CON NECESIDADES ESPECIALES

Muchos padres y madres tienen la experiencia de tener hijos diferentes no sólo por su edad, sexo o características de personalidad, sino porque tienen necesidades especiales, ya sea por un factor genético o por alguna circunstancia de la vida que deja en ellos una huella permanente.

Este es el caso de los niños con alguna discapacidad física o mental que implica una necesidad de adaptación a este mundo, muchas veces muy mal preparado para acogerlos.

Estos niños o niñas presentan evidentemente un desafío especial para

el ejercicio de crianza de los padres y madres, porque implica asumir que ese hijo no se desarrollará de la misma forma que la mayoría de los otros niños, y que probablemente requerirá de nuestro apoyo y cercanía, por más tiempo y de manera más intensa.

Algunos padres pueden tener sentimientos de mucho dolor, rabia e impotencia, es natural que así sea. Es recomendable que esos sentimientos sean compartidos con la pareja y con otras personas.

También es bueno aconsejar a estos padres a buscar apoyo en instituciones entendidas en los temas relacionados con la discapacidad de su hijo. A través de ella puede obtener no sólo información y orientación práctica, sino también ampliar sus redes de apoyo emocional al compartir con otros la misma experiencia.

Es importante especificar que cuando hablamos de discapacidad, la palabra se refiere a una falta de habilidad en alguna área específica, pero que no se aplica a todas las potencialidades del niño. Al contrario, es habitual que niños con alguna discapacidad desarrollen otras habilidades de manera de compensar la menos desarrollada.

Uno de los aspectos importantes de trabajar con los padres y madres con hijos con discapacidad es encontrar y valorar los recursos que ese niño o niña tiene, y sobre los cuales se pueden

apoyar en su proceso de desarrollo.

Otra tarea de aprendizaje para estos padres es lograr un equilibrio entre desafiar a sus hijos a hacer progresos en su adaptación, versus exigirles algo que no pueden lograr. Asumir una actitud pasiva frente a estos niños les puede hacer sentir a ellos que no son buenos para nada, y que sus padres no tienen expectativas. Por el contrario, ser demasiado exigentes puede deteriorar la relación y dañar la autoestima del niño.

Frente a esto, puede ser útil asesorarse por especialistas en el tema, aquellas personas que estén involucradas con él y que atiendan al niño. Los padres tienen derecho a manejar toda la información que necesiten para ayudar a su hijo a lograr su máximo nivel de desarrollo y para esto deben sentirse con la libertad de preguntar y pedir respuestas claras. Estas personas pueden aclarar qué se puede esperar de cada niño, cómo hacerlo para darle el mejor apoyo, qué tareas pueden hacer los padres, hermanos y otros familiares en la casa, y se requiere de un apoyo especializado en alguna institución.

Todos los niños, independiente de su condición física o mental, requieren más que nada del amor y afecto de sus padres y familias. Es necesario desarrollar un buen vínculo con ellos y procurar no dañarlo con sobreexigencias o descalificaciones. Se

sabe que un niño discapacitado cuando crece en el interior de una familia que lo quiere y lo cuida, tiene más posibilidades de alcanzar su mayor nivel de desarrollo.

La sociedad tiene un desafío pendiente con estos niños y sus padres, para abrirles más espacios de acogida y de inserción educacional y laboral cuando sean adultos, reconociendo ese aporte que pueden y necesitan dar a los demás.

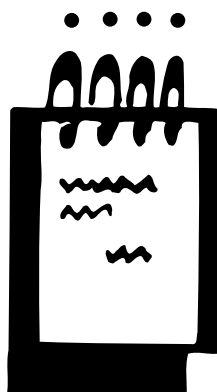
Esto no es menor, si se considera que el 7,5% y 10% de la población total de Chile presenta algún grado de discapacidad, según la Organización Mundial de la Salud (OMS). En el caso específico al cual nos referimos, un 15,5% corresponde a niños menores de 14 años.

Aún más. La OMS estima que el 98% de las personas con discapacidad que viven en los países en desarrollo, no se benefician de ningún cuidado puesto que no hay asistencia médica ni seguridad social suficientes.

Según el artículo 23 de la Convención de Derechos del Niño, cada niño mental o físicamente impedido deberá disfrutar de una vida plena y decente en condiciones que aseguren su dignidad, y le permitan llegar a bastarse a sí mismo y faciliten la participación activa del niño en la comunidad.

Esa es la meta mínima a la que como sociedad debiéramos aspirar para estos niños y niñas.

OBJETIVOS PARA ESTA SESIÓN



Se espera que a través del trabajo de esta sesión los participantes logren:

- **Reconocer las diferencias entre sus hijos y la importancia de responder en forma diversa a sus necesidades o formas de ser.**
- **Valorar el concepto de diversidad como actitud básica y establecer actitudes y comportamientos necesarios para respetar la individualidad de los diferentes miembros de la familia.**
- **Reflexionar críticamente en torno a las diferencias de crianza en niños y niñas.**

Bibliografía

"El Fortalecimiento del derecho de los hombres a participar en la crianza de sus hijas e hijos". Manual para el Monitor del proyecto Paternidad Activa. CIDE, 2001.

ACTIVIDADES PARA LA SESIÓN DE HOY



MATERIALES A USAR EN LA SESIÓN

Papelógrafos y plumón.

Hojas de papel.

Lápices de colores revistas o diarios viejos.

Pegamento y tijeras (dos de cada una puede ser suficiente).

Cinta adhesiva.

Una radio y música tranquila.

¿TENGO TODO LO QUE NECESITO?

OJO: si realiza la actividad alternativa no necesita estos materiales.

ACTIVIDAD INICIAL
(20 A 30 MINUTOS)

Para iniciar las actividades de hoy se sugiere a los facilitadores recoger comentarios sobre la sesión anterior, tomando las ideas, reflexiones o preguntas que hayan surgido en relación con los temas tratados.

Es importante darse un tiempo al comienzo para comentar cómo les fue con la tarea, qué aprendieron de ella, o si fue muy difícil hacerla.

Luego puede compartir con el grupo los objetivos de esta sesión. Presente la sesión de hoy comentando aspectos generales del tema a tratar, en base al texto inicial del módulo.

**LA DINÁMICA
DE LOS NOMBRES
(15 MINUTOS)**

El objetivo de esta actividad es conectar a los padres y madres con cada uno de sus hijos en un momento importante que es elegir su nombre. Además permite introducir a los participantes a la temática de trabajo de la sesión.

Los facilitadores invitan a los participantes a que en una hoja de papel escriban el nombre de cada uno de su(s) hijo(s). Posteriormente, deben poner en la parte inferior del nombre la razón por la cual eligieron ese nombre para sus hijos. Una vez que todos los participantes hayan terminado se invita a compartir libremente la actividad, señalando las razones que los motivaron a elegir el nombre de cada hijo.

Al finalizar es importante que el facilitador señale que así como cada uno tiene un nombre, también tiene una individualidad particular que hace a cada persona única y diferente de todos los demás. Sobre éstas particularidades y cómo las enfrentamos los padres, es el tema a trabajar en la sesión de hoy.

ACTIVIDAD PRINCIPAL
EL RETRATO
DE MIS HIJOS
(45 A 60 MINUTOS)

El objetivo de esta actividad es reconocer las diferencias entre cada uno de los propios hijos, identificando su sello personal.

Retomando la actividad inicial, invite a los participantes a hacer un retrato de cada uno de sus hijos. Para eso entrégueles una hoja que puede tener un borde para que parezca un marco de cuadro. Reparta tantas hojas como hijos tenga cada uno. El retrato puede consistir en un dibujo del hijo, o una imagen abstracta que simbolice cómo es ese hijo. Una pregunta que puede guiar a los participantes es:

¿Qué características de personalidad tiene este hijo y cuál es su sello personal que lo hace diferente de los demás?

Para esto, disponga de lápices de colores, revistas o diarios viejos, papeles de colores, pegamento y tijeras.

Es necesario dar un tiempo largo de trabajo individual, aproximadamente 30 minutos. Se sugiere poner una música tranquila si dispone de radio.

Una vez que hayan terminado todos los participantes, se los invita a pegar en las

paredes de la sala los retratos de sus hijos y a observar este "Museo de retratos" por unos minutos.

Luego invite a compartir en un plenario abierto, qué descubrió cada uno de sus hijos o de sí mismo con este ejercicio.

Algunas preguntas que pueden guiar esta conversación son:

¿Fue difícil encontrar el sello de cada hijo(a)? ¿Fue más difícil con alguno en particular?

¿Sienten que hacen diferencias entre los hijos hombres y las hijas mujeres? ¿Por qué? ¿Cuáles diferencias?

¿Cómo entienden la justicia en el trato con los hijos?

A medida que responden las preguntas, especialmente la número tres, puede entregar información de la primera parte de este módulo que refuerce la importancia de valorar las particularidades de cada niño, y el no hacer discriminaciones de género en la crianza.

ACTIVIDAD ALTERNATIVA
EL JUICIO
(60 MINUTOS)

Divida a los participantes en tres grupos, y señale que a continuación se va a realizar un juicio en esta sala para lo cual un grupo debe asumir la defensa del caso, otros serán los acusadores y el tercer grupo será el jurado que va a definir quién gana el juicio.

El tema a debatir es: ¿Los padres deben tratar a todos los hijos por igual?

Para tratar el tema de la discapacidad puede cambiar el tema del juicio. Por ejemplo, el tema puede ser: ¿Tener un hijo con discapacidad es igual que tener un hijo sin ella?

El grupo que defiende debe preparar los argumentos de su defensa para convencer al jurado de que efectivamente la frase es verdadera, dando elementos justificados que apoyen su posición.

El grupo acusador debe preparar argumentos para convencer al jurado que por el contrario, la frase es falsa, dando elementos justificados que apoyen su posición.

Disponga en la sala un espacio para el jurado y frente a ellos un lado para los acusadores y otro para los defensores.

Después de un tiempo prudente de preparación de los argumentos inicie el juicio, otorgando el mismo tiempo para que cada parte haga su exposición al jurado.

Luego el jurado puede salir de la sala a tomar la decisión. Cuando esté listo puede entregar su veredicto argumentando por qué un grupo u otro, o ambos, tenían la razón.

En plenario invite a los participantes a comentar qué les pareció el ejercicio y qué aprendieron. Incorpore algunos elementos complementarios a los argumentos presentados en base a la primera parte de este módulo.

SÍNTESIS

Al cerrar la sesión haga una síntesis de los principales contenidos presentados por los participantes, y refuerce algunas de las ideas más importantes.

TAREA PARA LA CASA



Si realizó la actividad principal, la tarea podría ser observar si el sello personal o símbolo escogido corresponde bien al hijo o hija, o si habría otro más representativo de él o ella. Se puede sugerir que entregue a cada hijo el trabajo que realizó.

Si realizó la actividad complementaria, la tarea puede ser observar a cada uno de sus hijos identificando sus características particulares, como una forma de aprender a ser justos valorando sus diferencias.

EVALUANDO LA SESIÓN (10 MINUTOS)

Invite a los participantes a identificar los aprendizajes de la sesión, preguntando con qué ideas se van de lo conversado y si creen poder aplicar algo de lo que se trabajó en el taller en sus casas.





ANEXO I

HOY CONVERSAMOS SOBRE

Aún cuando todos los niños y niñas son iguales en su calidad de seres humanos y como tales tienen los mismos derechos y necesidades, en la vida cotidiana los hijos presentan diferencias que son un desafío para los padres.

El desafío consiste en saber respetar esas diferencias y adaptarnos a los estilos de cada hijo. Estas diferencias están dadas por su carácter, su edad, sus dificultades, sus habilidades, entre otras.

Existen tendencias a establecer relaciones o diferencias si un hijo es hombre o mujer. Parece ser que en la crianza tendemos a repetir las formas en que la cultura hace distinción entre hombres y mujeres, las que, tras una reflexión algo más profunda, suelen aparecer como una forma encubierta de discriminación.

Otro cuestionamiento que los padres nos hacemos es que si todos los hijos son iguales, debemos establecer relaciones y reglas iguales para todos. Difícilmente esto lo podremos llevar a la práctica porque, por ejemplo, no se le pueden poner los mismos horarios y rutinas a un niño de 5 años que a uno de 15. Tenemos que aprender a ser flexibles frente a estas diferencias.

Es importante desarrollar la capacidad o disposición permanente de escucha con los hijos, una atención particular para cada cuál, un espacio de intimidad permanente con cada hijo o hija que les permita a ellos mostrarse con naturalidad, y a los padres y madres re-conocerlos en cada intercambio, es decir, abrirse permanente al conocimiento del otro.

Otras ideas que me quedaron fueron:

FICHA DE EVALUACIÓN DE LA SESIÓN

PARA EL FACILITADOR

1. NOMBRE SESIÓN

2. LUGAR EN QUE SE REALIZÓ

3. FECHA

4. DURACIÓN

5. ASISTENTES (nombres de cada participante)

6. Describa los principales contenidos que surgieron durante la sesión:

7. En general el nivel de participación en esta sesión fue:

ALTO

MEDIO

BAJO

8. Como monitor(a) conducir esta sesión me resultó:

DIFÍCIL

ALGO DIFÍCIL

FÁCIL

9. Creo que esta sesión podría mejorar si: (describir lo que a su juicio faltó o sobró)



TALLERES PARA TRABAJAR CON FAMILIAS

¿TE SUENA FAMILIAR?

Cuaderno 1

Cartilla para los Facilitadores
Dinámicas y Juegos

Cuaderno 2

Empezar a Conocernos
Qué Aprendimos

Cuaderno 3

La Historia Familiar
La Familia que Hemos Construido

Cuaderno 4

El Día que me Convertí en Papá o Mamá
Compartir Responsabilidades en la Crianza

Cuaderno 5

Desarrollo y Derechos de Niños y Niñas
Cada Hijo, un Nuevo Desafío

Cuaderno 6

Aprender a Resolver Nuestros Conflictos
Padres: ¿Amigos o Autoridad?

Cuaderno 7

La Comunicación en Familia
Expresar los Sentimientos

Cuaderno 8

Los Temas Difíciles de Hablar
La Televisión en Familia

Registro de Propiedad Intelectual 132333
I.S.B.N. 92-806-3788-9
Mayo de 2003
Andros Impresores
1.000 ejemplares
Diseño: Josefina Olivios

Agradecemos la Colaboración de:
Centro de Investigación y
Desarrollo de la Educación (CIDE)
Servicio Nacional de la Mujer (SERNAM)

Los textos de esta publicación
pueden ser utilizados citando la fuente.





APRENDER A RESOLVER NUESTROS CONFLICTOS

APRENDER A RESOLVER NUESTROS CONFLICTOS

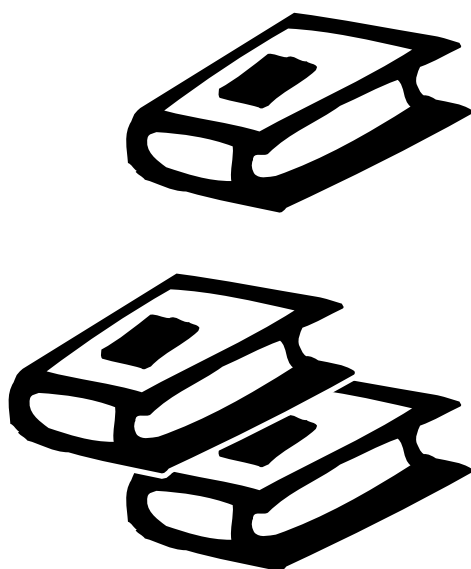
En este módulo se trabajará sobre cómo nos enfrentamos a los conflictos que nos toca vivir día a día, convencidos que pueden ser resueltos en forma no violenta.

Trabajaremos también algunos aspectos de las consecuencias negativas del maltrato hacia los niños y niñas.



LOS CONFLICTOS PUEDEN SER
RESUELTOS EN FORMA NO VIOLENTA

NUESTRO TEMA DE HOY



LA NATURALIDAD DEL CONFLICTO

¿Qué nos evoca la palabra conflicto? ¿En qué pensamos cuando alguien menciona que ha tenido un conflicto? ¿Qué es lo primero que se nos viene a la mente?

Probablemente muchas personas recordarán situaciones desagradables, quizás dolorosas. Traerán a la memoria momentos difíciles, de la familia, del país, incluso del mundo.

Lo cierto es que la palabra conflicto muchas veces es asociada por las personas a situaciones o sentimientos que para ellos han sido negativos y quisieran olvidar.

La verdad, sin embargo, es que la palabra conflicto se refiere a situaciones que nos toca vivir normalmente, y tiene que ver también con situaciones no previstas que debemos resolver, o con la presencia de puntos de vistas diferentes sobre una misma situación.

Si observamos nuestra vida cotidiana, nos daremos cuenta de la existencia de conflictos en las familias, en los trabajos, en las calles, en los gobiernos. El conflicto, en este sentido, es un hecho básico de la vida, y una oportunidad permanente para crecer y aprender.

Sin embargo, en muchas relaciones se trata de evitar todo tipo de conflicto porque nuestra cultura tiende a desvalorizar y crear cierto temor frente a las diferencias de opinión o a situaciones que nos llevan a tener que plantearnos

de manera diferente de otros. Nuestra tendencia más bien es a ser lo más parecidos posibles entre todos.

Muchas veces en el mismo hogar, en la escuela o en otros ámbitos, se tiende a evitar la manifestación de los conflictos entre hijos y padres, entre pares, o entre padres y docentes. Sucede que tendemos a relacionar conflicto con una resolución violenta, ya sea de tipo física o psicológica. En la historia aquellas personas que han cuestionado las formas tradicionales de hacer las cosas han sido menospreciadas o disminuidas en un primer momento, porque generan conflicto al cuestionar las cosas tal como estamos acostumbrados a que sean. Detrás de esto ha estado presente la idea de que una buena persona es quien no tiene ningún tipo de conflictos, o no le provoca conflictos a los demás. Esta actitud defensiva o negadora del conflicto más que ayudar, lo que hace es evitar posibilidades de cambios positivos y aprendizaje.

Partiendo de la base de que la vida está llena de conflictos que resolver, es muy importante establecer ciertos acuerdos en relación con lo que se entiende por conflicto.

¿QUÉ ENTENDEREMOS POR CONFLICTO?

Suele ocurrir que frente a una misma situación las personas presenten

distintos intereses, deseos, y que para cada cual exista una conveniencia diferente en relación con tomar una u otra decisión.

Es natural que así ocurra. La diversidad de experiencias y las inigualables e irrepetibles historias de vida de cada uno explican las diferentes formas de ser, de pensar, de resolver sus dificultades o satisfacer sus necesidades.

En el contexto de estos talleres llamaremos conflicto a una situación social, familiar, laboral, de pareja o personal que coloca en contradicción y pugna, por distintos intereses o motivos, a personas, parejas, familias, creencias religiosas, grupos étnicos, entre otros.

Entendemos por contradicción la manifestación de incompatibilidades entre personas frente alguna situación; en tanto pugna se refiere a la acción de oponerse a la otra persona, la lucha por imponer el propio punto de vista.

Es importante destacar que no existe conflicto por el solo hecho de pensar distinto, sino que éste aparece cuando frente a un asunto cada una de las partes piensa o cree tener la razón, o saber cuál es el camino para encontrar la solución. Así se produce el encuentro de ideas opuestas o pugna .

En las familias se identifica el conflicto con pensar u opinar diferente y se asocia a sentimientos muy íntimos: a tensiones, acusaciones, falta de disposición a escuchar, a comprometerse, falta de acuerdo. En

este sentido, para lograr una convivencia sana dentro del hogar es de vital importancia conocer estrategias creativas de resolución de conflicto y, antes que todo, saber identificar cuáles son las situaciones conflictivas.

TÍPOS DE CONFLICTOS

Los conflictos surgen comúnmente de asuntos como:

- Diferencias en cuanto a intereses, necesidades y deseos de cada uno.
- Diferencia de opinión de un proceso a seguir (cómo hacer las cosas).
- Criterio a seguir para tomar una decisión.
- Criterio de repartición de algo (quién se lleva qué parte).
- Diferencia de valores.

Sabemos que nuestro mundo depende en gran medida de la forma o perspectiva con la cual lo miramos. Frente a un vaso con agua, por ejemplo, podemos decir igualmente que está medio vacío o que está medio lleno. Del mismo modo, la forma como entendemos y asumimos los conflictos incidirá en nuestras estrategias o maneras de enfrentarlos.

Así, hay quienes piensan que el conflicto tiende a desestabilizar a las personas y causarles un daño o dolor, por lo que es habitual y comprensible

que estas personas tiendan a evitarlo o eliminarlo. Por otra parte, mucha gente piensa que conversar, abordar un conflicto puede ser una manera de abrir la puerta a muchos otros conflictos, algo así como una bola de nieve que crece a partir de un pequeño núcleo y luego es imparable.

Otras personas, en cambio, ven los conflictos como algo que no se puede evitar y que provienen de muchos factores. Comprenden que un conflicto es algo natural que ocurra y que puede ser un desafío interesante de crecimiento y comprensión del otro, más allá de que sea difícil enfrentarlo. Se sabe que asumiendo esta última perspectiva se puede lograr transformar lo difícil del conflicto en una experiencia constructiva y enriquecedora.

Sin embargo, gran parte de las veces no se asumen los conflictos por esta vía y presenciamos o protagonizamos desenlaces no deseados de conflictos.

Cuando un conflicto no es resuelto, los sentimientos asociados a él (rabia, pena, dolor, humillación) quedan guardados y se van acumulando cada vez que viene otro conflicto que no se resuelve. Finalmente, junto con producir un desgaste enorme de energía en las personas, lo que suele ocurrir es que el conflicto estalla y se manifiesta de la peor manera, por lo general con conductas violentas, lo que no arregla el problema de fondo.

FORMAS DE ENFRENTAR UN CONFLICTO

Una característica importante de los conflictos es el tipo de medios empleados para enfrentarlos, aunque no todos llevan a una resolución adecuada. Se pueden describir cuatro grandes categorías:

- **1. Evasión:** hacer como que el conflicto no existe y guardarse todo el malestar que esto significa.
- **2. Imponer el propio criterio:** implica enfrentar el conflicto autoritariamente, imponiendo la propia solución como única alternativa. Una persona se impone al otro abusando de su poder.
- **3. Sumisión:** asumir la posición del otro aunque no estemos de acuerdo y sin discutir. Muchas veces esto dura sólo un tiempo y finalmente la persona que se somete termina rompiendo el acuerdo.
- **4. Negociación:** en este caso el conflicto se enfrenta y se trabaja por medio del diálogo y la cooperación para llegar a un acuerdo satisfactorio para ambas partes.

También se puede hablar de medios pacíficos o violentos, legales o ilegales, abiertos o clandestinos. Además, se puede identificar el tipo de uso de estos medios, es decir, si son utilizados de manera directa, indirecta o de forma abusiva por parte de los protagonistas.

Lamentablemente, en no pocas oportunidades las personas optan (a veces sin darse cuenta) por descalificar

a otras personas, por considerarlas incapaces o personas problemáticas. Así es como se entra en una dinámica de relación de mutuo desprecio, en que se dan acusaciones de incapacidad o falta de interés.

Este tipo de escalada de agresiones verbales tiene alta probabilidad de terminar en agresión física, con el consecuente daño a la persona y a la relación.

Si frente a opiniones distintas que se tiene con los hijos se opta por dejar de escucharlos y actuar con indiferencia, entonces estaremos frente a un modo de violencia psicológica o abandono emocional.

Sabemos que la violencia como medio de resolución es inconducente, agrava y mantiene el conflicto. Basta con detenerse a observar los conflictos bélicos entre países que, por distintos intereses e incapacidad de llegar a acuerdos, concluyen en horribles matanzas perfectamente evitables.

En el contexto familiar muchas veces existen situaciones de abuso o de uso de medios violentos para solucionar conflictos. Muchos padres y madres usan las palmadas, los empujones o tirones de pelo y oreja, como recursos para resolver las dificultades con los hijos. Muchos llegan, incluso, a agredir gravemente a sus hijos produciéndoles serias secuelas físicas.

A veces, estos comportamientos ocurren de manera impulsiva, sin plena conciencia del impacto que producen

en los niños. En otros casos, estas formas de relación han sido aprendidas por los padres de sus propios padres, y para muchos son una forma válida de educar o no saben hacerlo de otro modo.

En este sentido, aprender a escuchar al otro y tomar conciencia sobre las propias maneras de solucionar conflictos (muchas veces mal aprendidas) es el primer paso para la creación de alternativas pacíficas de vivir la diversidad del hogar.

APRENDIENDO A RESOLVER CONFLICTOS SIN VIOLENCIA

Para poder resolver conflictos de manera pacífica se requiere seguir algunos pasos importantes, y asumir ciertas actitudes básicas:

- Valorar el diálogo como instrumento de resolución del conflicto.
- Ser capaz de escuchar y contener al otro en su visión del problema.
- Generar confianza, confiar en el otro y en los compromisos que se adquieran.
- Cooperar para que se llegue a acuerdo.

Teniendo estas actitudes como base, se puede trabajar la resolución de conflictos por etapas. Estas son:

- Reconocer la existencia de una tensión (ver el problema o conflicto).

- Dialogar entre las partes en conflicto para definir exactamente cuál es el problema. Este diálogo implica necesariamente que cada parte es capaz de escuchar, sin atacar, los argumentos del otro.
- Proponer soluciones alternativas en que cada parte ceda un poco, pero también gane un poco. Esta etapa es muy importante y hay que darle un buen tiempo, ya que una buena solución no siempre es la primera que surge.
- Lograr un acuerdo concreto y visible con un compromiso de cumplimiento de ambas partes.

Al comienzo es probable que aplicar este esquema en la vida cotidiana se sienta extraño, como artificial. Sin embargo, si somos persistentes y mantenemos estos cuatro pasos en mente cuando tenemos un conflicto, es muy probable que de a poco se transforme en un modo más habitual de responder a estas situaciones.

Practicar y probar, son una buena forma de encontrar formas alternativas que nos ayuden a solucionar los conflictos sin dañar a otras personas ni las relaciones con ellas.

MALTRATO INFANTIL

Lamentablemente en Chile, el maltrato hacia niños y niñas es una realidad más común de lo imaginado. En 1994,

UNICEF realizó un estudio con una muestra representativa a nivel nacional de alumnos que cursaban octavo año básico. Los resultados indicaban que el 77,5% de los niños había sido víctima de violencia por parte de sus padres, ya sea de tipo psicológico (14,5%), físico leve (28,7%) o físico grave (34,2%).

El estudio demostró, además, que el maltrato por parte de los padres se da en los hogares de distintos niveles socioeconómicos del país, aunque haya diferencias en el tipo de violencia. Entre las familias de nivel socioeconómico bajo, el 67,1% de los niños son víctimas de violencia física (leve y grave) y el 11,1% sufren violencia psicológica. En el caso de familias con nivel socioeconómico alto, el 24,6% de los niños es afectado por violencia psicológica, en tanto que el 54,4% sufren violencia física, ya sea leve o grave.

Finalmente, en este trabajo se analizó la relación entre la violencia existente entre los padres y el maltrato infantil. En aquellos hogares donde los padres nunca se han golpeado, aproximadamente el 27,7% de los niños declara no haber recibido ningún tipo de violencia, mientras que el 56,2% dice haber sufrido agresiones físicas leves o graves. En cambio, entre los niños que pertenecen a familias en las que los padres se han golpeado muchas veces, sólo el 4,3% declara que no ha sufrido violencia y el 89,2%

reconoce haber sido víctima de violencia física. Es importante resaltar que el 10% de los niños declaró haber sido golpeado hasta sangrar y en sólo el 1,6% de estos casos se realizaron denuncias a tribunales o Carabineros. Esto implica que si existe violencia entre los adultos, es altamente probable que los niños también sean tratados con violencia.

UNICEF realizó un segundo estudio comparativo en 2000 dónde los resultados demuestran que el maltrato infantil sigue siendo una pauta de conducta frecuente en las familias chilenas. El 73.6% de los niños recibe algún tipo de violencia por parte de sus padres. De entre estos, poco más de la mitad es víctima de violencia física y, uno de cada cuatro niños, es víctima de violencia física grave.

No obstante, comparando los resultados con los de 1994, se comprobó un descenso del 14,3% en la violencia física, y de un 26% en el caso de la violencia física grave.

Estos resultados comparativos muestran que si bien la violencia que los progenitores ejercen contra sus hijos ha experimentado un descenso, los comportamientos del padre y de la madre difieren en este sentido. Así, por ejemplo, en los dos estudios se observa que el padre ejerce menos violencia sobre los hijos que la madre. Tampoco los porcentajes en el descenso de la violencia se distribuyen en la misma proporción. Mientras hubo una

reducción del 37% de la violencia física grave que ejerce el padre, ésta disminuyó en el 25% en el caso de la madre. Una hipótesis que podría explicar estos resultados tiene que ver con el estado de tensión de la madre, asociado al mayor número de horas diarias que pasa con sus hijos. En el cuadro se grafican los tipos de maltrato que puede sufrir una persona, dependiendo de la actitud del maltratador.

CONSECUENCIAS EN LOS NIÑOS:

Aun cuando el daño que provoca el maltrato infantil (físico y emocional) es difícil de cuantificar, los estudios sobre el tema permiten afirmar que esta práctica tiene serias consecuencias en el desarrollo físico y psicosocial del niño. Es probable, además, que no todos los niños maltratados reaccionen de la misma manera, por lo que las características que aquí se señalan pueden presentarse juntas o en forma aislada.

Un niño que vive situaciones de maltrato tiene un daño importante en el vínculo con sus padres (agresores), lo que lo predispone a desconfiar de otros adultos que lo rodean, y a limitar sus posibilidades de exploración del mundo externo. El niño maltratado muestra mayor agresividad en las relaciones con sus pares, y tienden a vivir como amenazantes las situaciones de

acercamiento, lo que los hace estar a la defensiva en forma permanente. Otros niños pueden reaccionar al maltrato poniéndose muy retraídos, aislándose de la gente.

El maltrato infantil se ha asociado también con limitaciones en el desarrollo cognitivo, con trastornos del aprendizaje, repitencia y deserción. Además, cuando un niño o niña es agredido física o psicológicamente se le está enseñando que esa es una manera válida de resolver conflictos, la que luego aplicarán en el resto de sus espacios de desarrollo (escuela, amigos, etc.). Estudios nacionales y extranjeros que analizan la historia familiar de niños con problemas con la justicia, han detectado que un alto porcentaje han vivido maltrato infantil.

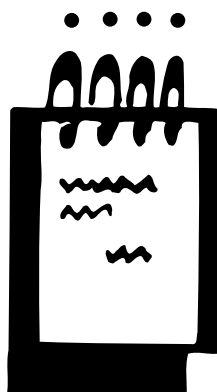
Finalmente, los niños que viven maltrato presentan en mayor medida una baja autoestima, carecen de confianza en sí mismos, tienen perspectivas de futuro inciertas y frecuentes manifestaciones de tristeza e infelicidad.

Bibliografía

- "Relaciones Familiares y Maltrato Infantil", UNICEF, 1997.
- "Aprendiendo a colaborar en Familia. Taller para la resolución pacífica de los conflictos", documento interno, Fundación de la Familia, 2001.
- "Vivir con otros. Programa de Desarrollo de habilidades sociales", Ana María Arón y Neva Milicic. Editorial Universitaria, 1999.

	ACTITUD MALTRATADOR: ACTIVO	ACTITUD MALTRATADOR: PASIVO
VISIBLE O FÍSICO	<p>Maltrato físico Abuso sexual</p>	<p>Abandono Físico o Negligencia La falta de preocupación, temporal o permanente, por la satisfacción de necesidades básicas de los niños y niñas de parte del adulto a cargo, especialmente en situación de enfermedad.</p>
INVISIBLE O PSICOLÓGICO	<p>Maltrato Emocional Hostilidad verbal crónica en forma de insulto, burla, desprecio, crítica o amenaza de abandono y constante bloqueo de las iniciativas de interacción infantiles (desde evitar al niño hasta el encierro o confinamiento) por parte de cualquier adulto del grupo familiar.</p>	<p>Abandono Emocional La falta persistente de respuesta a las señales de expresión emocional y conductas que buscan interacción iniciadas por el niño o niña. La falta de iniciativa de interacción y contacto por parte de una figura adulta estable. La conducta más recurrente de esta forma de maltrato es ignorar al niño o niña, no dirigirle la palabra.</p>

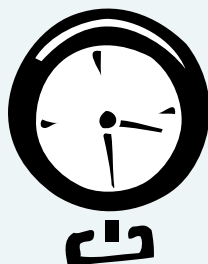
OBJETIVOS PARA ESTA SESIÓN



Se espera que a través de estas sesión los participantes logren:

- **Reconocer la existencia de conflictos como algo inherente a la vida humana y como una instancia de aprendizaje.**
- **Conocer los pasos necesarios para una resolución de conflictos sin violencia.**
- **Reconocer los propios modos de resolución de conflictos que han sido efectivos y relacionarlos con la resolución de conflictos con sus hijos.**
- **Reflexionar en torno a la violencia como una forma inadecuada de enfrentar conflictos.**

ACTIVIDADES PARA LA SESIÓN DE HOY



MATERIALES A USAR EN LA SESIÓN

Papelógrafos y plumones.

*Fotocopias de las situaciones-problema si
hace actividad alternativa.*

Hojas blancas.

*Fotocopias de la hoja "Hoy conversamos
sobre...".*

¿ TENGO TODO LO QUE NECESITO?

ACTIVIDAD INICIAL
(20 MINUTOS)

Para iniciar las actividades de hoy se sugiere al facilitador recoger comentarios sobre la sesión anterior, tomando las ideas, reflexiones o preguntas que hayan surgido en relación con los temas tratados.

Es importante darse un tiempo al comienzo para comentar cómo les fue con la tarea, qué aprendieron de ella, o si fue muy difícil hacerla.

Luego puede presentar los objetivos de la sesión y pedir a los participantes que digan en voz alta palabras o ideas que asocien con el término conflicto, anotándolas en un papelógrafo.

Al final de esta lluvia de ideas, formen entre todos una definición de conflicto, considerando qué lo hace diferente de otras situaciones donde existen diferencias de opinión.

Luego presente las etapas de resolución de conflictos en un papelógrafo o pizarra para que quede a la vista durante la sesión.

ACTIVIDAD PRINCIPAL
(45 A 60 MINUTOS)

**ACTUANDO Y
RESOLVIENDO UN
CONFLICTO**
(30 MINUTOS)

La actividad central se divide en dos partes. La primera tiene como objetivo la reflexión individual de experiencias de conflicto pasadas y la segunda, identificar nuevas estrategias de resolución de conflictos.

✓ **Se forman grupos pequeños, invitando a los integrantes a que escriban en una hoja o piensen durante un rato, en conflictos con sus hijos que hayan sido resueltos de buena y mala manera.**

✓ **Luego se comparte en grupo, y una vez que todos han participado deberán elegir alguno de los conflictos mal resueltos y presentarlo al plenario con una breve actuación.**

✓ **Al final de cada presentación, los espectadores pueden aportar mostrando en qué etapa de la resolución de conflicto está fallando el caso y cómo podría darse una mejor solución a este problema.**

Recuerde que los pasos necesarios para una buena resolución de conflicto son:

✓ **Reconocer la existencia de una tensión.**

✓ Dialogar entre las partes en conflicto para definir exactamente cuál es el problema. Este diálogo implica necesariamente que cada parte es capaz de escuchar, sin atacar, los argumentos del otro.

✓ Proponer soluciones alternativas en que cada parte ceda un poco, pero también gane un poco.

✓ Lograr un acuerdo concreto y visible con un compromiso de cumplimiento de ambas partes.

Para que exista una buena resolución de conflicto, ambas partes deben sentir que ganaron algo, aunque tuvieron que ceder un poco.

ACTIVIDAD ALTERNATIVA
¿CÓMO LO RESOLVEMOS?
(45 A 60 MINUTOS)

El objetivo de esta actividad es visualizar nuevas estrategias frente a un conflicto o una situación problemática y experimentar la capacidad de toma de decisiones eligiendo la mejor alternativa frente a una situación problema.

Se forman grupos de cuatro personas y a cada grupo se le entrega una posible situación-problema que hay que resolver (en anexo). Los grupos deberán inventar soluciones posibles considerando las etapas de la resolución de problemas.

Se forma el plenario y se lee cada situación, junto a la solución planteada por cada grupo. Promueva la discusión entre los participantes sobre cuáles les parecen las mejores propuestas, y vea posibilidades de integrar elementos de una solución a otras hasta llegar a la mejor resolución de ese problema.

Luego siga con la otra situación-problema.

SÍNTESIS

Al final de la sesión es importante que los facilitadores hagan un breve resumen de la resolución pacífica de conflictos. Además es importante señalar algunos elementos sobre el maltrato infantil en Chile, se sugiere mencionar algunas estadísticas y las consecuencias en los niños.

TAREA PARA LA CASA



La tarea para esta semana consistirá en identificar durante la semana alguna situación de conflicto, poniendo atención a las propias reacciones para enfrentarlo, e intentar aplicar las nuevas herramientas adquiridas en la sesión. Traerlo escrito aunque no es obligatorio compartirlo.

EVALUANDO LA SESIÓN (10 MINUTOS)

Invite a los participantes a identificar los aprendizajes de la sesión preguntando con qué ideas de lo conversado se quedan y si creen poder aplicar algo de lo que se trabajó en el taller en sus casas.





ANEXO I

HOY CONVERSAMOS SOBRE

Los conflictos son situaciones cotidianas con las que todos nos encontramos en la familia, el trabajo, el barrio, etc. Son experiencias que nos pueden ayudar a crecer como personas, pero para eso tenemos que saber enfrentarlos y resolverlos adecuadamente.

La violencia sólo genera más violencia y daño en las personas. Un conflicto NO se resuelve con violencia, sólo lo agranda.

Los niños que son maltratados crecen inseguros, con baja autoestima; desconfiados, tristes, y aprenden a resolver sus propios conflictos con violencia hacia otros.

La violencia hacia los niños y niñas muchas veces se expresa a través de palabras o cosas que dejamos de hacer, que si bien no derivan en golpes físicos, el daño que produce en las personas, principalmente en los niños, es igualmente grande.

Con los niños más pequeños, los adultos tenemos la tarea de estar atentos a los mensajes no verbales que nos envían para saber cuál es su problema. Frente a una situación de conflicto con ellos, seamos creativos: podemos hacer las cosas de otro modo (llegar a la meta por un camino diferente), darle alternativas, usar el humor.

Recuerde que los pasos necesarios para una buena resolución de conflicto son:

1. Reconocer que existe una tensión.
2. Dialogar entre las partes en conflicto para definir exactamente cuál es el problema. Este diálogo implica necesariamente que cada parte es capaz de escuchar, sin atacar, los argumentos del otro.
3. Proponer soluciones alternativas en que cada parte ceda un poco, pero también gane un poco.
4. Lograr un acuerdo concreto y visible con un compromiso de cumplimiento de ambas partes.

Otras ideas que me quedaron fueron:



ANEXO 2

SITUACIONES-PROBLEMA

para actividad alternativa

SITUACIÓN UNO

Su hija adolescente de 14 años es invitada por un grupo de amigas a un paseo el fin de semana a la playa. Su hija nunca ha ido fuera de la casa sola por tantos días y usted tiene temor de lo que ella y sus amigas puedan hacer. En principio prefiere que no vaya, pero ella ha insistido y reclama que nunca les ha fallado. ¿Cómo lo resolvemos?

SITUACIÓN DOS

Su hijo de 8 años tiene muchas dificultades de concentración y eso ha hecho que su rendimiento en el colegio no sea muy bueno, y que haya que ayudarlo mucho a hacer sus tareas concentradamente en la casa. Pero el lugar de trabajo para las tareas es el mismo donde está la televisión, y el hermano de 10, que sí tiene buenas notas y hace las tareas muy rápido, reclama porque no puede ver su programa favorito. ¿Cómo lo resolvemos?

Recuerde que los pasos necesarios para una buena resolución de conflicto son:

- 1. Reconocer que existe una tensión.**
- 2. Dialogar entre las partes en conflicto para definir exactamente cuál es el problema. Este diálogo implica necesariamente que cada parte es capaz de escuchar, sin atacar, los argumentos del otro.**
- 3. Proponer soluciones alternativas en que cada parte ceda un poco, pero también gane un poco.**
- 4. Lograr un acuerdo concreto y visible con un compromiso de cumplimiento de ambas partes.**

FICHA DE EVALUACIÓN DE LA SESIÓN

PARA EL FACILITADOR

1. NOMBRE SESIÓN

2. LUGAR EN QUE SE REALIZÓ

3. FECHA

4. DURACIÓN

5. ASISTENTES (nombres de cada participante)

6. Describa los principales contenidos que surgieron durante la sesión:

7. En general el nivel de participación en esta sesión fue:

ALTO MEDIO BAJO

8. Como monitor(a) conducir esta sesión me resultó:

DIFÍCIL ALGO DIFÍCIL FÁCIL

9. Creo que esta sesión podría mejorar si: (describir lo que a su juicio faltó o sobró)



PADRES: ¿AMIGOS O AUTORIDAD?

PADRES: ¿AMIGOS O AUTORIDAD?

En este módulo se trabajará en la importancia y necesidad de poner límites a los hijos durante el proceso de crianza y los diferentes estilos de disciplina que tienen los padres para hacerlo.

Se espera que los padres y madres validen su rol de autoridad frente a los hijos, como adultos a cargo de su formación, y aprendan a establecerles límites adecuados.



LA IMPORTANCIA Y NECESIDAD DE
PONER LÍMITES A LOS HIJOS

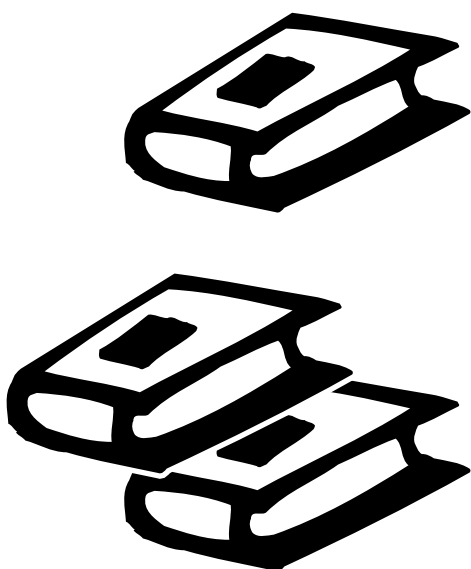
NUESTRO TEMA DE HOY

La paternidad y maternidad se desarrolla a través de múltiples dimensiones a lo largo de la vida. Se es papá y mamá cuando se cuida y quiere a los hijos, cuando nos preocupamos de su salud y alimentación, cuando nos reímos y lo pasamos bien juntos, cuando compartimos las penas y también cuando se les enseña lo que pueden o no hacer.

Entre todas estas dimensiones, una de las tareas que por lo general se hace más difícil a los padres es la disciplina, es decir, establecer normas y límites claros, y definir consecuencias o sanciones justas y educativas si esos límites son trasgredidos.

Algunos padres piensan que poner límites a sus hijos es lo mismo que reprimir la libre expresión de los niños como seres humanos, por lo tanto no ponen ningún tipo de límite. En el otro extremo, hay padres que establecen límites rígidos y los hacen cumplir en forma severa y autoritaria.

Estas distintas formas de ejercer la disciplina tiene parte de su explicación en la propia experiencia de los adultos con sus padres. Cuando la evaluación es negativa, lo que se intenta es las cosas diferentes con los propios hijos, mientras que si la evaluación de los padres es positiva, se tiende a imitar ese modelo. Sin embargo, esto provoca que algunos se vayan de un extremo a otro en materia de límites: si sus padres



fueron muy estrictos, por ejemplo, entonces a sus propios hijos casi no les ponen normas, y cuando las ponen tienden a ser demasiado flexibles en su cumplimiento.

Como ningún extremo es bueno, ni existe un libro de recetas o fórmulas establecidas para ejercer espléndidamente el bello oficio de educar, lo recomendable es mantener una actitud reflexiva, conversar estos temas y evaluar en el camino cómo lo está haciendo cada uno y qué aspectos cree que puede mejorar.

Para trabajar este tema hay algunas distinciones que pueden ser útiles para motivar a la reflexión constructiva de padres y madres que se preguntan constantemente cómo dar lo mejor a sus hijos.

¿ES IMPORTANTE PONER LÍMITES A LOS NIÑOS?

Sin duda esta es la primera pregunta que se debe responder para iniciar una conversación en el tema relativo al cómo educar, y su respuesta es un rotundo sí.

Sabemos que todo niño necesita sentirse seguro en el mundo, necesita, por decirlo así, un espacio conocido a través del cual moverse, una certeza mínima de seguridad y orden.

Cuando nacen, los niños requieren

que los padres los muden y los acuesten, les den de comer cuando tienen hambre, etc. A medida que van creciendo, los niños necesitan que los padres le enseñen que el fuego es peligroso porque quema, o que los enchufes de electricidad no pueden tocarse porque electrocutan.

Estas sutiles y comunes instrucciones permiten que los niños, que no saben lo que hace daño, comiencen a dibujarse lentamente un mapa que los guía en el mundo, mapa que se va agrandando y haciendo cada vez más complejo a medida que van creciendo. Con el tiempo, los niños van internalizando este mapa, lo que significa que poco a poco aprenden a ponerse límites a sí mismos y no necesitan de un adulto que repita siempre la misma instrucción. A esto se llama el autocontrol o autodisciplina, la que se construye en este proceso entre el adulto que enseña y el niño que recibe y aplica este aprendizaje.

Cuando un niño no recibe en forma cariñosa la información de los adultos cercanos sobre lo que no debe hacer, tendrá más dificultad para ciertas normas y formar su autocontrol. En este sentido, más que reflexionar si es o no necesario poner límites a los niños, lo que debiera ponerse en cuestión es cómo se hace.

El sistema de normas que se establece de manera sistemática a los

hijos es lo que entendemos por disciplina. La disciplina en una familia es algo de lo que los padres son responsables, de ellos se espera que establezcan las normas, límites y las hagan cumplir. No es una tarea de los niños.

La disciplina es diferente en cada familia: algunos padres aplican normas y sanciones de modo más bien autoritario y otros prácticamente no ponen límites. Entre ambos extremos existe una gama amplia de criterios y conductas sobre los cuales vamos a reflexionar en este módulo.

Durante la primera etapa de la vida de un niño, los padres definen sus horarios de comida, de sueño, de recreación, entre otros. Van formando así ciertos hábitos, que podríamos decir son normas o límites que los padres ejercen sin explicar al niño por qué lo hacen. A medida que el niño crece las normas que se establecen sin una explicación no tienen sentido para quien las recibe, y se va haciendo más necesario explicar su motivo. Explicar el motivo de la norma no significa negociar con el niño si la norma es justa o injusta, buena o mala, eso es tema para más adelante. En la etapa preescolar y escolar, basta una simple explicación para que el niño sepa por qué debe dormirse temprano, comer a cierta hora, no tocar los enchufes, etc. Un niño de cinco años, por ejemplo, no

puede elegir a qué hora se acuesta o si va o no al colegio; son los adultos quienes tienen que tomar esas decisiones por ellos.

Para un niño las normas y los límites tienen la función de armarle su entorno. Pensemos en un deportista que es puesto en una cancha. Si la cancha está rayada de cierta manera, sabe que el partido es de fútbol, si está rayada de otra manera, sabe que es tenis. Según ese rayado de cancha es como el jugador se va a comportar: si es fútbol, sabrá que se juega con los pies, que no puede tocar la pelota con la mano, etc.

Así como para un jugador en una cancha es importante saber si debe jugar tenis, fútbol o básquetbol, un niño necesita el rayado de cancha de sus padres para saber moverse dentro de ella. Un niño sin estas reglas estará tan desorientado y angustiado como un jugador en una cancha sin rayas. Para el niño adaptarse a reglas conocidas y comprendidas es un medio de ayuda para sentirse contenido, y caminar a paso seguro.

Sin embargo, a medida que los hijos crecen, comprender el por qué de las reglas va siendo cada vez más importante. Esto le ayuda al niño a internalizar esa norma y a obedecerla con mayor grado de conciencia, incluso cuando el adulto no está presente, porque entiende que es bueno para él o para otros. Poco a poco niños y niñas

pueden hacerse responsables de sí mismos y de sus acciones a través de este proceso.

¿CÓMO DEFINIR LOS LÍMITES A LOS HIJOS?

Revisamos ya la importancia de las normas y los límites en el proceso educativo de los hijos. El desafío es ahora saber cómo y cuándo expresamos las normas, y cuáles son las normas que queremos aplicar.

Una de las certezas que se tiene en la educación de los hijos, es justamente la de saber que las normas deben ser comunicadas de una manera muy clara y precisa. Deben ser normas consistentes y consensuadas entre los padres.

Siguiendo el ejemplo anterior del deportista, un jugador de fútbol sabe que si toca la pelota con la mano (y no es el arquero) será sancionado por el árbitro. Sabe, además, que será sancionado por cualquier árbitro que dirija el partido. Asimismo, los niños necesitan saber que si hacen X sus padres van a responder con Y en forma sistemática. Por ejemplo, si un niño recibe lo que quiere cada vez que hace pataleta, aprenderá a conseguir su objetivo repitiendo las pataletas.

Se sabe también que las reglas expresadas de manera confusa, las

normas contradictorias, aquellas que no son del todo comprendidas por los niños, se prestan para dobles interpretaciones y pueden provocar trastornos afectivos posteriores. Normas confusas generan niños confusos e inseguros. Una regla confusa es aquella en que al niño no le queda claro qué es lo que tiene o no tiene que hacer. Por ejemplo: si se le dice que puede ver tele después de comer pero un ratito y a veces sí y a veces no, finalmente el niño no sabe qué es un ratito, o por qué a veces sí y a veces no, se confunde e inseguriza, no sabiendo cómo debe actuar.

También es importante tener en cuenta que no es bueno que existan muchas reglas o normas en la casa. El exceso de reglas genera niños pasivos o muy inseguros. Es mejor tener una cantidad moderada de normas que sean claras y se hagan cumplir siempre.

Cuando la norma es clara, el niño tiene una referencia estable de cómo moverse en el mundo. Gracias a la norma el niño puede ordenar su conducta y saber a qué atenerse. Por eso, es sumamente necesario hacer explícitos los límites con los niños desde que son pequeños.

Suele ocurrir que muchos padres no han instaurado un sistema de normas cuando los hijos son chicos, y al llegar la adolescencia se sienten sobrepasados y no saben cómo

manejar o regular las conductas de sus hijos. Frente a éstos, intentan improvisar la existencia de normas o reglas sin lograr resultados efectivos.

¿QUÉ HAGO SI NO ME HACE CASO?

Esta es una pregunta típica que los padres se hacen, y se relaciona con un tema muy delicado en la educación de los hijos: la sanción que corresponde luego de la trasgresión de un límite. Muchas veces los padres, o quienes tenemos la tarea de educar a otros, confundimos poner límites con castigar como si fueran lo mismo. Sin embargo, es importante diferenciarlos porque los límites son el establecimiento anticipado de una norma, en cambio, el castigo es la sanción por el no cumplimiento de ella.

Probablemente si logramos poner límites claros, podremos evitar muchos castigos. También es importante recordar que la mejor manera en que aprenden los niños es a través del reforzamiento de las buenas conductas, y más que preocuparnos de dar castigos, debiéramos poner el acento en reforzar aquello que están haciendo bien.

El niño debe y necesita saber de manera precisa cuáles son las normas y qué es lo que ocurre si no las cumple. El niño tiene que conocer las

consecuencias de traspasar un límite antes de hacerlo. Esto le da más elementos para darse cuenta que hizo algo indebido, pero además porque es importante formar en niños y niñas la responsabilidad social, es decir, que los actos que uno realiza pueden tener consecuencias negativas o positivas sobre otros y que está en nosotros la posibilidad de optar en uno u otro sentido. Por ejemplo, decirle al niño que no puede tirar piedras, no sólo porque esa conducta será sancionada por los padres, sino porque le puede provocar daño a una persona que es tan valiosa como él. En este sentido la disciplina también puede ser una instancia de formación y no sólo de restricción.

Es necesario que recordemos que niños, niñas y adolescentes se encuentran en una etapa de aprendizaje y que en ese sentido muchas veces se equivocan o cometen errores de manera involuntaria. Por ejemplo: cuando un niño al que le están sacando los pañales se hace pipí, o cuando aprenden a tomar en vaso la leche y se les da vuelta. En estos casos, no es una sanción lo que el niño necesita sino cariño y comprensión por parte de sus padres, y una nueva oportunidad para poder hacerlo cada vez mejor.

En el caso de tener que sancionar la trasgresión de un límite, ¿qué significa que una sanción sea adecuada o efectiva? Muchos padres piensan,

erróneamente, que la sanción es efectiva cuando recurre a medios violentos (palmadas, pellizcos, tirones de oreja o pelo, por nombrar algunos). Se piensa, que una conducta indebida puede ser regulada a través de golpes o amenazas. "Si no haces esto, te voy a pegar", o "ya sabes lo que te sucederá", son frases habituales en algunos padres. Lo cierto es que este modo de establecer la sanción puede, aparentemente, modificar una conducta, pero a costa de provocar mucho daño psicológico (y a veces también físico) en los niños.

Es necesario dejar claro que esta perspectiva es inadecuada porque presenta un abuso de poder. Los padres se encuentran en una posición superior al niño dentro de la familia desde la cual le pueden guiar y proteger. Lo que no pueden hacer es abusar de esa posición, ejerciendo la disciplina a través de maltrato físico o psicológico.

Se sabe que la probabilidad de que un niño que ha sido maltratado sea maltratador en su adultez es muy alta, puesto que, en gran medida, los niños aprenden por imitación a modelos. Por lo tanto, el maltrato a un niño tiene consecuencias no sólo para él sino para otras generaciones.

Un hecho básico e incuestionable es que los niños aprenden más y mejor sin castigo físico. Sabemos, y en las últimas décadas con mayor certeza, que si se

les refuerza con gestos o frases cariñosas, los niños realizan fácilmente los aprendizajes que se desean. Esta perspectiva no es trivial, y su gran aporte es poner el énfasis en el refuerzo de las conductas deseadas. En términos cotidianos, esto quiere decir que es igualmente importante y necesario, además de establecer sanciones, comunicar o explicitar abiertamente a los niños cuando sus conductas, logros o aprendizajes son positivos y deseados.

Cuando existe la necesidad de aplicar una sanción porque se ha trasgredido una norma, es importante que la sanción tenga directa relación con la norma trasgredida o que pueda tener un efecto reparatorio si causó daño a alguien. Por ejemplo, en el primer caso, si el niño ve más televisión de lo que estaba establecido previamente, una buena sanción sería que al día siguiente se restringiera su tiempo de TV. En el segundo caso, si rompe el juguete de un hermano o algo que no podía tomar, la sanción puede ser que le regale un juguete suyo a éste.

Nunca es bueno castigar o amenazar con quitar el afecto. Para el niño esto es demasiado fuerte y dañino. Un ejemplo de esto es cuando los padres no le hablan a sus hijos para castigarlos o les dicen "no te voy a querer más si haces...".

Distintos estilos de disciplina

Podemos identificar ciertas tendencias o estilos que presentan los padres para instaurar la disciplina. Los estilos de disciplina dependen de la forma de control que exista sobre el niño, y es el fundamento básico para el posterior autocontrol que el niño desarrolle sobre sí mismo. Vale decir, el estilo de disciplina es la base para que los niños aprendan a postergar sus deseos, guiarse por sí mismos, desarrollar hábitos y, en resumen, moverse responsablemente por el mundo.

Los tres estilos predominantes de disciplina son:

1. EL ESTILO AUTORITARIO:

Es un estilo de disciplina que se caracteriza porque los padres creen tener siempre la razón y saber perfectamente lo que es correcto para el hijo. Generalmente, la herramienta para ejercerlo es el maltrato físico y psicológico. Es poderoso porque se funda en el miedo que siente el niño a ser castigado.

La consecuencia de este estilo es profundamente negativa porque actúa como un modelo violento a imitar, y progresivamente estimula mayor agresividad en el niño. Al niño le cuesta

entender el sentido de las normas y obedece sólo por miedo, lo que hace que cuando el adulto no está, no obedezca la norma.

2. EL ESTILO HORIZONTAL O AMIGO:

Los padres que ocupan predominantemente este estilo suelen no poner límites porque tienden a situarse al mismo nivel que sus hijos. Confunden la jerarquía que todo padre posee frente a sus hijos con distanciamiento afectivo o, como suele decirse, mala onda; muchas veces se obstinan en ser padres relajados, es decir, padres que prefieren desligarse de ciertas decisiones relacionadas con el poner límites. Esta incapacidad de poner límites deriva en una relación horizontal, vale decir, en la que padres e hijos son iguales o se encuentran a la misma altura.

Esto evidentemente dificulta el desarrollo posterior del sentido de responsabilidad en los niños y su respectiva autonomía para moverse por el mundo. Después de lo señalado en relación a la importancia del rayado de cancha para un niño, no es necesario decir que este estilo es muy confuso y perjudicial para los hijos. Este tipo de padres obliga a sus hijos a poner sus propias normas y límites tomando decisiones que no corresponden a su edad.

3. EL ESTILO DEMOCRÁTICO:

Los padres son capaces de poner límites con cariño y firmeza, porque entienden que ambas cosas son sumamente necesarias para el desarrollo del niño. Son capaces de explicar y dialogar acerca del sentido de las normas y sus respectivas consecuencias (para ellos mismos y para otros). Promueven una actitud participativa a través del debate de situaciones específicas. Permiten desarrollar la capacidad de mirarse a sí mismo y considerar a otros al momento de emprender alguna acción.

Este estilo, en definitiva, promueve conductas pro-sociales (en beneficio de los otros) en los niños, vale decir, niños autónomos, flexibles, que pueden convivir sanamente con otros. Las normas, a través de este estilo, son fácilmente incorporadas por el niño, quien las siente como propias, cargadas de sentido y no impuestas desde afuera arbitrariamente.

Ningún padre o madre pertenece sólo a un estilo, sino que tiene aspectos de todos los estilos, con uno más predominante.

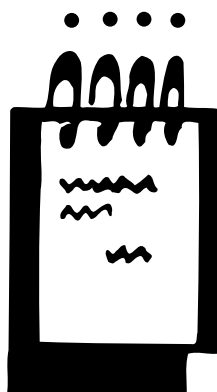
Si bien poner límites a los hijos es un tema complicado, empezar a reflexionar acerca de esto es un primer paso para mejorar las relaciones existentes entre padres e hijos. Lo

importante es aprender a distinguir qué normas son las importantes, por qué es necesario poner límites y cuáles son las formas más adecuadas de aplicar sanciones a los niños. ¿Les suena familiar?

Bibliografía

"Jardín Sobre Ruedas. Taller para padres". Manual para Educadoras, Fundación Integra, 1998.

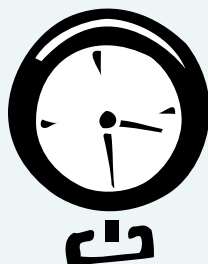
OBJETIVOS PARA ESTA SESIÓN



Se espera que a través del trabajo de esta sesión los participantes logren:

- **Reflexionar sobre la disciplina en la familia, valorando su rol como autoridad a cargo de establecer límites sin abuso de poder.**
- **Distinguir su propio estilo disciplinario predominante, revisando las ventajas y desventajas de éste.**
- **Reconocer las diferencias necesarias en la aplicación de la disciplina según la etapa de vida del niño o niña.**
- **Conocer y reflexionar sobre las condiciones básicas de una disciplina efectiva.**

ACTIVIDADES PARA LA SESIÓN DE HOY



MATERIALES A USAR EN LA SESIÓN

Hojas de papel y lápices según número de participantes.

Fotocopias "Estilos de disciplina" para cada grupo.

Fotocopias de "Hoy conversamos sobre..."

Papelógrafos y plumón.

¿TENGO TODO LO QUE NECESITO?

ACTIVIDAD INICIAL
(20 MINUTOS)

Para iniciar las actividades de hoy se sugiere al facilitador recoger comentarios sobre la sesión anterior, tomando las ideas, reflexiones o preguntas que hayan surgido en relación con los temas tratados.

Es importante darse un tiempo al comienzo para comentar cómo les fue con la tarea, qué aprendieron de ella, o si fue muy difícil hacerla.

Luego puede compartir con el grupo los objetivos de esta sesión, y presentar algunos contenidos del tema de hoy. Se sugiere partir preguntando a los participantes qué entienden por disciplina y qué tan complicado es este tema para cada uno y por qué. Sobre la base de esto puede dar algunas definiciones como: disciplina, límites, castigos, tipos de disciplinas.

ACTIVIDAD PRINCIPAL
REPRESENTANDO A LA
DISCIPLINA FAMILIAR
(45 A 60 MINUTOS)

El objetivo de esta actividad es generar una reflexión en los participantes sobre distintos estilos de disciplina empleados por las figuras adultas, y sus respectivas consecuencias en los niños.

Se divide al grupo en tres subgrupos. A cada grupo se le entrega la tarea de representar un estilo de disciplina, para lo cual se le entrega una fotocopia de la descripción del estilo democrático, autoritario u horizontal, según corresponda.

La representación debe ser una actuación de una escena familiar donde alguno de los adultos tenga que ejercer ese estilo de disciplina con un niño o adolescente.

Después de que cada grupo presenta su actuación pregunte al actor que hizo de hijo cómo se sintió, qué emociones sintió frente a ese padre o madre. También pregunte a los que actuaron de padre o madre cómo se sintieron en ese rol.

Luego siga con los otros grupos haciendo el mismo ejercicio.

Posteriormente invite a los participantes a expresar libremente qué vieron en las representaciones de sus compañeros, cómo les llegaron las escenas, y los sentimientos que ellos manifestaron después de la actuación.

Para guiar el plenario se sugiere:

Reflexionar sobre las consecuencias que tiene en los niños cada uno de los estilos.

Si ha hecho la sesión de comunicación de este taller, se sugiere invitar a los participantes a ver modos de comunicación que provocan nudos y otros que lo facilitan en cada estilo de disciplina.

Finalmente, invite a los participantes a pensar con qué se sintieron identificados y a comentar si les surge alguna reflexión en relación a la forma como establecen límites con sus hijos. ¿Hay algún cambio que quisieran hacer?

Para cerrar la actividad, complemente los contenidos que hayan aparecido con otros que aparezcan al inicio de este módulo.

ACTIVIDAD ALTERNATIVA
EL DECÁLOGO DE LA
DISCIPLINA EFECTIVA
(45 A 60 MINUTOS)

Forme grupos de tres o cuatro personas y entregue a cada uno una fotocopia de los estilos de disciplina. Pida al grupo que los lea y que luego conversen en torno a las siguientes preguntas:

¿En cuál de los estilos ubicaría a mis propios padres?

¿En cuál de los estilos me ubicaría yo como papá o mamá?

¿Qué desafíos se me plantean a partir de esta conversación en relación a la forma en que ejerzo la disciplina con mis hijos?

Luego en plenario cada grupo presenta las conclusiones de su trabajo y entre todos hacen el "Decálogo de la disciplina con amor y firmeza", el que consiste en diez reglas de oro que este grupo quisiera transmitirle a todo padre o madre que quiere poner límites adecuados y efectivos a sus hijos.

SÍNTESIS

El facilitador realiza una síntesis de los principales contenidos presentados por los participantes en la sesión, y refuerza algunas ideas importantes sobre la base de los contenidos teóricos del módulo y a la hoja "Hoy conversamos sobre..."

Se sugiere preparar un papelógrafo con las características de una disciplina efectiva para reforzar los puntos más relevantes.

Es importante recordar también que los niños y niñas necesitan estos límites para sentir seguridad frente al mundo que los rodea, y que un desafío para los padres es hacerlo con cariño y firmeza.

TAREA PARA LA CASA



La tarea para esta semana consistirá en escribir una carta a sus hijos, señalando todo lo que aprendieron en la sesión. La estructura de la carta es libre y si se desea se puede compartir con su(s) hijo(s) en casa.

EVALUANDO LA SESIÓN (10 minutos)

Invite a los participantes a identificar los aprendizajes de la sesión preguntando con qué ideas se van de lo conversado y si creen poder aplicar algo de lo que se trabajó en el taller en sus casas. Anote todo lo que ellos vayan contando en un papelógrafo.





ANEXO I

HOY CONVERSAMOS SOBRE

Todo niño desde que nace necesita que un adulto lo acompañe en el camino de aprender lo bueno y lo malo, lo correcto y lo incorrecto, lo que le hace bien y lo que le puede dañar. La mejor forma de aprender esto es que los padres refuercen en sus hijos aquello que están haciendo bien, con palabras o gestos amorosos.

Junto con el refuerzo, niños y niñas para sentirse seguros en el mundo necesitan que sus padres le rayen la cancha, es decir, les definan ciertos límites.

No poner límites es tan dañino como ponerlos de forma agresiva.

Los límites o normas deben ser acordados entre los adultos de la casa y luego ser transmitidos a los niños en palabras claras y concretas.

Si somos capaces de establecer normas claras y hacerlas cumplir en forma constante, los niños harán de esa norma un hábito. También sabrán que si la trasgreden tendrán una sanción.

Las sanciones deben ser proporcionales al incumplimiento de la norma, y jamás ser agresivas o abusivas ya que dañan la salud física y mental del niño y sólo le enseñan a ser inseguro y tener miedo.

Los límites tienen que ir siendo cada vez más flexibles a medida que los hijos van creciendo.

Otras ideas que me quedaron fueron:

FICHA DE EVALUACIÓN DE LA SESIÓN

PARA EL FACILITADOR

1. NOMBRE SESIÓN

2. LUGAR EN QUE SE REALIZÓ

3. FECHA

4. DURACIÓN

5. ASISTENTES (nombres de cada participante)

6. Describa los principales contenidos que surgieron durante la sesión:

7. En general el nivel de participación en esta sesión fue:

ALTO

MEDIO

BAJO

8. Como monitor(a) conducir esta sesión me resultó:

DIFÍCIL

ALGO DIFÍCIL

FÁCIL

9. Creo que esta sesión podría mejorar si: (describir lo que a su juicio faltó o sobró)



TALLERES PARA TRABAJAR CON FAMILIAS

¿TE SUENA FAMILIAR?

ÍNDICE DE TEMAS	
Cuaderno 1	Cartilla para los Facilitadores Dinámicas y Juegos
Cuaderno 2	Empezar a Conocernos Qué Aprendimos
Cuaderno 3	La Historia Familiar La Familia que Hemos Construido
Cuaderno 4	El Día que me Convertí en Papá o Mamá Compartir Responsabilidades en la Crianza
Cuaderno 5	Desarrollo y Derechos de Niños y Niñas Cada Hijo, un Nuevo Desafío
Cuaderno 6	Aprender a Resolver Nuestros Conflictos Padres: ¿Amigos o Autoridad?
Cuaderno 7	La Comunicación en Familia Expresar los Sentimientos
Cuaderno 8	Los Temas Difíciles de Hablar La Televisión en Familia

Registro de Propiedad Intelectual 132333
I.S.B.N. 92-806-3788-9
Mayo de 2003
Andros Impresores
1.000 ejemplares
Diseño: Josefina Olivos

Agradecemos la Colaboración de:
Centro de Investigación y
Desarrollo de la Educación (CIDE)
Servicio Nacional de la Mujer (SERNAM)

Los textos de esta publicación
pueden ser utilizados citando la fuente.





LA COMUNICACIÓN EN FAMILIA

LA COMUNICACIÓN EN FAMILIA

En este módulo se trabajará la comunicación en familia como base de las relaciones entre sus miembros. Se entregarán elementos básicos para saber decir (pedir) y saber escuchar como ejes de la buena comunicación.

Comunicarnos en forma sana con quienes convivimos diariamente es la base de una buena relación familiar, y ésta es una tarea en la que siempre tenemos algo que aprender.



COMUNICARNOS EN FORMA SANA CON
QUIENES CONVIVIMOS DIARIAMENTE

NUESTRO TEMA DE HOY

LA FAMILIA Y SU ESTILO DE COMUNICACIÓN

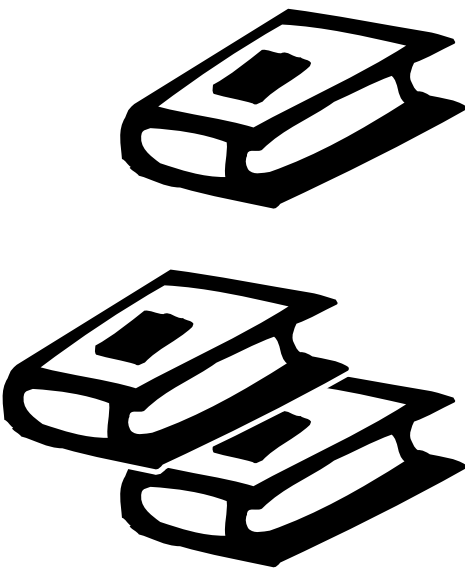
La familia es el primer lugar donde aprendemos cómo comunicarnos. La manera de hacerlo en nuestra familia de origen determinará cómo nos comunicaremos con los demás.

Así, niños y niñas comienzan aprendiendo los gestos y tonos de voz de sus padres y hermanos mayores. Por ejemplo, cuando señala con el dedo y pide "ete" o "quielle" para pedir algo, está imitando la forma en que ha escuchado que otros en su familia lo hacen, y son los miembros de la familia quienes primero podrán interpretar lo que está pidiendo.

El estilo y la forma de comunicación que tengan como familia está influida a su vez por la historia de las formas de comunicación de las familias de los padres.

QUÉ Y CÓMO COMUNICAMOS

En todo lo que hacemos, decimos o dejamos de hacer, estamos comunicando algo. En esta relación puede no haber palabras, por ejemplo entre pasajeros de un medio de transporte, donde lo esperable es que no se converse entre extraños. Si no hablamos igual estamos comunicando, ya sea con la posición de nuestro cuerpo, con nuestras miradas, la



expresión facial, etc.

En ese sentido, es importante siempre tener en cuenta que existen estas dos formas de comunicarnos: verbal y no verbal. La primera se refiere a la comunicación a través de la palabra, lo que decimos o escribimos. Lo no verbal corresponde a gestos, actitudes, posturas corporales, tono de voz o miradas.

Se dice que la comunicación es efectiva cuando lo que uno quiere transmitirle a otro es comprendido por nuestro interlocutor. Para que la comunicación sea efectiva es necesario que el mensaje que se transmite sea coherente en nuestra expresión verbal y no verbal. Por ejemplo, cuando una madre o un padre le dice a su hijo "¡no estoy enojado!", pero en un tono de voz muy fuerte y con el ceño fruncido, el niño no sabrá a qué parte de la comunicación hacerle caso, si a las palabras o a los gestos. Este tipo de contradicciones es muy típica y puede llevar a una familia a tener grandes dificultades para resolver sus conflictos porque la comunicación no es adecuada.

Una de las funciones que tiene la comunicación al interior de las familias es poder expresar necesidades y que éstas sean escuchadas y satisfechas por otro miembro de la familia. Una de las dificultades habituales de las familias radica en pensar que ese otro va a poder adivinar lo que uno necesita. Esto

ocurre tanto con necesidades materiales como con necesidades afectivas. Por ejemplo, cuando alguien pone cara de amurrado y espera que los otros le pregunten qué le pasó, en vez de contar lo que le sucedió y por lo cual está molesto o triste. Tal vez este ejemplo les suena familiar.

Es fundamental que todos los miembros de una familia puedan expresar sus necesidades, emociones y expectativas sin temor a ser rechazado o no ser considerados por los demás. Al hacer explícitas estas necesidades se establecen relaciones más claras y eficientes. Mantener el mito de que otros pueden adivinar mis necesidades sólo lleva a producir acumulación de rabia y frustración en las personas, porque se interpreta erróneamente la falta de adivinación como falta de cariño o de preocupación.

En este proceso es conveniente trabajar para que cada miembro de la familia se responsabilice por sus emociones y necesidades expresándolas desde el yo. Por ejemplo, es muy distinto decir "ustedes hacen que me ponga furioso..." a decir "yo me siento muy enojado cuando...".

La comunicación tiene dos aspectos que son igualmente importantes de considerar: la expresión (verbal y no verbal) y el escuchar. Hasta ahora nos hemos centrado más en la expresión, pero sin duda que el escuchar es igualmente importante sobre todo

cuando se quiere tener una buena comunicación con los hijos.

ESCUCHAR ACTIVO Y EMPATÍA

Como se señaló al principio, los niños y niñas aprenden la forma de comunicarse al interior de su familia. Durante los primeros años de vida, y en especial cuando ellos aún no saben hablar, es la persona adulta que está a su cargo quien debe estar atenta a escuchar y entender sus necesidades. Así es como un niño cuando llora comunica que algo le pasa (hambre, frío, calor, pañal sucio, o algún dolor) y quien lo cuida aprende a reconocer los distintos tipos de llanto y trata de resolver esa necesidad del niño.

Se entiende así que cuando la comunicación se da entre adultos es importante no creer en el mito del adivino, sin embargo, cuando se trata de los niños, muchas veces a los adultos sí les toca tener que adivinar o más bien interpretar lo que ellos comunican en forma no verbal. Para esto hay dos actitudes que son clave en la comunicación: el escuchar activamente y la empatía.

Escuchar activamente significa poner el cuerpo y la mente en la situación en que se nos pide atención. Esto implica muchas veces dejar de hacer otras cosas y disponerse a escuchar al otro, haciéndole saber con nuestros gestos o

palabras que estamos atentos a lo que nos quiere decir. Por ejemplo, si un niño llora es muy diferente que desde otra pieza de la casa uno le grite "ya, Juanito, ya pasó no llore más" a que nos acerquemos, le demos un abrazo y le preguntemos qué le pasó, intentando aliviar su pena.

La empatía por su parte, significa ponerse en el lugar de la otra persona y nos permite sintonizarnos con los miedos, penas y alegrías del otro, lo que nos ayudará a responder en forma adecuada a las necesidades del niño. Muchas veces intentamos adivinar qué le pasa pensando en nosotros mismos más que en ellos. Por eso, para desarrollar la empatía es necesario hacer una pausa interna antes de reaccionar a lo que la otra persona dice o hace y tratar de ponerse en los zapatos del otro.

Cuando actuamos en forma empática estamos validando los sentimientos del otro y, por lo tanto, es una forma de hacerle sentir que es una persona importante y que sus sentimientos son válidos.

Escuchar en forma activa y ser empáticos con los hijos desde que ellos son muy chicos es una buena forma de sembrar la confianza, de ese modo es más probable que se atrevan a contar sus cosas y recurrir a sus padres cuando necesitan ayuda. Los frutos de esta confianza pueden facilitar la relación entre padres e hijos durante la

adolescencia, período en que las dificultades de comunicación tienden a ser mayores.

LOS NUDOS DE LA COMUNICACIÓN

La comunicación es algo que ocurre permanentemente y tiene muchos y distintos componentes. En toda comunicación hay una persona que quiere transmitir un mensaje, a la que se denomina emisor, y otra a la cual este mensaje va dirigido, a la que llamaremos receptor. La comunicación es tan dinámica que en un diálogo las personas van siendo emisores y receptores en cosa de segundos; es decir, están enviando y recibiendo mensajes en forma permanente.

Los problemas de comunicación surgen cuando el emisor no entrega un mensaje claro, o cuando hay diferencias entre el mensaje verbal y no verbal. También hay problemas de comunicación cuando el receptor entiende algo diferente de lo que el emisor le quiso decir. A todo este tipo de problemas de la comunicación le llamaremos los nudos de la comunicación.

En este sentido, la comunicación puede ser imaginada como una persona regando sus plantas con una manguera muy larga en la que la persona es emisor, las plantas receptoras, y el agua es el mensaje. Si

la manguera se dobla, tiene agujeros o nudos, lo más probable es que el agua no le llegue a la planta, o llegue de una forma insuficiente. Ahora, si el que riega sólo abrió la llave y se fue puede suceder que sus plantas no se están regando porque hay nudos en la manguera, y al no darse cuenta se quede muy tranquilo porque ya abrió la llave. Lo mismo pasa con la comunicación: a veces creemos que con sólo decir algo o hacer un gesto el receptor captó el mensaje tal como lo planeamos. Sin embargo, esto no es así y es necesario confirmar si lo que uno quiso decir, el otro lo entendió tal cual o de una manera diferente.

Algunos nudos de la comunicación son:

MALINTERPRETAR O ESCUCHAR PARCIALMENTE:

Oímos lo que queremos oír y vemos lo que queremos ver (percepción selectiva). Ello tiene como efecto que a veces nos quedamos con una parte de lo que nos expresan y distorsionamos el mensaje poniéndole ingredientes de nuestra propia cosecha. La comunicación se transforma en diálogo de sordos, lo que lleva a la incompreensión mutua.

El escuchar a medias también ocurre cuando cambiamos de tema o nos vamos de una situación para no seguir

dialogando. Esto no resuelve el problema, más bien lo agranda porque genera en el otro resentimiento y la sensación de que lo que está diciendo no tiene valor.

Para comunicarse bien es necesario desarrollar capacidad de atención y concentración para escuchar, recibir información y enriquecerse con las experiencias de otros.

DESCALIFICACIÓN:

Este tipo de nudo se manifiesta cuando disminuimos o rebajamos a otro, resaltando las diferencias de edad, posición social, poder, capacidad, etc. Para ello se usan burlas, ironías y un lenguaje que deja mal parado al otro. Esta actitud tiene como propósito intimidar e insegurizar a la persona, haciéndola dudar de sí misma y sus capacidades.

Muchas veces las personas recurren a este tipo de nudos cuando se sienten sin argumentos, o cuando quieren imponer su propia visión de un tema sin aceptar que el otro también puede tener algo de razón. Frente a esto la salida fácil es descalificar al otro.

También la descalificación se da cuando comparamos a la persona con otra: "tu hermana sí que es ordenada". Con esto le estamos diciendo al niño que él es menos ordenado y más que motivarlo a cambiar, probablemente, le

provoque rabia y sentimiento de inferioridad.

SOBREVALORAR EL PROPIO CRITERIO:

Otro nudo de la comunicación ocurre cuando las personas creen tener la razón frente a un tema y se cierran a escuchar la opinión de los demás. Así ocurre cuando las personas juzgan fuertemente a otros, o dan consejos desde su propia experiencia sin considerar la realidad y diferencias del otro.

También sucede cuando los adultos hablan por los niños como si ellos no tuvieran una opinión propia.

La mayor parte de las veces este nudo se hace con la mejor de las intenciones, para ayudar o proteger, sin embargo esto no permite el crecimiento y la reflexión del otro. Además, quienes tienen problemas necesitan ser escuchados más que recibir muchos consejos.

Para deshacer estos nudos, o evitar que ellos se formen, existen algunas recomendaciones que todos podemos seguir:

ESCUCHAR ACTIVAMENTE:

Escuchar activamente significa estar física y psicológicamente presente

cuando alguien se dirige a nosotros. Es necesario centrar la atención en lo que se dice (contenido, tema, información) y en cómo se dice (tono de voz, gestos, expresión facial, etc.). Saber escuchar es validar al otro y concederle un espacio de tiempo y atención para que se exprese libremente.

El proceso enseñanza - aprendizaje significa estar preocupados y alerta para recibir y comprender una idea, información o experiencia de otra persona.

PONERSE EN EL LUGAR DEL OTRO (EMPATÍA):

La empatía requiere hacer una pausa interna antes de reaccionar frente a la otra persona, dándose tiempo para captar sus sentimientos, opiniones, valores y necesidades.

Como tenemos la misma naturaleza humana, podemos sintonizarnos con los miedos, tristezas, alegrías, rabias y afectos de otros. Al empatizar estamos transmitiendo el mensaje de que el otro es una persona valiosa, aunque sienta y piense diferente a nosotros.

Para una buena comunicación es necesario mirar y entender una idea o experiencia desde varios puntos de vista, eligiendo luego una postura propia. Para esto es importante escuchar atentamente sin enjuiciar lo que otro nos está transmitiendo.

CONTENER AL OTRO DÁNDOLE SEGURIDAD:

Contener es transmitirle a otra persona que "estamos aquí y ahora", que acogemos lo que le pasa, que resistimos la fuerza de sus emociones y que cuenta con nosotros.

La capacidad de contención supone que confiamos y sabemos dejar que los pensamientos y sentimientos fluyan y se expresen; esta expresión puede ser liberadora para el que necesita ser contenido.

Aprender a expresarnos supone que tenemos a alguien al frente, que no moraliza ni trata de modificar lo que nos pasa. No nos enjuicia, sino que valida la emoción que estamos sintiendo.

EXPRESAR EXPECTATIVAS MUTUAS:

La comunicación se dificulta cuando creemos que podemos adivinar lo que siente, piensa y desea otra persona. Muchos malos entendidos ocurren porque no aclaramos lo que esperamos de una situación. Expresar las expectativas mutuas permite que el otro sepa a que atenerse y se sienta seguro en la relación.

Para una comunicación sana, es clave que tanto la persona que pide como la que recibe la petición exprese en palabras lo que espera del otro. De

esta forma se previenen frustraciones, decepciones y malos entendidos, en relación a lo que se quiere lograr.

EL HUMOR:

El humor suaviza asperezas, nos muestra un lado diferente de una situación, baja la tensión y facilita la aceptación de los lados flacos y oscuros de nosotros mismos.

Las dificultades y torpezas de la vida cotidiana se hacen más tolerables cuando se viven con un humor sano y liviano. Esto implica saber reírse de uno mismo, no reírse de los demás.

Conocer estos elementos de la comunicación nos pueden ayudar a estar atentos cuando se producen nudos y poner en marcha estrategias para deshacerlos.

Estas estrategias nos servirán para la comunicación no sólo con los hijos sino también con otros adultos.

Bibliografía

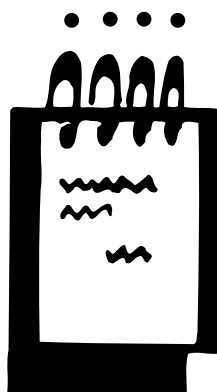
"Comunicación y Relaciones Familiares", Fundación de la Familia, sin año.

"Programa Padres e Hijos", Centro de Investigación y Desarrollo de la Educación (CIDE), 1992.

"Jardín Sobre Ruedas. Taller para padres". Manual para educadoras, Fundación Integra, 1998.

"Comunicación Familiar", material de trabajo del programa de formación a distancia "Mujer Nueva". Universidad Católica de Chile, colección Teleduc, 1995.

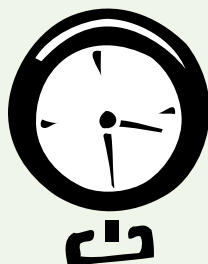
OBJETIVOS PARA ESTA SESIÓN



Se espera que a través del trabajo de esta sesión los participantes logren:

- *Valorar la empatía y el escuchar activo como parte de una buena comunicación con sus hijos e hijas.*
- *Reconocer los nudos de comunicación que ocurren con mayor frecuencia entre los miembros de su familia.*
- *Aprender estrategias de comunicación efectivas para deshacer o prevenir la formación de nudos en la comunicación.*
- *Reflexionar en torno a la importancia de escuchar a los hijos para saber cómo apoyarlos especialmente en la adolescencia.*

ACTIVIDADES PARA LA SESIÓN DE HOY



MATERIALES A USAR EN LA SESIÓN

Fotocopia de las formas de comunicación que el grupo debe representar o papelitos con nombres de las formas de comunicación positivas y negativas (un set por cada grupo).

Fotocopias de la hoja "Hoy conversamos sobre..." para cada participante.

Pliegos de papel o pizarra.

Plumones o tiza.

¿TENGO TODO LO QUE NECESITO?

ACTIVIDAD INICIAL
(20 MINUTOS)

Para iniciar las actividades de hoy se sugiere al facilitador recoger comentarios sobre la sesión anterior, tomando las ideas, reflexiones o preguntas que hayan surgido en relación con los temas tratados.

Es importante darse un tiempo al comienzo para comentar cómo les fue con la tarea, qué aprendieron de ella, o si fue muy difícil hacerla.

Luego puede compartir con el grupo los objetivos de esta sesión. Comente aspectos generales del tema a tratar, sobre la base del texto inicial del módulo.

Pregunte al grupo qué palabras asocia con comunicación y haga un listado con todas ellas en un papelógrafo.

A partir de las palabras que surjan del grupo, entregue información sobre lo que se entiende por comunicación tomando como base el texto entregado al inicio del módulo. Hacer énfasis, especialmente, en que existe un aspecto de la comunicación verbal y otro no verbal, y que reconocer las claves no verbales ayuda a acoger mejor los sentimientos y emociones de nuestros hijos.

**ACTIVIDAD PRINCIPAL
(45 A 60 MINUTOS)**

El objetivo de esta actividad es promover entre los participantes formas más efectivas de comunicar sus necesidades. Mostrar que para que exista una buena comunicación, todos los miembros de la familia pueden aportar mejorando sus propias formas de pedir y escuchar.

El facilitador debe presentar la actividad señalando que la comunicación es como una manguera con agua corriendo, pero muchas veces el agua no logra llegar a donde uno quiere porque a la manguera se le van haciendo nudos, y el agua va quedando dentro lo que finalmente puede hacerla incluso llegar a reventar. ¿Les suena familiar?

Luego escriba o lleve un papelógrafo preparado con los nudos de la comunicación y las sugerencias para deshacerlos, que aparecen en la primera parte de este módulo.

Para la actividad forme tres grupos y entrégueles a cada uno la descripción de algún nudo de la comunicación. El grupo deberá comentarlo y preparar una actuación de una escena entre padres e hijos en que se produzca ese nudo.

Los demás miembros del grupo deberán describir cuáles eran los nudos de la comunicación en esta situación y reformularla para que la comunicación sea fluida, aplicando las sugerencias para deshacer nudos o evitarlos.

Luego seguir con el otro grupo. Por si algún grupo tiene problemas para armar una escena, en el anexo se adjuntan dos situaciones que pueden servir.

Se sugiere al facilitador motivar la discusión preguntando por situaciones semejantes que algunos de ellos hayan vivido, cómo se sintieron y cómo podrían hacerlo mejor cuando enfrentan situaciones como la representada.

ACTIVIDAD ALTERNATIVA

Para el desarrollo de esta actividad se requiere que el facilitador presente los nudos de la comunicación y las estrategias que ayudan a resolver esos nudos. Luego divide a los participantes en grupos de 4 ó 5 personas. A cada grupo le entrega un set de papelitos previamente preparados con los nombres de cada nudo de la comunicación (escuchar parcialmente, descalificar y sobrevalorar el propio criterio) y la estrategia para una buena comunicación (escuchar activamente, ponerse en el lugar del otro, contener al otro dándole seguridad, expresar expectativas mutuas y el humor).

En forma de sorteo, cada participante deberá sacar un papelito y explicar qué entendió por ese concepto que allí aparece. Luego tendrá que contar al grupo alguna situación en que haya sentido que actuó de esa manera con alguno de sus hijos, y cómo se sintió.

El trabajo del grupo termina cuando todos hayan sacado un papelito y contado su experiencia.

En plenario pida a los participantes que comenten qué aprendieron en el trabajo grupal y qué dudas tienen en relación con los conceptos planteados.

SÍNTESIS

El facilitador realiza una síntesis de los principales contenidos presentados por los participantes y refuerza algunas ideas importantes sobre la comunicación; dando especial importancia a las salidas para una buena comunicación y al rol de escuchador empático que los hijos necesitan de sus padres y madres.

TAREA PARA LA CASA



La tarea para esta semana consistirá en proponerse aplicar una de las estrategias para la buena comunicación, y observar qué pasa con los demás cuando se actúa de esa manera.

EVALUANDO LA SESIÓN (10 MINUTOS)

Invite a los participantes a identificar los aprendizajes de la sesión preguntando con qué ideas se van de lo conversado y si creen poder aplicar algo de lo que se trabajó en el taller en sus casas.





ANEXO I

HOY CONVERSAMOS SOBRE

Desde que nacemos estamos comunicándonos con quienes nos rodean. La comunicación sirve para pedir y agradecer a los demás, para comprometernos, opinar y preguntar, para expresar nuestros sentimientos a los otros.

Siempre existe comunicación cuando hay dos o más personas involucradas. Al comunicarnos estamos recibiendo y enviando mensajes.

Los mensajes que enviamos pueden ser palabras (comunicación verbal), pero también pueden ser gestos, o el tono de voz (comunicación no verbal). Es por eso que siempre estamos comunicando, porque aunque no hablemos nuestro cuerpo se encarga de expresar nuestros sentimientos a los demás.

Muchos de los problemas de comunicación surgen porque no expresamos claramente lo que sentimos o pensamos, porque escuchamos a medias, descalificamos a los otros o porque las condiciones del ambiente no son adecuadas: estamos muy cansados, escuchamos apurados, o escuchamos a muchas personas al mismo tiempo.

Como siempre comunicamos, la forma en que nos relacionamos con nuestros hijos influye poderosamente en la forma en que él o ella va construyendo su imagen y autoestima. Un niño necesita sentirse escuchado con atención, acogido en sus penas, y satisfecho en sus necesidades, especialmente por quienes son las personas adultas más importantes para ellos. Esto los hace sentirse seguros y confiados para expresar sus sentimientos y necesidades.

Siempre recordemos que es mejor:

Escuchar activamente	que	cambiar de tema o no escuchar
Ponerse en el lugar del otro	que	acusar y quejarse
Contener al otro	que	decir cómo se hacen las cosas
Actuar con cariño y firmeza	que	sobreproteger o imponer ideas
Expresar las expectativas mutuas	que	creer que el otro sabe lo que pasa
El humor	que	el silencio castigador

Algunas ideas que me quedaron fueron:



ANEXO 2

SITUACION PARA DRAMATIZACION (I)

El papá está leyendo el diario muy concentrado y llega su hijo(a) de entre 10 y 12 años a contarle que tiene una actividad muy importante en el colegio ese día. El papá no quita la mirada del diario y le recuerda que tiene que sacar las hojas secas del patio.

El hijo(a) se va frustrado donde la mamá y se queja de que su papá no pone atención y que siempre es lo mismo y que mejor no le habla nunca más. La mamá le dice que no se preocupe que ella va a hablar con el papá por él.

La mamá va y con fuerte tono se queja ante el papá que nunca escucha a sus hijos, que ella siempre tiene que estar recibiendo todos los enojos de ellos, etc. El papá la mira y se queda en silencio, volviendo a leer el diario.

FICHA DE EVALUACIÓN DE LA SESIÓN

PARA EL FACILITADOR

1. NOMBRE SESIÓN

2. LUGAR EN QUE SE REALIZÓ

3. FECHA

4. DURACIÓN

5. ASISTENTES (nombres de cada participante)

6. Describa los principales contenidos que surgieron durante la sesión:

7. En general el nivel de participación en esta sesión fue:

ALTO

MEDIO

BAJO

8. Como monitor(a) conducir esta sesión me resultó:

DIFÍCIL

ALGO DIFÍCIL

FÁCIL

9. Creo que esta sesión podría mejorar si:(describir lo que a su juicio faltó o sobró)



EXPRESAR LOS SENTIMIENTOS

EXPRESAR LOS SENTIMIENTOS

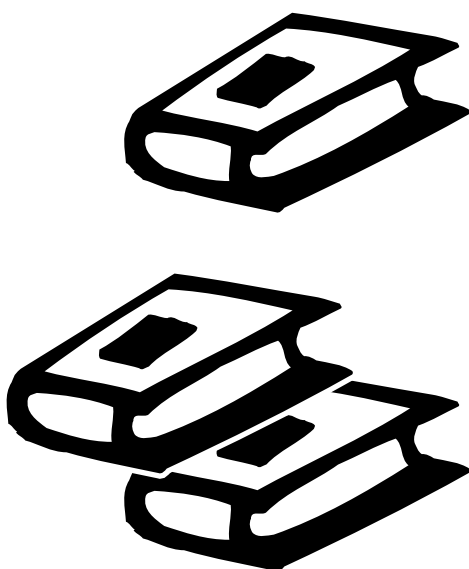
En este módulo se trabajará la importancia de la expresión del afecto de los padres hacia los hijos, y el impacto en la autoestima de los niños.

El tema se desarrollará desde una perspectiva evolutiva; el apego en la primera infancia y la expresión del afecto desde los niños hasta los adolescentes. Se abordará el tema de género, reflexionando sobre la expresión de afecto hacia los niños y niñas, y las diferencias de expresión del afecto entre hombres y mujeres.



EXPRESIÓN DEL AFECTO Y EL IMPACTO
EN LA AUTOESTIMA DE LOS NIÑOS

NUESTRO TEMA DE HOY



Para hablar de los sentimientos es necesario partir por ciertas definiciones conceptuales para tener un lenguaje común. Hablaremos de sentimientos para referirnos a estados afectivos relativamente permanentes, que se instalan en nosotros y tiñen con su afecto una situación o relación. Los sentimientos más básicos son: la tristeza, la alegría, el temor, el descontento, y cuando algunos de ellos se presentan, afectan la forma en cómo vemos las cosas.

La diferencia con las emociones radica principalmente en que éstas son de aparición más abrupta, más intensas (rabia, miedo, euforia, entre otras), y de corta duración. Por su carácter más intenso, las emociones afectan mucho más las percepciones que los sentimientos que son menos intensos pero más estables en el tiempo.

El temperamento y el estado de ánimo son la base de sentimientos y emociones. El temperamento es una predisposición innata hacia un cierto estilo de comportamiento, y se puede describir como activo-pasivo, irritable-tranquilo, entre otros. Los estados de ánimo son estilos afectivos predominantes en cada persona, independiente de que por momentos presente distintos tipos de sentimientos o emociones. Los estados de ánimo más característicos son el depresivo (más tranquilo, introspectivo, con tendencia a analizar la vida, ver lo malo antes que

lo bueno, etc.) y el eufórico (optimista por excelencia, sociable, expresivo, etc.). Estos son polos opuestos, pero en la vida se dan casi siempre con matices.

Hay una idea que es importante tener presente. Los sentimientos no se pueden definir como buenos o malos, uno no escoge si siente pena, rabia o alegría frente a una situación o persona determinada. Es algo que brota en cada uno de manera diferente.

Sin embargo, de lo que sí somos responsables es de lo que hacemos o dejamos de hacer con esos sentimientos. Una cosa es sentir rabia, pero eso no significa agredir a la persona que nos la produce. Esta es una acción frente a la cual tenemos poder de decisión.

¿CÓMO NOS INFLUYE NUESTRA CULTURA EN LA EXPRESIÓN DE SENTIMIENTOS?

Es probable que al hablar acerca de expresar nuestros sentimientos se nos vengan sensaciones contradictorias. Expresar lo que a uno le pasa no es fácil y, muchas veces, tememos que al reconocer ciertos sentimientos se nos pueda mirar mal, o éstos nos desborden, y/o se nos escape de las manos cierto orden que hemos construido.

Y algo de cierto hay en eso. No podemos controlar en forma voluntaria

lo que sentimos frente a una persona o situación: los sentimientos aparecen desde un aspecto no racional de nosotros mismos. Lo que sí podemos hacer es tener mayor conciencia de lo que sentimos, darnos cuenta en qué momentos surgen esos sentimientos, y aceptar que podemos ser cambiantes en nuestros estados afectivos. Porque así como llueve torrencialmente, o llega la primavera tranquila, los sentimientos aparecen con naturalidad, recordándonos que estamos vivos.

Pero ese estar vivo ocurre en una cultura muy compleja, en donde aprendemos a controlar la expresión de algunos sentimientos o, definitivamente, a inhibirla. Se nos enseña que estar alegre es correcto, mientras que la tristeza es signo de flaqueza. Se nos enseña que sentir puede ser algo peligroso, tal vez porque cada sentimiento es una aventura hacia lo desconocido. Sin embargo, los sentimientos son un misterio digno de explorar con los ojos abiertos si lo que buscamos es comprender más este complejo mundo, como también conocernos mejor a nosotros mismos.

Lo primero que se debe destacar tiene que ver con los roles tradicionales que la cultura asigna a cada sexo, lo que muchas veces nos lleva a pensar que ciertos sentimientos son propios de los hombres y otros de mujeres.

Así por ejemplo, ocurre que a los hombres les es más permitido sentir y

expresar rabia que pena ("los hombres no lloran"). A las mujeres, al revés, se les permite la pena y la rabia, o la expresión de ella, se tiende a inhibir ("no es femenino hacer pataletas").

Junto con eso, nuestra cultura tiende a asociar a las mujeres con afectividad y a los hombres con la razón o el pensamiento, asociando así a las mujeres a actividades más bien afectivas, de cuidado de otros. A los hombres, en cambio, se les asocia con actividades físicas e intelectuales.

Las consecuencias de estas posiciones extremas son que las mujeres que expresan su capacidad para pensar o sus rabias muchas veces son vistas como mujeres agresivas y poco femeninas, y los hombres que expresan mucho su afectividad, serán muchas veces descalificados como poco varoniles en su conducta.

El peso de la cultura es muy significativo en nuestras vidas. Para poder abrirse a experiencias diferentes y nuevas el primer paso es mirar cómo nos hemos socializado y cómo hemos internalizado estas formas de ver el mundo.

Probablemente encontraremos que muchas de nuestras necesidades naturales de expresar sentimientos están en pugna con la cultura. Parece absurdo pensar que tengamos culpa o vergüenza por llorar, por reírnos fuerte, o por enojarnos desmedidamente.

EXPRESAR LOS SENTIMIENTOS: ALGO QUE SE APRENDE

Durante la infancia es cuando aprendemos a expresar nuestros sentimientos y emociones. En este aprendizaje, a través de las distintas experiencias de la niñez, los padres y la sociedad juegan un rol muy importante. Cada sociedad, así también como cada familia en particular, enseña diferentes formas de expresar (o reprimir) emociones y sentimientos.

Desde que los niños son muy pequeños, los adultos comenzamos este proceso de formación del carácter, tanto en forma explícita (diciendo cómo pueden o no expresar ciertos sentimientos) como en forma no explícita, es decir, a través de nuestra propia forma de ser. Los niños aprenden principalmente por imitación, por lo tanto si nos ven reír aprenderán a celebrar las cosas buenas y reírse; si nos ven amurrados aprenderán a amurrarse cuando se enojan.

Si bien estos aprendizajes pueden resultar necesarios para que los niños se adapten al medio que pertenecen, también pueden dificultar la toma de contacto con ciertas emociones y sentimientos que no desaparecen, sino que se transforman. Así, muchas niñas sienten que si se enojan serán castigadas, y se van convirtiendo en niñas dóciles; los niños, por su parte, aprenden a enojarse cuando tienen

pena porque no se dan permiso para llorar.

Otras personas ven que en sus familias el lenguaje de los sentimientos no es tomado en cuenta (nadie se da el tiempo para oír las penas, por ejemplo), pero sí se pone atención cuando alguien manifiesta un dolor físico.

De esta forma, los padres enseñan a sus hijos que el lenguaje de los sentimientos y emociones se limita a las manifestaciones corporales, volviéndolos personas que se quejarán frecuentemente de diversas dolencias físicas para buscar afecto.

De hecho, se ha visto que guardarse la expresión de las emociones puede terminar en reales trastornos de la salud, siendo los hombres quienes más padecen de estas enfermedades "psicosomáticas".

Psicosomático quiere decir que algo de naturaleza psíquica o mental se manifiesta en el "soma", es decir, el cuerpo. Es habitual encontrar personas que se enferman del estómago cuando tienen ciertos conflictos, o que les salen ampollas en las manos cuando están muy estresados.

Pareciera que expresar con gestos o palabras lo que nos pasa es una necesidad para mantener sano el organismo, evitando así el peligro de que el cuerpo se lleve la peor parte: colon irritable, infartos y diversas enfermedades tienen como uno de sus

posibles orígenes la incapacidad de expresar sentimientos.

LIBERTAD Y DIFICULTAD PARA EXPRESAR LO QUE SENTIMOS

La sociedad, en su deseo de mantener una organización armónica entre sus miembros, ha intentado poner normas a sus conductas. Así, por ejemplo, muchas veces hemos sentido cosas o experimentado emociones frente a algo que socialmente no se debe sentir. Tal es el caso de la ira y de nuestros deseos de golpear a alguien que nos ofende o nos agrede verbalmente. Pensamos que sentir ira es negativo, que la rabia es destructora. Y no es que uno u otro sentimiento sea destructor en sí mismo. La clave es atender a cómo es que expresamos ese sentimiento.

Desde la perspectiva de la afectividad, existe una serie de emociones y sentimientos prohibidos para hombres y mujeres. A veces, estas prohibiciones están más centradas en las mujeres o en los hombres, de acuerdo a los roles masculino o femenino.

ALGUNOS SENTIMIENTOS CENSURADOS SOCIALMENTE SON:

- La rabia (más en mujeres que en los hombres)

- El temor (más en los hombres que en las mujeres)
- La envidia (en ambos)
- El rencor (en ambos)
- La inseguridad (en los hombres, sobretodo en el área laboral)
- La valoración abierta de uno mismo (en ambos)

No existen conductas o expresiones únicas relacionadas a cada afecto. No existe una sola forma correcta de expresión, ya que hay variadas y diferentes maneras para manifestarlas, según el estilo de cada uno. Lo importante es que en el proceso de aprender a expresar lo que sentimos, especialmente emociones como la rabia, lo hagamos de manera de no dañar a los demás y esto es importante transmitírselo y mostrárselo (con el propio ejemplo) a los niños desde pequeños.

¿CÓMO EXPRESAMOS LOS AFECTOS A NUESTROS HIJOS?

Una buena relación afectiva con los padres es una necesidad que todo hijo tiene, independiente de la etapa del desarrollo que vivan. Esta natural necesidad de sentirse querido, reclama siempre una forma de ser expresada. Estas maneras de expresar afecto varían de familia en familia, y también varían dependiendo del ciclo vital de

niños y niñas. No es lo mismo un bebé que un adolescente. De hecho, son muy distintas sus maneras de pedir y recibir afecto.

Detengámonos un momento en la forma de la expresión de sentimientos. Se sabe que el modo que tenemos para referirnos a las cosas es el modo en cómo vamos construyendo el mundo. Lo mismo ocurre con la expresión de afectos.

Por ejemplo, si cada vez que un hijo nuestro hace algo que no nos gusta y nos sentimos enojados, y frente a esta situación le decimos "eres un tonto, como no aprendes", el niño terminará por creer que es un tonto y que no es valorado por sus padres. Si frente a la misma situación que nos provoca rabia, les decimos a nuestros hijos "a mí me pasa que ciertas actitudes tuyas me molestan", ellos pueden diferenciar entre algo que hicieron de manera incorrecta y el valor de sí mismo como persona. Así podrá progresivamente comenzar a reflexionar acerca de esas actitudes y buscar estrategias o alternativas diversas de comportamiento.

Dicho de otro modo: la forma en que ocupamos el lenguaje es muy importante en la educación de los hijos. No es lo mismo decir "eres un flojo" a "sacarás beneficios si haces tus tareas". Vemos entonces que la autoestima de los niños y niñas se va construyendo a través de estas afirmaciones.

Sabemos que la forma cómo expresamos los sentimientos a nuestros hijos es rápidamente aprendida y tomada como modelo por ellos. Asimismo, si un hijo presencia o se comienza a habituar a climas afectivos en que sus padres pelean continuamente y tienden a descalificarse entre ellos, es probable que aprenda a relacionarse en pareja de ese modo.

Desde otra perspectiva, se sabe que uno de los factores más significativos para que los niños aprendan, por ejemplo en las escuelas, es el clima afectivo presente en el momento del aprendizaje. Repetir una y mil veces una instrucción a un niño no tendrá muchos frutos si es transmitida fríamente, sin riqueza afectiva. Es en los contextos afectuosos dónde se realizan los aprendizajes más significativos.

Un contexto afectuoso, evidentemente tiene que ver con algo más que palabras. El afecto por naturaleza se siente en el cuerpo, y se transmite muy directamente con un cariño corporal, un gesto o un abrazo.

Muchas personas cuyos padres no se comunicaron con ellos corporalmente, o no fueron afectuosos de piel y evitaron con ellos todo contacto físico, es probable que no hayan aprendido a expresar afecto de este modo. Pero si aparece la necesidad, siempre es posible aprender y cambiar en este plano.

Ahora bien, se sabe que es importante ser explícito en la expresión de afectos. Suele pensarse que dentro de una familia por el hecho de que se establecen lazos fuertes entre los miembros, se pueden adivinar los sentimientos de los otros. A veces dejamos de decir tal o cual cosa porque se da por sabida.

Sin embargo, se sabe que siempre es mejor decir, expresar, comunicar al otro nuestros sentimientos con franqueza y abiertamente. Nadie es adivino. Los niños tampoco lo son.

DE LA INFANCIA A LA ADOLESCENCIA

En esto de expresar los afectos también hay un punto importante que deben conocer los padres: saber reconocer los afectos de los hijos y acogerlos.

Durante la primera etapa de la vida de un niño, es natural que sean los padres y las madres quienes descifren cuáles son los estados afectivos de sus hijos, principalmente a través de claves no verbales: llanto, quejas, expresión del rostro.

Asimismo, cuando los niños son pequeños, es necesario que otros les ayuden a aprender a identificar qué es lo que les pasa, y poco a poco aprender a expresar su malestar o necesidad. Es como si en el principio, en la primera infancia, los padres fueran un espejo para los estados afectivos del

niño: "lloras porque tienes hambre. Necesitas comer", parece decir la madre cuando amamanta a su hijo.

Una de las funciones parentales más importantes para el desarrollo de los niños es que los adultos que los rodean sean capaces de contener sus emociones, cobijar sus necesidades, darle nombre a sus estados afectivos. Esto significa, que no se pueden ignorar los afectos que manifiestan nuestros hijos, como tampoco es deseable que frente a ellos nos descontrolamos, poniéndonos a la misma altura que un niño.

A medida que crecen, parece ser que los niños van haciendo propia esa actitud que los padres tuvieron con ellos, y comienzan progresivamente a cuidarse a sí mismos, identificando qué les pasa, qué sienten en situaciones diversas. Es lo que se ha entendido como autonomía progresiva en el ciclo vital.

Un modo concreto de ver cómo aprenden los niños y cómo enseñan los padres a manejar los sentimientos, es a través de las pataletas. Es usual ver como los niños hacen pataletas cuando no consiguen lo que quieren: lloran, saltan, se tiran al suelo. La pataleta es un modo que tiene el niño de expresar algo, y como tal, los padres muchas veces deben descifrar cuál es el mensaje de la pataleta, y tomar postura frente a ésta.

Algunos padres son incapaces de

tolerar el llanto de los niños y para aplacarlo pueden hacer cualquier cosa que el niño pida, o simplemente golpearlo para que se calle. Sin duda, se muestra en esta conducta un aprendizaje cultural, el de creer que la rabia -en forma de rabieta- no es digna de ser sentida, o que la pena, el llanto, deben extirparse de raíz, con un alto costo emocional de por medio.

A medida que pasa el tiempo y el niño crece hasta convertirse en adolescente, es natural que comience un proceso en el que intente independizarse de los padres, y para esto, la primera estrategia psicológica que tiene el ser humano es intentar negarlos o cuestionarlos permanentemente.

Por eso es natural que aparezcan en los adolescentes conductas rebeldes y que se vuelvan, quizás, más reacios a la expresión de sentimientos. Sin embargo, se sabe que esta es una etapa bastante difícil de vivir, y que no se relaciona para nada con la ausencia o falta de afecto. Tampoco significa que un adolescente deje de necesitar las demostraciones de afecto de sus padres. Al contrario, ellas le dan la seguridad para poder integrarse al mundo que lo rodea.

Es necesario que los padres reflexionen acerca de sus habituales formas de expresión de afectos y cómo acogen los afectos de sus hijos. Aún cuando nuestro temperamento y estado

de ánimo predominante definen en cierta medida nuestra forma de expresar cariño, hay muchas cosas que se pueden aprender en estas materias y nunca es tarde para poder acercarse de manera más cariñosa a un hijo.

Tampoco es tarde para saber recibir los afectos que traen nuestros hijos y darles la posibilidad de expresarlos poniéndonos en una posición de contención y apoyo.

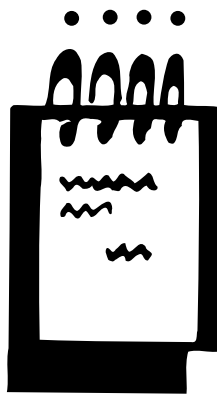
Bibliografía

"Capacitación Inicial", documento de trabajo interno, Fundación Integra, 1996.

"Ayudando a Crecer. Taller para Padres y Apoderados", Fundación de la Familia, 2001.

"Mis sentimientos". Manual de trabajo interno para la monitora. PRODEMU, sin año.

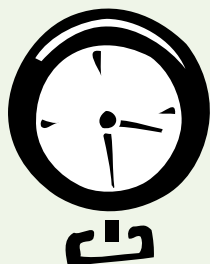
OBJETIVOS PARA ESTA SESIÓN



Se espera a través de esta sesión que los participantes sean capaces de:

- Reconocer las propias formas que tienen de expresar los afectos.
- Valorar el rol de la expresión del cariño para el desarrollo de la autoestima de sus hijos e hijas.
- Reconocer la importancia de contener las emociones de los hijos.

ACTIVIDADES PARA LA SESIÓN DE HOY



MATERIALES A
USAR EN LA SESIÓN

Set de fotografías para fotolenguaje.

Papelógrafos y plumón.

Tarjetas en cartulina o plastificadas.

¿TENGO TODO LO QUE NECESITO?

**ACTIVIDAD INICIAL
(15 MINUTOS)**

Para iniciar las actividades de hoy se sugiere al facilitador recoger comentarios sobre la sesión anterior, tomando las ideas, reflexiones o preguntas que hayan surgido en relación con los temas tratados.

Es importante darse un tiempo al comienzo para comentar cómo les fue con la tarea, qué aprendieron de ella, o si fue muy difícil hacerla.

Luego puede compartir con el grupo los objetivos de esta sesión.

ACTIVIDAD PRINCIPAL
FOTOLENGUAJE
(45 A 60 MINUTOS)

La actividad central tiene por objetivo reflexionar acerca de la expresión de sentimientos de niños y niñas, y reconocer cómo actuamos como adultos frente a ellas.

Ponga las imágenes del fotolenguaje en un lugar donde todos puedan verlas (el suelo puede ser un buen lugar) y dé algunos minutos para que todos puedan miraras con calma. Luego pida que cada participante escoja una de ellas.

En primer lugar motive a cada participante a contar brevemente qué impresión le produjo la imagen a primera vista.

Luego, invítelos a comentar qué sentimientos tiene(n) él o los niños que aparecen en la imagen.

Finalmente pregunte a los participantes, que mensaje(s) te está(n) transmitiendo a tí este niño o que necesita(n) de tí como madre o padre.

Es importante que cada persona pueda expresar libremente su opinión, sin ser descalificada, para lo cual se sugiere a los facilitadores recordar al grupo que es natural que a personas distintas cada imagen les provoquen sentimientos diferentes.

Luego se pueden formar grupos de tres o cuatro personas. Motive a los participantes a expresar sus mayores dificultades para ponerse en los zapatos de sus hijos utilizando algunas de estas preguntas:

¿Qué sentimientos o emociones de mis hijos me cuesta más acoger?

¿Cómo reacciono yo cuando uno de mis hijos presenta esa emoción?

Luego en plenario invite a los participantes a compartir cuáles son las emociones que manifiestan nuestros hijos que más nos cuesta acoger y por qué.

ACTIVIDAD ALTERNATIVA
RECONOCIENDO
LOS AFECTOS DE
NUESTROS HIJOS

El objetivo de esta actividad es comprender cómo los adultos acogemos o no los sentimientos de nuestros hijos.

Organizar a los participantes en grupos de 4 personas y repartir a cada grupo un set de cartas (ver anexo)

Las cartas deben ser repartidas con las preguntas hacia abajo para que no sean vistas por ningún jugador. Cada participante debe recibir el mismo número de cartas. El juego comienza por aquel que está de cumpleaños en la fecha más próxima. El jugador que parte debe escoger una carta sin mirarla, leer la pregunta o frase y dar su opinión, o contestar a la pregunta. El grupo decide si la respuesta es satisfactoria para que el jugador pueda deshacerse de esa carta. Luego le toca a otro jugador hasta que uno de ellos termine de jugar todas las cartas.

Una vez que hayan terminado el juego, se les pedirá a cada grupo que presenten en plenario la frase o pregunta que más discutieron y a qué conclusión llegaron.

SÍNTESIS

El facilitador realiza una síntesis de los principales contenidos presentados por los participantes en la sesión, y refuerza algunas ideas importantes sobre la base de los contenidos del primer punto del módulo o de la hoja "Hoy conversamos sobre..."

TAREA PARA LA CASA



La tarea para esta semana consistirá en disponer todos los sentidos en alerta para captar los sentimientos que expresan los hijos y poner en práctica actitudes para acogerlos y escucharlos.

EVALUANDO LA SESIÓN (10MINUTOS)

Invite a los participantes a identificar los aprendizajes de la sesión preguntando con qué ideas se van de lo conversado y si creen poder aplicar algo de lo que se trabajó en el taller en sus casas.





ANEXO I

HOY CONVERSAMOS SOBRE

La cultura en que vivimos determina en gran medida los afectos que se pueden o no expresar. Para las mujeres es más aceptado expresar la pena, para los hombres la rabia. Esto hace que muchos de nosotros nos sintamos inhibidos de manifestar lo que realmente sentimos. Vivir guardando nuestros sentimientos y emociones puede llegar a enfermarnos y a deteriorar las relaciones con las personas que más queremos.

Los niños necesitan sentirse queridos y aceptados por sus padres o las personas que los cuidan. Este sentimiento de ser importante y valorado por ellos se transforma en la base de un desarrollo emocional sano y de una buena autoestima.

No basta con saber que se quiere a los hijos, lo importante es que ellos se den cuenta.

Como padres, les enseñamos a nuestros hijos diariamente cómo expresar la pena, la alegría, el miedo y la rabia a través de nuestras propias formas de expresión de esos sentimientos.

Todo niño necesita un adulto cercano que sepa acoger sus emociones y sentimientos, que le ayude a expresar lo que le pasa y que no se abrume o sobrepase frente a las emociones que su hijo está sintiendo.

Otras ideas que me quedaron fueron:

ANEXO 2 FOTOLENGUAJE

Se sugiere recortar las fotografías y plastificarlas o pegarlas en una cartulina dura.



Concurso fotográfico UNICEF, Paula Rivera del Sol



Concurso fotográfico UNICEF, Humberto Peragallo



Concurso fotográfico UNICEF, Héctor Calderón

Concurso fotográfico UNICEF, Alejandra Toro





Concurso fotográfico UNICEF, Ricardo Zapata



Concurso fotográfico UNICEF, Valeria Solís



Concurso fotográfico UNICEF, Manuel Valdebenito

Concurso fotográfico UNICEF, Marcia Barrientos





Concurso fotográfico UNICEF, Alfredo Apay



Concurso fotográfico UNICEF, Marcia Barrientos

Concurso fotográfico UNICEF, María Elizabeth Villarreal



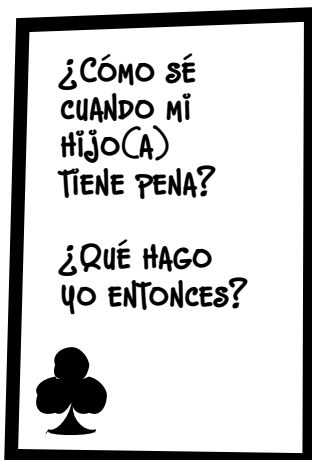
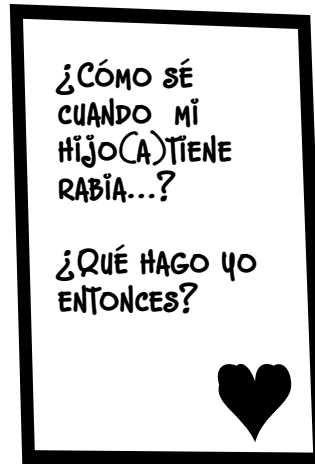
Concurso fotográfico UNICEF, Carmen Gloria Verdugo





ANEXO 3 NAIPES PARA ACTIVIDAD ALTERNATIVA

Tarjetas para trabajo de grupo





DEMOSTRAR
LO QUE UNO
SIENTE ES
UNA MUESTRA
DE DEBILIDAD

SI MI HIJO(A)
TIENE UN
PROBLEMA
GRAVE...

¿PODRÍA YO
DARME CUENTA?
¿CÓMO?



¿POR QUÉ
ES BUENO
EXPRESAR
LO QUE
SENTIMOS?

¿CÓMO
CELEBRAMOS
LAS ALEGRÍAS
Y LOGROS
EN NUESTRA
FAMILIA?



LO QUE MÁS ME
GUSTA DE CADA UNO
DE MIS HIJOS ES...

¿SE LO HA
DICHO A ELLOS
ALGUNA VEZ?

¿SABEN MIS
HIJOS CUÁNTO
LOS QUIERO?

¿CÓMO SE
PUEDEN DAR
CUENTA?



CUENTA LA
ÚLTIMA VEZ QUE
UNO DE TUS HIJOS
TUVO UNA RABIETA
Y CÓMO FUE TU
REACCIÓN.

¿HAY ALGO
QUE QUISIERAS
CAMBIAR PARA LA
PRÓXIMA VEZ?



¿ES CONVENIENTE
QUE LOS
NIÑOS SE GUARDEN
LA PENA?



FICHA DE EVALUACIÓN DE LA SESIÓN

PARA EL FACILITADOR

1. NOMBRE SESIÓN

2. LUGAR EN QUE SE REALIZÓ

3. FECHA

4. DURACIÓN

5. ASISTENTES (nombres de cada participante)

6. Describa los principales contenidos que surgieron durante la sesión:

7. En general el nivel de participación en esta sesión fue:

ALTO

MEDIO

BAJO

8. Como monitor(a) conducir esta sesión me resultó:

DIFÍCIL

ALGO DIFÍCIL

FÁCIL

9. Creo que esta sesión podría mejorar si: (describir lo que a su juicio faltó o sobró)



TALLERES PARA TRABAJAR CON FAMILIAS

¿TE SUENA FAMILIAR?

Cuaderno 1

*Cartilla para los Facilitadores
Dinámicas y Juegos*

Cuaderno 2

*Empezar a Conocernos
Qué Aprendimos*

Cuaderno 3

La Historia Familiar

Cuaderno 4

La Familia que Hemos Construido

Cuaderno 5

*El Día que me Convertí en Papá o Mamá
Compartir Responsabilidades en la Crianza
Desarrollo y Derechos de Niños y Niñas
Cada Hijo, un Nuevo Desafío*

Cuaderno 6

*Aprender a Resolver Nuestros Conflictos
Padres: ¿Amigos o Autoridad?*

Cuaderno 7

*La Comunicación en Familia
Expresar los Sentimientos*

Cuaderno 8

*Los Temas Difíciles de Hablar
La Televisión en Familia*

Registro de Propiedad Intelectual 132333
I.S.B.N. 92-806-3788-9
Mayo de 2003
Andros Impresores
1.000 ejemplares
Diseño: Josefina Olivios

Agradecemos la Colaboración de:
Centro de Investigación y
Desarrollo de la Educación (CIDE)
Servicio Nacional de la Mujer (SERNAM)

Los textos de esta publicación
pueden ser utilizados citando la fuente.





LOS TEMAS DIFÍCILES DE HABLAR

LOS TEMAS DIFÍCILES DE HABLAR

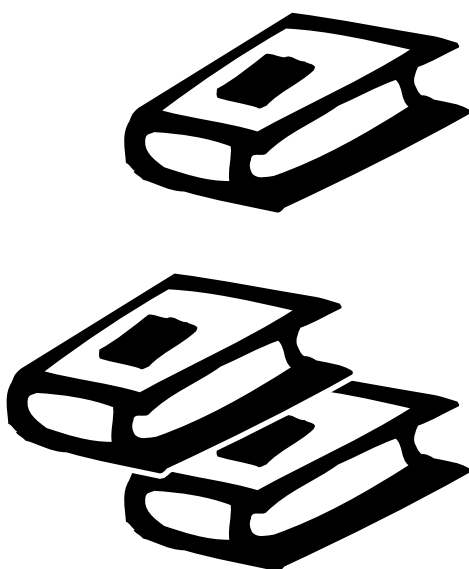
En este módulo se trabajará en torno a ciertos temas que son más difíciles de tocar en las familias como la sexualidad, el SIDA, o el consumo de drogas.

No entraremos a profundizar en los contenidos de ellos, sino más bien enfatizando la importancia del rol de los padres de informar y formar adecuadamente a sus hijos, promoviendo el compartir experiencias de cómo lo hicieron otros padres del grupo.



LA IMPORTANCIA DEL ROL DE LOS
PADRES EN INFORMAR Y FORMAR

NUESTRO TEMA DE HOY



¿POR QUÉ HAY TEMAS QUE CUESTA TANTO HABLAR CON NUESTROS HIJOS?

Una de las funciones principales de la familia es el cuidado de los hijos, lo que involucra su crianza y educación. Ahora bien, educar es una de las labores más complejas que le toca asumir y desarrollar a un papá o mamá, porque es un trabajo que nos compromete totalmente, con nuestros defectos y virtudes, y porque implica la responsabilidad de transmitir a otro ser humano valores que lo van a marcar para toda la vida.

Emprender la tarea de educar a un niño provoca transformaciones en la vida de un adulto, al asumir que existe alguien que -al menos en los primeros años de vida- depende completamente de nosotros y espera que lo alimentemos, le demos calor y, por supuesto, lo orientemos en los caminos que nosotros creemos válidos y más seguros.

Tal vez por eso es tan habitual encontrar a padres y madres que se sienten poco preparados, o creen no tener las herramientas para enfrentar ciertos temas en la educación de sus hijos.

Para entender mejor por qué nos cuesta hablar de ciertos temas, puede ser útil recordar la propia experiencia como hijos. Probablemente haciendo

memoria, nos daremos cuenta que nuestros padres esquivaron algunos temas, se ruborizaron, o simplemente hicieron como si no existieran, negándolos sin darnos explicación alguna.

Existen ciertos temas que para un gran número de padres y madres son más difíciles de hablar que otros. Entre ellos están la sexualidad, el SIDA, el consumo de drogas, y también algunas historias de la familia que se guardan celosamente.

¿Y por qué no se habla? Para esta pregunta puede haber muchas y muy diferentes respuestas. Los propios factores personales: nuestras inseguridades, temores y desconocimientos; nuestras propias experiencias difíciles de la vida que se hacen presente cuando tenemos que tocar ciertos temas y por eso los evitamos.

Por otro lado, hay factores culturales de la sociedad y del contexto al que cada uno pertenece. Cada cultura tiene ciertos mitos o temas que son tabú. En el caso nuestro, podríamos decir que la muerte y la sexualidad constituyen temas que se manejan generalmente en forma privada y no se conversan de manera franca.

Pero también hay mitos en torno a cómo debieran enfrentarse estos temas más difíciles de hablar. Entre ellos, está

la idea de que hablar de ciertos temas con los hijos de manera explícita y directa es una forma de estimularlos hacia la exploración de los mismos. Es decir, se cree que hablar de drogas es incentivar indirectamente la curiosidad exploratoria del niño y, por lo tanto, estimular la experiencia con ella.

Esto no es así. Se sabe que hablar es una forma de prevenir y dejar de hacerlo, una negligencia en el ámbito de la prevención.

Otro mito o creencia en relación con la formación de los hijos es que si uno como padre no tiene suficiente información mejor no hablar del tema y que lo asuma otro, por ejemplo, la escuela.

Es cierto que los padres pueden no tener todas las respuestas y que la institución escolar es una importante fuente de aprendizajes para niños y niñas, pero en ciertos temas que implican una formación valórica y no sólo informativa, los padres son irremplazables.

Un tercer mito tiene que ver con la privacidad. Por ejemplo, frente al tema de la sexualidad hay personas que creen que por ser éste un tema de la intimidad de los hijos, no pueden conversarlo con ellos. Muchas niñas viven su primera menstruación sin haber sido informadas del significado que tiene ésta en el desarrollo de su cuerpo.

Esto es algo que como padres debiéramos evitar.

Si nos detenemos un momento a reflexionar sobre las reacciones de evitar que hacemos los adultos frente a ciertos temas, nos daremos cuenta que precisamente son éstas las que alimentan el tabú y lo perpetúan. El niño al observar las reacciones comienza a creer que hay temas que no se deben hablar, o que no se pueden hablar.

Un niño puede acercarse muy naturalmente a preguntarle a un adulto confiable qué significa ser homosexual, y si frente a esta pregunta el adulto se sonroja, o se irrita, si lo reta por hablar de esas cosas y no da ninguna respuesta, le está dando el mensaje a ese niño de que la homosexualidad es algo de lo que no se puede hablar, oscuro y oculto.

Lo que ocurre después es que ese niño empieza a buscar otros canales de información porque si no se le da una respuesta satisfactoria, la curiosidad naturalmente persiste. Luego, el niño puede leer revistas, escuchar programas de TV, escuchar conversaciones de otras personas y comenzar a formarse su propia idea de aquello que quiere averiguar. El problema es que muchas veces la información recibida de ese modo puede no ser del todo correcta, distorsionando a veces en forma grave la realidad.

PAPÁS Y MAMÁS: MEDIADORES PRIVILEGIADOS PARA LA EDUCACIÓN DE VALORES

Existe consenso en comprender que son los padres quienes deben hacerse cargo de la educación de sus hijos; que las familias son el espacio privilegiado para el desarrollo de los niños; que los niños necesitan de padres (u otros adultos significativos) protectores y cariñosos tanto como necesitan alimentarse.

Es más, se ha establecido como un derecho de los niños el ser criados en espacios familiares, idealmente con sus propios padres, en climas de vínculos significativos, cálidos y acogedores.

La Convención sobre los Derechos del Niño señala en su artículo 18 que "es responsabilidad primordial de los padres y madres la crianza de los niños". Esta afirmación no es trivial. Son los padres o madres los que, a través del vínculo afectivo que tienen con sus hijos, se constituyen en las personas privilegiadas para transmitirles valores y orientarlos en el transcurso de la vida.

Si los niños, como hemos visto, no encuentran los espacios de diálogo en sus propias familias, buscarán o serán invadidos por información proveniente de diversas fuentes. Considerando que el niño está en una etapa de formación moral, y que su juicio aún no le permite discriminar o establecer categorías que ordenen esa información de manera

selectiva, le corresponde a los padres asumir el rol de mediadores entre ellos y la realidad externa que les entrega información no elaborada, y en grandes cantidades.

El niño es capaz de elaborar y dar un sentido a la información a través de las conversaciones que los padres vayan teniendo con ellos sobre estos temas.

¿Y CÓMO HACERLO?

Primero es necesario decir, aunque parezca muy obvio, que se deben generar espacios de diálogo con los hijos. Se necesita contar con un tiempo concreto en el cual podamos crear las condiciones de tranquilidad y confianza para conversar y escuchar largamente.

Para hablar con un hijo siempre es necesario considerar la edad del niño o niña. Es importante ser claro y preciso en la información que se quiere transmitir, pero para los niños más chicos esto es más importante aún (estamos hablando entre los 2 y 10 años). Un niño difícilmente entenderá si frente a sus naturales e ingenuas interrogantes se le contesta con declaraciones vagas, o incluso bromas irónicas que no están al alcance de su comprensión. Estas actitudes simplemente ayudan a fomentar la confusión en los niños e incrementar su curiosidad.

Para dar una respuesta suficientemente buena es necesario partir por poner toda nuestra atención en el niño para escuchar y comprender cuál es la duda que quiere aclarar (ver las actitudes que favorecen la comunicación en el cuaderno 7).

Frente a una sensación de incomodidad o situaciones en que los padres sienten que están tocando temas que los complican o los "ponen en jaque", es preferible ser honestos y expresar la incomodidad o la falta de información adecuada, en vez de cambiar el tema o hacerse el desentendido. Se le puede decir a un niño que para los padres a veces es difícil hablar de algunas cosas, pero que intentarán hacer el mayor esfuerzo para lograrlo.

Siempre hay que recordar que si no expresamos lo que sentimos, nuestras actitudes, gestos y miradas hablarán por nosotros. Es preferible actuar con sinceridad y así seguir siendo un adulto confiable para ese niño, quien de esa forma se atreverá a volver a nosotros con otras inquietudes en el futuro.

Además, se sabe que generar conversaciones francas y directas con los hijos es la mejor manera de prevenir ciertas conductas que en el futuro lamentaríamos. El niño es capaz de comenzar a hacer distinciones de lo que es bueno o malo para él, y a partir de la propia experiencia de encuentro y conversación con sus padres comienza

a discriminar en su fuero interno las posibles consecuencias de sus conductas.

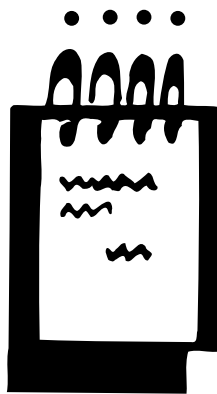
Ahora bien, una buena conversación no consiste simplemente en una entrega de información. La cualidad básica de esta conversación entre padres e hijos, y lo que la hace distinta a otras conversaciones, reside en el vínculo afectivo, en la relación significativa e íntima. Al conversar estos temas, de los que no hablamos siempre, es bueno que los hijos perciban los sentimientos, valores e ideas que tienen sus padres. Esta experiencia es altamente significativa para ellos y es la base de la relación de confianza entre padres e hijos.

MUY IMPORTANTE

Parte de esa confianza se basa también en la privacidad que un niño o adolescente necesita para poder abrirse a preguntar y conversar ciertos temas. Es básico que los padres se den un espacio solos con cada hijo para hablar de sexualidad, de prevención de drogas u otros, y que no transmitan nada de esa conversación a otras personas. Si esa privacidad es vulnerada por el adulto se arriesga a dejar de ser confiable para su hijo y, por lo tanto, disminuye considerablemente su capacidad de orientarlo y ayudarlo en momentos difíciles.

No siempre los padres cuentan con la información necesaria sobre determinados temas, y en este caso siempre es bueno reconocer el propio desconocimiento y buscar fuentes confiables para obtener la información requerida. Esta puede ser una buena oportunidad de aprender junto con los hijos.

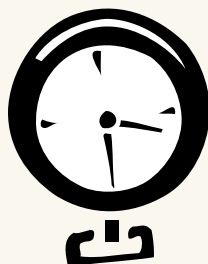
OBJETIVOS PARA ESTA SESIÓN



Se espera que a través del trabajo de esta sesión los participantes logren:

- **Reconocer las dificultades que han tenido para hablar de ciertos temas con los hijos.**
- **Valorar la importancia de conversar con los hijos y darles información como forma de prevención.**
- **Adquirir elementos básicos y potenciar sus propios recursos para enfrentar estas conversaciones de manera más segura.**

ACTIVIDADES PARA LA SESIÓN DE HOY



MATERIALES A USAR EN LA SESIÓN

4 fotocopias del tablero del anexo.

4 fotocopias recortadas de las preguntas del anexo.

Fotocopia para cada participante de la hoja "Hoy conversamos sobre..."

¿TENGO TODO LO QUE NECESITO?

ACTIVIDAD INICIAL
(20 A 30 MINUTOS)

Para iniciar las actividades de hoy se sugiere a los facilitadores recoger comentarios sobre la sesión anterior, tomando las ideas, reflexiones o preguntas que hayan surgido en relación con los temas tratados.

Es importante darse un tiempo al comienzo para comentar cómo les fue con la tarea, qué aprendieron de ella, o si fue muy difícil hacerla.

Luego puede compartir con el grupo los objetivos de esta sesión, y presentar algunos contenidos del tema de hoy.

ACTIVIDAD PRINCIPAL
RESPONDIENDO
PREGUNTAS DIFÍCILES
(45 A 60 MINUTOS)

La actividad central tiene por objetivo que los padres identifiquen aquellos temas que les ha costado o creen que les costaría conversar con sus hijos. También pretende que los padres valoren la importancia de tratar ciertos temas con los hijos, identificando a la familia como el agente directo y responsable de la educación de los niños.

El facilitador divide a los participantes en grupos, entregándole a cada uno un set de cartas o papelitos con preguntas y un tablero (anexo). Cada participante debe ir por turno sacando un papelito, leer la pregunta y definir en qué sector del tablero se ubicaría y por qué.

Una vez que se acaban los papelitos, el grupo debe anotar qué temas o preguntas quedaron en cada casillero del tablero para presentar esto en el plenario.

En plenario, haga una encuesta anotando en un papelógrafo qué preguntas quedaron en cada casillero. Luego invite a los participantes a comentar libremente qué opina de los resultados. Procure centrarse en las preguntas que quedaron en el casillero "no me atrevo a conversarlo", y ayude a los participantes a buscar alternativas para poder abordar esos temas con los hijos.

**ACTIVIDAD
COMPLEMENTARIA
NI TAN FÁCIL
NI TAN DIFÍCIL
(30 A 45 MINUTOS)**

El objetivo de esta actividad es reflexionar acerca de temas complejos de tratar con los niños. Permite además una retroalimentación entre todos los participantes, de cómo abordar las situaciones complicadas de tratar.

Se forman cuatro grupos y a cada uno se le reparten los mismos papelitos de la actividad principal. Cada persona lee y elige el que le costaría más hablar con su hijo o hija, y lo comparte con el grupo. Luego, el grupo elige el tema que le parece más difícil de todos los que seleccionaron antes los participantes y crea una representación o actuación donde se muestre cómo hablar este tema en forma adecuada con los hijos e hijas.

En plenario se presentan las actuaciones y luego se conversa sobre los componentes más importantes para conversar los temas difíciles.

SÍNTESIS

El facilitador realiza una síntesis de los principales contenidos presentados por los participantes en la sesión, y refuerza algunas ideas importantes sobre la base de los contenidos de la primera parte de este módulo. Especialmente relevante es que a los padres les quede claro que hablar de estos temas con los hijos es una buena forma de prevención, que además fortalece el vínculo afectivo con ellos y les abre las puertas para que los busquen otra vez frente a nuevas inquietudes.

TAREA PARA LA CASA



La tarea para esta semana consistirá en recordar alguna pregunta que sus hijos le hayan hecho y que no haya podido contestar. La idea es que aplicando los aprendizajes de esta sesión pueda conversar de este tema con su hijo o hija.

EVALUANDO LA SESIÓN (10 MINUTOS)

Invite a los participantes a identificar los aprendizajes de la sesión preguntando con qué ideas se van de lo conversado y si creen poder aplicar algo de lo que se trabajó en el taller en sus casas.





ANEXO I

HOY CONVERSAMOS SOBRE

La función de formar valores que tienen padres y madres, es una de las tareas más complejas que les toca asumir, pero también puede ser la más desafiante y gratificante.

En esta parte de la labor de educar, pueden aparecer ciertos temas que nos resulten más difíciles de hablar, ya sea porque nunca se nos habló del tema cuando chicos o porque nos complica ahondar en ellos; o porque no se sabe cómo hacerlo, o por la presencia de ciertos mitos culturales que complican el diálogo.

Algunos de los temas que más complican a los papás son la sexualidad, el consumo de drogas, las relaciones de pareja.

Algunos creen que hablar de estos temas puede inducir a los hijos al consumo o a iniciar precozmente la vida sexual. Esto no es así: hablar de estos temas con los hijos es más bien una de las mejores formas de prevenir conductas no deseadas.

Cuando evitamos hablar de ciertos temas, reforzamos la idea de que eso es algo tabú o algo que se debe mantener oculto. A la vez inducimos a los hijos a buscar la información en otra parte, corriendo el riesgo que se informe mal.

Para poder hablar con los hijos es necesario generar espacios de diálogo y confianza, y jamás revelar a otros aquello que los hijos nos confíen.

Si creemos que necesitamos más información, podemos buscarla o pedir ayuda a otra persona que nos dé confianza, pero no dejemos sin responder las preguntas que nos hacen nuestros hijos.

Otras ideas que me quedaron fueron:



ANEXO 2
TABLERO
para actividad principal

<p>PREFIERO NO RESPONDER</p>	<p>BUSCARÍA MÁS INFORMACIÓN Y RESPONDERÍA</p>
<p>PODRÍA RESPONDER SIN PROBLEMA</p>	<p>LE PEDIRÍA A OTRO QUE RESPONDA POR MÍ</p>



<p>¿CÓMO LLEGA LA SEMILLA DEL HOMBRE A LA GUATITA DE LA MUJER?</p>	<p>¿POR QUÉ A ALGUNAS COMPAÑERAS SUS PAPÁS LES PEGAN?</p>	<p>¿POR QUÉ ALGUNAS PERSONAS SE EMBORRACHAN?</p>
<p>¿QUÉ SIGNIFICA SER HOMOSEXUAL?</p>	<p>¿ES MALA LA MASTURBACIÓN?</p>	<p>¿POR QUÉ ALGUNOS HOMBRES LE PEGAN A SUS ESPOSAS?</p>
<p>¿POR QUÉ LA JUANITA TIENE UNA GUAGUA SI NO TIENE MARIDO?</p>	<p>¿POR QUÉ MI HERMANITO TIENE PENE Y YO NO?</p>	<p>¿QUÉ SIGNIFICA LESBIANA?</p>
<p>¿DÓNDE ESTÁ DIOS?</p>	<p>¿QUÉ ES EL SIDA?</p>	<p>SI LAS DROGAS SON MALAS ¿POR QUÉ LA GENTE LAS PRUEBA?</p>



<p>¿CÓMO SE CONTAGIA EL SIDA?</p>	<p>¿QUÉ HACEN UN NIÑO Y UNA NIÑA CUANDO ESTÁN POLOLEANDO?</p>	<p>¿POR QUÉ HAY PAPÁS QUE SE SEPARAN?</p>
<p>¿QUÉ SON LAS DROGAS?</p>	<p>¿POR QUÉ MIS PAPÁS NO CONVERSAN?</p>	<p>EN LA TELE DIJERON QUE UNA MAMÁ ABANDONÓ A SU GUAGUA, ¿POR QUÉ PASA ESO?</p>
<p>¿POR QUÉ A ESE NIÑO LE DICEN DROGADICTO?</p>	<p>¿CÓMO NACÍ YO?</p>	<p>¿CÓMO NACEN LAS GUAGUAS?</p>
<p>¿CUÁNDO PUEDO YO TENER UNA GUAGUA?</p>	<p>SI VEO A MI HIJO O HIJA TOCÁNDOSE SUS GENITALES, QUÉ HAGO EN ESA SITUACIÓN</p>	<p>¿DÓNDE SE VA LE GENTE DESPUÉS QUE SE MUERE?</p>



<p>¿POR QUÉ HAY GENTE QUE ROBA?</p>	<p>¿POR QUÉ NUNCA TIENES TIEMPO PARA JUGAR CONMIGO?</p>	<p>¿POR QUÉ YO NO PUEDO ESCUCHAR ALGUNAS CONVERSACIONES?</p>
<p>¿POR QUÉ LOS PAISES TIENEN GUERRAS?</p>	<p>¿POR QUÉ YO TENGO QUE HACER LAS CAMAS Y MI HERMANO NO?</p>	<p>¿POR QUÉ LA MAMÁ TIENE QUE HACER LAS COSAS DE LA CASA DESPUÉS DEL TRABAJO Y MI PAPA NO?</p>
<p>¿POR QUÉ SIEMPRE EL PRESIDENTE ES HOMBRE?</p>	<p>LA PREGUNTA MÁS DIFÍCIL QUE ME HAN HECHO MIS HIJOS FUE:</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>	
<p>¿POR QUÉ LA PROFESORA DICE QUE LOS HOMBRES NO PODEMOS LLORAR?</p>	<p>LA PREGUNTA MÁS DIFÍCIL QUE ME HAN HECHO MIS HIJOS FUE:</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>	

FICHA DE EVALUACIÓN DE LA SESIÓN

PARA EL FACILITADOR

1. NOMBRE SESIÓN

2. LUGAR EN QUE SE REALIZÓ

3. FECHA

4. DURACIÓN

5. ASISTENTES (nombres de cada participante)

6. Describa los principales contenidos que surgieron durante la sesión:

7. En general el nivel de participación en esta sesión fue:

ALTO

MEDIO

BAJO

8. Como monitor(a) conducir esta sesión me resultó:

DIFÍCIL

ALGO DIFÍCIL

FÁCIL

9. Creo que esta sesión podría mejorar si: (describir lo que a su juicio faltó o sobró)



LA TELEVISIÓN EN FAMILIA

LA TELEVISIÓN EN FAMILIA

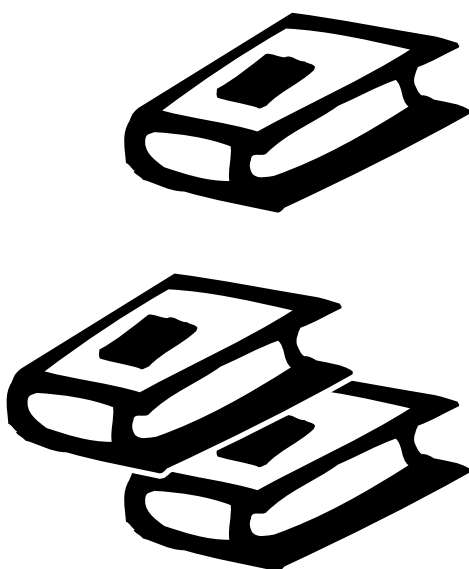
A través de este módulo se entregarán herramientas para que los papás y mamás aprendan a incorporar la televisión como fuente de recreación, de aprendizaje y también de comunicación en la vida cotidiana de su familia.

La televisión forma parte de la vida diaria de la mayoría de los hogares de nuestro país, pero no siempre se aprovecha su potencial de comunicación. Bien utilizada es un valioso instrumento que puede contribuir a reflexionar en familia los temas que afectan e interesan a sus integrantes. Esa es la invitación que se quiere hacer a los papás y mamás a través de este módulo.



LA TELEVISIÓN BIEN UTILIZADA ES UN VALIOSO INSTRUMENTO QUE PUEDE CONTRIBUIR A REFLEXIONAR EN FAMILIA

NUESTRO TEMA DE HOY



¿Qué tiene que ver la televisión con la vida familiar? ¿Incide acaso en la calidad de la comunicación entre sus integrantes? ¿Por qué nos debiera interesar qué, cuánto, cuándo, cómo y para qué vemos televisión?

La televisión es actualmente el principal medio de comunicación que utilizan las familias para informarse, entretenerse e incluso educarse.

Los niños y niñas chilenos ven en promedio 2,5 horas de televisión al día. Esto significa que después de dormir e ir al colegio dedican a la televisión mucho más tiempo que a leer, a jugar con amigos, a vivir al aire libre o a conversar y compartir en familia.

Frente a la pantalla las personas obtenemos información del mundo que nos rodea y de algunos de los temas que nos interesan y afectan. Los mensajes de la televisión incluyen cientos de imágenes atractivas, nos permiten conocer historias, modelos y estímulos de diversa calidad u origen. Por eso se dice que la televisión es un medio de comunicación tremendamente poderoso e influyente en nuestras vidas. Si aprendemos a utilizarla correctamente, podemos aprovechar mejor sus potenciales.

¿CÓMO TRABAJA LA TELEVISIÓN?

Ningún medio de comunicación muestra la realidad tal cual es, sino partes de

ella. Los mensajes son hechos por personas. No son un espejo de la realidad sino representaciones de la misma.

En televisión pasa lo mismo. Cuando la vemos ocupamos la vista y el oído, los dos sentidos más importantes para obtener información. Por eso nos parece que lo que vemos es verdad. Pero lo que realmente estamos viendo es una interpretación de lo que ocurrió, relatada según el punto de vista subjetivo de personas que capturan y cuentan un hecho por medio de imágenes y sonidos.

La televisión es una empresa que necesita financiarse, y lo hace a través de la publicidad. Cada uno de los programas vende a las empresas espacios publicitarios para que ofrezcan al público sus productos. Los espacios más caros son los de los horarios en que más personas ven televisión.

Por eso para la industria de la TV es importante la sintonía o el rating de un programa. La sintonía muestra qué cantidad de personas ven el programa y le sirve a las empresas de publicidad para saber a qué hora más personas van a ver los anuncios.

FUNCIONES DE LA TELEVISIÓN

La televisión es un medio de comunicación social y como tal debería

estar al servicio de todas las personas, lo que implica responder a las expectativas de gente con edades diferentes, con gustos distintos, con realidades sociales y educacionales diversos. Sin duda que esto es un gran desafío.

La televisión tiene diversas funciones, siendo una de las principales la función informativa. Al ver televisión conocemos datos y relatos sobre nuestro entorno, así como hechos y experiencias que acontecen en otras partes del planeta. A menudo esta información es instantánea y en directo, por lo que nos sentimos testigos de lo que está pasando en el país o en otras partes del mundo. La televisión lleva nuestros ojos a lugares donde hemos estado antes o tal vez nunca estaremos, y nos hace sentir "como si estuviéramos allí".

La televisión también tiene una función de entretenimiento. Esta función es una de las más importantes para los encargados de la programación. Por eso se destina mucho tiempo y recursos a programas que nos relajan, distraen o divierten.

En su función educativa, la televisión ofrece además de información nueva, imágenes, ideas, modelos, formas de relacionarnos con nosotros mismos y con los demás. Este potencial de aprendizaje es común a todos sus programas: aprendemos mientras nos informamos, pero también mientras vemos programas para entretenernos o

relajarnos. De la televisión estamos aprendiendo todo el tiempo, aunque a veces no nos demos cuenta, lo que en el caso de los niños es más evidente aún. Por eso es importante evaluar si realmente queremos para nosotros mismos o nuestra familia ver un determinado programa.

Otra de las funciones no declaradas pero que sí se manifiesta en la práctica es la función de persuasión. Ya dijimos que la televisión es una empresa que debe obtener ganancias para seguir funcionando y que por eso es un espacio de venta de productos. Los mensajes de publicidad buscan persuadir a los televidentes, o sea motivarlos a consumir los productos que venden las empresas, por medio de avisos muy atractivos que prometen bondades y beneficios para que el producto sea deseable.

Existen también otras funciones que se relacionan con el uso cotidiano que hacemos de la televisión. Una de estas es la de compañía. En muchos hogares el televisor permanece encendido durante todo el día, incluso mientras comen. En algunas familias los hijos hacen las tareas con la televisión prendida, lo que es contraindicado para el buen rendimiento escolar.

Teniendo claro cuáles son algunas de las funciones de la televisión, vamos a revisar ahora cómo es que somos influidos por la ella.

APRENDIZAJE A TRAVÉS DE LA TELEVISIÓN

La televisión, al igual que la familia, la escuela o la religión, es un agente de socialización, es decir, enseña a los que la ven cómo se vive en esta sociedad, qué se hace, qué no es aceptable o cuáles son las costumbres de los diferentes sectores de ella.

Desde hace años se sabe que las personas aprendemos no sólo con los contenidos que nos entregan en la escuela sino que observando e imitando conductas o situaciones que le ocurren a otras personas, más allá de nuestra experiencia directa. Esto se llama aprendizaje social por observación.

La televisión es una de las principales fuentes de ese tipo de aprendizaje. Esto no sería problema si no fuera porque, como se dijo antes, es imposible que la televisión presente toda la realidad sino sólo partes de ella. Por lo tanto, la información que vemos es parcial. La forma de presentar esta interpretación de la realidad debe ser además atractiva para los televidentes.

¿Qué implica esto en lo concreto? Cuando vemos televisión sin tener en cuenta esta parcialidad y atractivo de la información podemos llegar a creer que todo el mundo es como los personajes de la TV (o debiera llegar a serlo), que para ser felices o exitosos

debemos tomar ciertas bebidas o comer ciertos chocolates o seguir las modas de cómo ser y actuar que nos impone la televisión para ser aceptados socialmente.

Y por cierto en televisión la felicidad y el éxito están muy asociados a la riqueza material, al ser famoso o tener el cuerpo como el de las personas que aparecen en ella.

Todo esto no significa que la televisión sea una enemiga de los niños ni de las familias. Lo que sí está claro que es importante saber cómo funciona para filtrar los mensajes que nos entrega, para ser conscientes de las decisiones que tomamos con la información que recibimos, y muy importante: para poder enseñar a niños y niñas a ver televisión.

¿QUÉ PODEMOS HACER COMO FAMILIA?

Ahora que conocemos más de cerca algunos elementos que caracterizan a la televisión, surge inevitablemente la pregunta de qué pueden hacer los adultos para aprender a usar la televisión como una herramienta de comunicación al interior de la familia . La primera acción para sacarle mejor partido es hacer de ella una aliada (y no una enemiga) en la formación de nuestros hijos.

La propuesta que aquí se hace es partir por tomar conciencia de cuáles son los hábitos televisivos que tiene la propia familia, para luego definir y planificar una dieta de televisión. Cuando hablamos de una dieta queremos decir que es posible aprender a seleccionar los programas que veremos de acuerdo a los valores, necesidades e intereses de nuestra familia.

Hacer una dieta televisiva significa elegir aquellos programas que nos parecen más adecuados para la necesidad que tenemos en el momento (entretenernos, informarnos, aprender) y para la persona que la está viendo, ya que no todos los programas que se dan en la televisión están hechos para que un niño los vea.

Para construir esa dieta, lo recomendable es empezar por preguntarnos para qué prendemos la televisión, qué tipo de programas vemos y cuánta TV vemos en el día. No podemos pretender que los niños vean menos TV o no vean ciertos programas si los adultos de la casa funcionan con el televisor prendido sin discriminar qué programa ven.

Al mismo tiempo es importante reflexionar sobre cuáles son nuestros valores y principios como personas y como familia, es decir, qué cosas consideramos como buenas y deseables y qué cosas nos parecen malas o

reprobables. Esto puede facilitar la tarea de definir qué programa ver, la forma de discutir lo que vemos en la TV en la familia o incluso considerar qué contenidos queremos que nuestros hijos vean y cuáles preferiríamos evitar. Clarificar este punto también nos puede ayudar para decidir si vale la pena o no invertir nuestro tiempo en ver determinados programas.

Para planificar una dieta de televisión realista y compartida por los diversos integrantes de la familia es muy importante que comuniquemos a nuestros hijos las características de la televisión. Si ellos entienden que la televisión impone modas, que utiliza estereotipos, que es un medio por el cual se venden productos o que sus mensajes son representaciones parciales de la realidad, tendrán elementos para poder filtrar por sí mismos algunos contenidos o desarrollar hábitos televisivos saludables.

Una vez que se han dado estos pasos, se sugiere conversar con los hijos y preguntarles cuáles son sus programas favoritos y por qué. Ojalá los adultos puedan ver al menos una vez esos programas con ellos, antes de decidir cuáles incorporarán a la dieta televisiva.

La parte más difícil de seleccionar los programas es llegar a un acuerdo con los hijos, especialmente con los más grandes. Cuando un niño tiene más de

cuatro años es necesario conversar con él y darle argumentos de por qué no es bueno que vea ciertos programas. Con los niños más pequeños los adultos son responsables de decidir si prender o no el televisor a ciertas horas. En todo caso en ambas situaciones se recomienda que ver televisión sea una actividad secundaria y alternativa de otras más importantes, como entretenerse al aire libre, hacer ejercicio, leer o simplemente conversar.

Puede que exista un cierto margen de negociación cuando se elabora la dieta televisiva, pero si hay un programa que realmente el adulto considera que su hijo no debe ver, es importante ser definitivo en esa decisión.

OTRAS SUGERENCIAS A CONSIDERAR

- En los momentos de estudio hay que mantener el televisor apagado porque es una fuente de distracción para los niños, y no les permite concentrarse plenamente en la tarea. Esto es especialmente importante para los niños con problemas de aprendizaje o muy activos que para concentrarse necesitan los menos estímulos posibles a su alrededor.
- La hora de las comidas es un momento en que muchos suelen tener la televisión prendida. Así comen y se

informan al mismo tiempo. Pero, ¿cuánta información de las personas de la familia se pueden estar perdiendo por ver la televisión? Muchas familias tienen pocos momentos de encuentro en la semana y si están todos o algunos de sus miembros a la hora de comer, por qué no aprovecharlo en conversar y dejar la TV para después.

- La televisión es una alternativa más de comunicación, educación y esparcimiento, pero no la única. Por eso se recomienda no utilizarla como una rutina, sobre todo en los niños. Como familia podemos promover la lectura, la diversión al aire libre, la conversación, el contar historias de la familia, el juego, el compartir con otros, el ejercicio.
- En cuanto a la cantidad de tiempo que los niños ven televisión, se recomienda que no sea más de una hora seguida e idealmente la única en el día.
- Para crecer sanos y rendir bien en la escuela los niños y niñas necesitan dormir un mínimo de diez horas al día. El sueño no sólo cumple una función de descanso, sino que permite que el organismo cumpla funciones biológicas que son necesarias para un crecimiento y desarrollo sano. La hormona del crecimiento se secreta cuando los niños han alcanzado un nivel de sueño

profundo y para ello se necesitan horas previas de éste. Por eso los neurólogos recomiendan que los niños y niñas vean televisión sólo hasta dos horas antes de dormirse y que en ningún caso se queden dormidos con el televisor encendido. Este debiera ser un límite importante de respetar.

- Aún cuando el horario para adultos empieza a las diez de la noche, durante el día también se transmiten programas que pueden ser difíciles de entender para un niño, o que pueden entregar contenidos que como familia preferimos evitar. Las teleseries y las noticias son un ejemplo. Para discernir qué programas son adecuados o no, los padres pueden guiarse por las señalizaciones que todos los canales deben incorporar a sus programas. Así saben qué programa es apto para niños.

Símbolos de orientación al público de la televisión chilena

R : Responsabilidad compartida entre el canal de TV y la familia.

F : Programa apto para toda la familia.

A : Programas dirigidos a adultos.

I : Recomendable para niños de todas las edades.

I 7 : Programa recomendable para mayores de 7 años.

I 12 : Programa recomendable para mayores de 12 años.

Fuente: Anatel

- Otra ayuda es la guía de orientación cartelera para padres del Ministerio de Educación, la que junto al Consejo Nacional de Televisión se publica en distintos medios de prensa y sugiere programas de cable o televisión abierta con contenidos educativos para niños de diferentes edades.

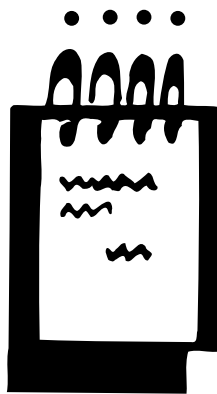
- Ocurre lo mismo con las noticias. Aunque están en un horario no restringido para niños, pueden entregarles imágenes con alto grado de violencia que les causen temor e inseguridad o temas que no son capaces de comprender por falta de discernimiento.

La invitación a los adultos de las familias es a preocuparse de los contenidos y tipos de programas que ven en familia y, especialmente, de la que ven los niños y niñas solos. Es perfectamente posible tener una actitud selectiva y planificada frente a este medio de comunicación. Es muy diferente encender la televisión para ver qué hay en la pantalla, que seleccionar previamente un programa en un horario determinado.

Por eso se recomienda considerar las edades de los hijos, las horas en que se ve televisión en la casa y ver otras alternativas posibles para entretener a los niños, además de acompañarlos cuando ven ciertos programas ayudándolos a cuestionar su contenido.

Como los mensajes de la televisión no respetan edades, es responsabilidad de los adultos de la familia decidir qué programación ven niños y niñas según su nivel de desarrollo psicológico y emocional.

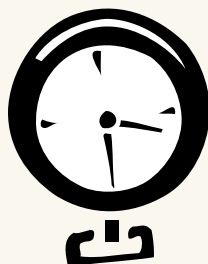
OBJETIVOS PARA ESTA SESIÓN



Se espera que a través de esta sesión los participantes logren:

- **Conocer y comprender las funciones que tiene la televisión.**
- **Reconocer el impacto que tiene la televisión sobre los diferentes miembros de la familia.**
- **Reflexionar sobre el rol e importancia que tiene la televisión al interior de la familia.**
- **Adquirir estrategias para organizar el uso de la televisión en la familia.**

ACTIVIDADES PARA LA SESIÓN DE HOY



MATERIALES A USAR EN LA SESIÓN

Papelógrafos

Fotocopias de la hoja "Hoy conversamos sobre..."

Fotocopias de la hoja para construir la dieta televisiva o un papelógrafo grande donde muestre cómo hacerlo en las casas.

Plumones

¿TENGO TODO LO QUE NECESITO?

ACTIVIDAD INICIAL
(15 A 20 MINUTOS)

Para iniciar las actividades de hoy se sugiere al facilitador recoger comentarios sobre la sesión anterior, tomando las ideas, reflexiones o preguntas que hayan surgido en relación con los temas tratados.

Es importante darse un tiempo al comienzo para comentar cómo les fue con la tarea, qué aprendieron de ella, o si fue muy difícil hacerla.

Luego, puede hacer una breve presentación del tema de hoy. Para partir pida a los participantes que nombren los programas de televisión que ven sus hijos. Anote todos estos nombres en un papelógrafo para que queden a la vista de todos durante la sesión.

ACTIVIDAD PRINCIPAL
CONSTRUYENDO UNA
DIETA TELEVISIVA
(45 A 60 MINUTOS)

El objetivo de esta actividad es que los participantes reflexionen sobre el rol e importancia que tiene la televisión en la vida familiar, cómo su oferta nos permite o impide comunicarnos, así como adquirir estrategias para organizar y planificar el uso en la familia.

Pida a los participantes que se reúnan en grupos de cuatro personas. Entregue a cada participante un papel para que, en cinco minutos, anote todos los programas que se acuerda haber visto la semana anterior y en qué horarios. Invite a los participantes a poner en común su trabajo personal, y plantee las siguientes preguntas para promover la discusión de los grupos:

- por qué elegí esos programas.**
- para qué uso la televisión.**
- qué me gusta y qué no me gusta de la televisión.**
- qué reglas hay en mi casa para los niños en cuanto al uso de la televisión.**

En plenario, cada grupo puede presentar sus principales conclusiones.

Para finalizar, entregue a cada persona del grupo una hoja dividida en cuatro partes (ver anexo) para que la llenen en forma individual.

Si queda tiempo pueden hacer este ejercicio en el taller o puede dejarlo de tarea.

ACTIVIDAD ALTERNATIVA
EL JUICIO
(45 A 60 MINUTOS)

El objetivo de esta actividad es que los participantes reflexionen sobre el rol e importancia que tiene la televisión en la vida familiar y que adquieran estrategias para organizar el uso de ella en la familia.

Distribuya a los participantes en los siguientes roles: un juez, el jurado (cinco personas), el abogado acusador con su equipo asesor y el abogado defensor con su equipo asesor.

Se presenta el tema del juicio para que los equipos preparen su acusación o defensa. El tema sugerido es:

La televisión entrega información útil para educar a nuestros hijos e hijas.

Cada abogado y su equipo debe hacer una presentación argumentada de su posición, pudiendo citar a declarar a algunos de los testigos. Los testigos pueden contar su experiencia sobre el rol de la televisión como herramienta educativa, ya sea positiva o negativa según el equipo que solicite su apoyo.

Se recomienda que cada presentación no dure más de diez minutos y que cada testigo tenga cinco minutos para ser interrogado.

Expuestas las argumentaciones el jurado tendrá un tiempo para deliberar, luego de lo cual el juez leerá el veredicto.

Luego de la actividad puede hacer un plenario libre para que todos compartan qué aprendieron de este juicio y qué creen poder hacer para usar mejor la televisión.

Entregue a cada participante la hoja dividida en cuatro partes (la misma usada en la actividad principal) para ser llenada en la sesión o como tarea.

SÍNTESIS

Al finalizar la sesión se sugiere al facilitador realizar un resumen de los principales contenidos que aparecieron en la discusión y complementarlos con ideas que considere importantes del texto "Nuestro tema de hoy".

Se sugiere especialmente presentar a la televisión como una herramienta con un potencial de comunicación importante, siempre que se comprenda cómo funciona, que nos presenta una idea parcial de la realidad, junto con resaltar el gran impacto que tiene en los niños como medio de aprendizaje, lo que hace necesario que los adultos regulen qué y cuánto ven de T.V.

TAREA PARA LA CASA



La tarea de esta semana es realizar una dieta televisiva realista para la familia. No olvide que para realizar esta actividad es importante incorporar la opinión de los niños.

EVALUANDO LA SESIÓN (10 MINUTOS)

Al finalizar, invite a los participantes a comentar brevemente con qué ideas o dudas se quedan sobre este tema, y si creen posible realizar la tarea entregada.





ANEXO I

HOY CONVERSAMOS SOBRE

Ningún medio de comunicación muestra la realidad tal cual es sino partes de ella. Los mensajes son hechos por personas. No son un espejo de la realidad, sino representaciones de la misma.

La televisión cumple diversas funciones, siendo una de las principales la función informativa. Al ver televisión conocemos datos y relatos sobre el mundo que nos rodea y a través de su pantalla llegamos a lugares que de otro modo no podríamos conocer. Además, la TV tiene la función de entretener y educar.

La televisión es una alternativa más de comunicación, educación y entretenimiento, pero no la única. Por eso se recomienda no utilizarla como una rutina, sobre todo en los niños. Como familia podemos promover la lectura, la diversión al aire libre, la conversación, el contar historias de la familia, el juego, el compartir con otros, el ejercicio.

Para usar bien la televisión es importante tener una dieta televisiva, que significa seleccionar de todos los programas los que queremos ver y, especialmente, los que consideramos adecuados que vean los niños de la casa, evitando otros que como adultos consideramos poco apropiados para niños.

Para construir esa dieta, lo recomendable es empezar por preguntarnos para qué prendemos la televisión, qué tipo de programas vemos y cuántas horas en el día. No podemos pretender que los niños vean menos TV o no vean ciertos programas si los adultos de la casa funcionan con el televisor prendido.

Una ayuda importante para poder seleccionar programas de TV para los niños la dan los mismos canales con las señales que indican cuáles son los programas adecuados para ellos, y cuáles deben ser vistos en compañía de un adulto. El cuadro muestra qué significan estas señas:

- R:** Responsabilidad compartida entre el canal de TV y la familia.
- F:** Programa apto para toda la familia.
- A:** Programas dirigidos a adultos.
- I:** Recomendable para niños de todas las edades
- I 7:** Programa recomendable para mayores de 7 años.
- I 12:** Programa recomendable para mayores de 12 años.

Símbolos de orientación al público de la televisión chilena (Fuente: Anatel)

Algunas ideas que me quedaron fueron:

ANEXO 2

CONSTRUYENDO UNA DIETA TELEVISIVA

PASOS CLAVE PARA ESTE EJERCICIO:

1. *Hacer una revisión personal del uso de la televisión: para qué veo televisión, cuándo, con quién, cuánto.*
2. *¿Cuáles son los valores más importantes que quiero transmitir a mis hijos?*
3. *En lo posible, ver con los hijos algunos de sus programas favoritos.*
4. *Discutir con ellos una dieta televisiva balanceada, en que se integren la opinión de los padres y los gustos e intereses de los hijos.*

COMO APOYO SE PROPONE LLENAR LOS SIGUIENTES CUADROS:



PROGRAMAS QUE VEN
MIS HIJOS

VALORES QUE TRASMITEN

PROGRAMAS QUE AUTORIZO
A QUE VEAN

DIETA TELEVISIVA DEFINITIVA



PROGRAMAS QUE VEN
MIS HIJOS

VALORES QUE TRASMITEN

PROGRAMAS QUE AUTORIZO
A QUE VEAN

DIETA TELEVISIVA DEFINITIVA



PROGRAMAS QUE VEN
MIS HIJOS

VALORES QUE TRASMITEN

PROGRAMAS QUE AUTORIZO
A QUE VEAN

DIETA TELEVISIVA DEFINITIVA

FICHA DE EVALUACIÓN DE LA SESIÓN

PARA EL FACILITADOR

1. NOMBRE SESIÓN

2. LUGAR EN QUE SE REALIZÓ

3. FECHA

4. DURACIÓN

5. ASISTENTES (nombres de cada participante)

6. Describa los principales contenidos que surgieron durante la sesión:

7. En general el nivel de participación en esta sesión fue:

ALTO

MEDIO

BAJO

8. Como monitor(a) conducir esta sesión me resultó:

DIFÍCIL

ALGO DIFÍCIL

FÁCIL

9. Creo que esta sesión podría mejorar si: (describir lo que a su juicio faltó o sobró)