



PROGRAMA DE PROMOCIÓN Y APOYO A LAS PARENTALIDADES EN POSITIVO

**MANUAL DE
APLICACIÓN**

**PROGRAMA DE
PROMOCIÓN Y APOYO A
LAS PARENTALIDADES
EN POSITIVO**

© Autoría

Lucía Jiménez García
Universidad de Sevilla
Victoria Hidalgo García
Universidad de Sevilla
Bárbara Lorence Lara
Universidad de Sevilla

Jesús Maya Segura
Universidad Loyola Andalucía
Carmen San Martín Cabezón
Cruz Roja Española
Adriana Díaz Argüello
Cruz Roja Española

Coordinación

Adriana Díaz Argüello
Carmen San Martín Cabezón
Luis Carlos Chana García

Programa de Infancia en Dificultad Social. Cruz Roja Española

Equipo colaborador

Beatriz Arriaga Fernández
Cruz Roja Española Puertollano
Caterina Rodríguez Cerredelo
Cruz Roja Española Verín
Cristina María Guerrero Millara
Cruz Roja Española Andalucía
Elisa María Morales Fernández
Cruz Roja Española El Ejido
Jessica Gómez González
Cruz Roja Española Barcelona
Lorenzo Pérez Sarrio
Cruz Roja Española Alicante
María Rodríguez Navarro
Cruz Roja Española Lugo
Mónica Dulce Martínez
Cruz Roja Española Logroño

Mónica Moya Gómez
Cruz Roja Española A Coruña
Noelia Mateos Castañeira
Cruz Roja Española Salamanca
Noemí Vico Fernández
Cruz Roja Española Granada
Rocío Ortega López
Cruz Roja Española Albacete
Rosana de Miguel Garces
Cruz Roja Española Zaragoza
Sara Isabel García Franco
Cruz Roja Española Salamanca
Sarah Macho Fernández
Cruz Roja Española Álava
Sonia Cubero Esteban
Cruz Roja Española Zaragoza

Cómo citar el documento:

Jiménez, L., Hidalgo, V., Lorence, B., Maya, J., San Martín, C. y Díaz-Argüello, A. (2023). *Programa de promoción y apoyo a las parentalidades en positivo. Manual de aplicación*. Cruz Roja Española.

Edita: © Cruz Roja Española

1ª Edición, diciembre 2023

Volumen II: Manual de Aplicación

ISBN: 978-84-7899-207-2

Depósito legal: M-33728-2023

Ilustraciones, diseño y maquetación: VALUVA Diseño y publicidad

© Todos los derechos reservados. Copyright de los textos e ilustraciones: Cruz Roja Española y sus autores.

No se permite la reproducción total o parcial de esta obra, ni su incorporación a un sistema informático. Cualquier parte de este documento puede ser citado, o traducido a otros idiomas, a condición de que se cite claramente titulares del copyright.

Esta publicación está financiada a través de la subvención para la realización de actividades de interés general con cargo a la asignación tributaria del Impuesto sobre la Renta de las Personas Físicas (IRPF), que gestiona el Ministerio de Derechos Sociales y Agenda 2030, gracias a las personas que marcan la casilla "X Solidaria" en su declaración de la renta.

Índice

PRESENTACIÓN.....	11
FICHA TÉCNICA.....	12
MÓDULO 1. SENSIBILIZACIÓN	13
Sesión Sensibilización con la unidad familiar (SUF).....	13
Anexo SUF Registro de datos	20
Sesión Sensibilización grupal (SG).....	21
Anexo SG Ficha de inscripción en el Programa	28
MÓDULO 2. EVALUACIÓN INICIAL DE LAS COMPETENCIAS PARENTALES.....	29
Sesión Entrevista de evaluación inicial de las competencias parentales	29
Sesión Devolución de resultados de la evaluación inicial de las competencias parentales	31
MÓDULO 3. INTERVENCIÓN GRUPAL PSICOEDUCATIVA	33
FASE CREACIÓN DE GRUPO (CG)	33
Sesión Empezando a conocernos (CG 1).....	33
Anexo CG 1.1 Cuento: La tribu (parte I).....	39
Anexo CG 1.2 Cronograma y compromiso de participación.....	40
Sesión Avanzando juntos y juntas en el reto de la crianza (CG 2).....	41
Anexo CG 2.1 Cuento: La tribu (parte II)	47
Anexo CG 2.2 Mi vaso de agua	48
Anexo CG 2.3 Conectando las ideas (imágenes competencias parentales)	49
Anexo CG 2.4 Conectando las ideas (nombre competencias parentales)	54
Anexo CG 2.5 Conectando las ideas (solución)	56
Anexo CG 2.6 Cuestionario de Actuaciones Parentales Percibidas (momento 1)	62

FASE ENTRENAMIENTO EN COMPETENCIAS PARENTALES BÁSICAS (CPB)	63
Sesión La flor del desarrollo (CPB 1)	63
Anexo CPB 1.1 Flor del desarrollo	69
Anexo CPB 1.2 Imágenes para los pétalos	70
Anexo CPB 1.3 Áreas del desarrollo	71
Anexo CPB 1.4 Regando la flor del desarrollo	72
Anexo CPB 1.5 Estrategias de estimulación.....	73
Sesión ¿Qué hacemos juntos y juntas? (CPB 2).....	74
Anexo CPB 2.1 Casos para el role-playing	79
Anexo CPB 2.2 Guion para el role-playing.....	80
Sesión Aprendamos a ser un equipo (CPB 3).....	81
Anexo CPB 3.1 Casos de coparentalidad	86
Anexo CPB 3.2 Posición de los y las participantes	87
Anexo CPB 3.3 Nuestro reparto de las tareas	88
Sesión ¿Verdadero o falso? (CPB 4).....	89
Anexo CPB 4.1 Encuesta sobre creencias evolutivo-educativas.....	92
Anexo CPB 4.2 Encuesta resuelta con respuestas e ideas para el debate.....	93
Sesión ¿Cómo nos decimos las cosas? (CPB 5)	96
Anexo CPB 5.1 Fotografía.....	101
Anexo CPB 5.2 Casos	102
Sesión La carrera hacia la escuela (CPB 6)	103
Anexo CPB 6.1 Actuaciones para acercarnos al colegio.....	107
Anexo CPB 6.2 Planificación espacial de la carrera.....	109
Anexo CPB 6.3 Avanzamos hacia la escuela	110
Sesión ¿Qué harías tú? (CPB 7)	111
Anexo CPB 7.1 Casos prácticos.....	118
Anexo CPB 7.2 Diseño del mural	119
Anexo CPB 7.3 Tarjetas ¿Qué harías tú?.....	120
Anexo CPB 7.4 Casos prácticos resueltos con las actuaciones más destacadas	121

Sesión El tour de las emociones (CPB 8).....	123
Anexo CPB 8.1 Cartulinas y colores asociados.....	129
Anexo CPB 8.2 Caso para el role-playing	130
Sesión Así me veo como padre o madre (CPB 9).....	131
Anexo CPB 9.1 Máscara	137
Sesión Afrontamiento del estrés (CPB 10).....	138
Anexo CPB 10.1 La monitora que se pone enferma.....	145
Anexo CPB 10.2 Solución del caso	148
Anexo CPB 10.3 Carteles de estrategias de afrontamiento.....	150
Anexo CPB 10.4 Carteles relativos al grado de control.....	151
Anexo CPB 10.5 Preguntando por situaciones estresantes.....	152
Sesión Yo, como Marta (CPB 11).....	154
Anexo CPB 11.1 El caso de Marta.....	159
Anexo CPB 11.2 La constelación de Marta.....	160
Anexo CPB 11.3 Mi constelación	161
Anexo CPB 11.4 Nuestro barrio	162
Sesión El menú semanal (CPB 12).....	163
Anexo CPB 12.1 Nuestro menú semanal	168
Anexo CPB 12.2 Tarjetas de tareas necesarias para la realización del menú	170
Anexo CPB 12.3 La planificación del menú familiar	171
FASE CONSOLIDACIÓN DE APRENDIZAJE (CA)	172
Sesión Las competencias parentales y vida cotidiana (CA 1).....	172
Anexo CA 1.1 Mi vaso de agua	177
Sesión Juntos y juntas somos mejores (CA 2)	178
Anexo CA 2.1 Mi don especial	182
Anexo CA 2.2 Nuestro hogar.....	183
Sesión Tejiendo redes de apoyo (CA 3)	184
Anexo CA 3.1 Conociéndonos mejor	188
Anexo CA 3.2 Mi tarjeta de mensajes positivos	190

Sesión Mi parentalidad en el futuro (CA 4)	191
Anexo CA 4.1 Mi silueta en el presente.....	195
Anexo CA 4.2 Mi silueta en el futuro.....	196
Anexo CA 4.3 El puente de los compromisos.....	197
FASE CIERRE (C)	198
Sesión Mis competencias parentales antes y ahora (C).....	198
Anexo C 1.1 Mi vaso de agua	202
Anexo C 1.2 Tarjetas de emociones	203
Anexo C 1.3 Cuestionario de Actuaciones Parentales Percibidas (momento 2)	206
Anexo C 1.4 Cuestionario de Satisfacción con la Intervención (versión familias).....	207
Anexo C 1.5 Diploma	208
MÓDULO 4. EVALUACIÓN DEL IMPACTO EN LAS COMPETENCIAS PARENTALES.....	209
Sesión Evaluación del impacto en las competencias parentales	209
Sesión Devolución de resultados a la familia	211
MODULO 5. ACOMPAÑAMIENTO	213
Sesión Acompañamiento en paralelo al Módulo Intervención grupal psicoeducativa....	216
Sesión Acompañamiento una vez finalizado el Módulo Evaluación del impacto en las competencias parentales.....	217

PRESENTACIÓN

El *Programa de promoción y apoyo a las parentalidades en positivo* de Cruz Roja forma parte de las actuaciones que aseguran la transferencia efectiva del conocimiento desarrollado en los últimos años en materia de metodologías de apoyo y soporte al desempeño parental y herramientas de evaluación de las competencias parentales.

El *Programa* es fruto del compromiso de la Organización con la mejora continua de los procesos de atención psicosocial a la infancia, la adolescencia y la familia, con los que se pretende a su vez mejorar la calidad de vida de las personas, tanto menores de edad como adultas. En su planificación y diseño se ha contado con el inestimable apoyo y participación de la red territorial a través del personal técnico adscrito a los diferentes proyectos de Cruz Roja desde los que se atiende a la infancia y sus familias, y la colaboración de investigadoras e investigadores de la Universidad de Sevilla y Universidad Loyola Andalucía.

Para su adecuada aplicación el *Programa* cuenta con un conjunto de dispositivos de soporte técnico que facilitan su implementación, entre los que se encuentran el Manual técnico y el Manual de aplicación, que se presentan en esta publicación a través de volúmenes independientes. Es importante destacar que los dos manuales se complementan y que para una correcta ejecución del *Programa* es imprescindible conocer y estudiar la información recogida en los dos volúmenes.

En este segundo volumen, correspondiente al Manual de aplicación, se recogen de forma detalladas las orientaciones operativas y los materiales para realizar cada una de las sesiones de los módulos que componen el *Programa*. El documento está dividido en cinco apartados correspondientes a los módulos del *Programa*: Sensibilización (Módulo 1), Evaluación inicial de las competencias parentales (Módulo 2), Intervención grupal psicoeducativa (Módulo 3) que se divide en 4 fases denominadas Creación de grupo (CG), Entrenamiento en competencias parentales básicas (CPB), Consolidación de aprendizaje (CA) y Cierre (C); continúa con la Evaluación del impacto en las competencias parentales (Módulo 4) y finalmente, Acompañamiento (Módulo 5).

Aparte, la Organización ofrece a través del Campus Virtual de Cruz Roja capacitaciones específicas para el uso y aplicación de la herramienta de evaluación de competencias parentales ECP-12 y otras acciones formativas sobre parentalidad positiva, competencias parentales y fundamentos para la intervención grupal psicoeducativa, así como materiales actualizados y relacionados con la temática en la web Criando en positivo (www.cruzroja.es/criandoenpositivo).

Finalmente, para garantizar el proceso de mejora continua del *Programa* como metodología de atención e intervención en materia de apoyo a la parentalidad, se mantendrá activo tanto para personal interno, como para las personas ajenas a la Organización un canal de consultas y supervisión sobre los contenidos y el proceso de aplicación del *Programa de promoción y apoyo a las parentalidades en positivo* a través del correo electrónico **criandoenpositivo@cruzroja.es**.

FICHA TÉCNICA

NOMBRE DEL PROGRAMA

Promoción y apoyo a las parentalidades en positivo

ENTIDAD PROMOTORA

Cruz Roja Española (CRE). Proyecto Competencias Parentales.

ENTIDAD FINANCIADORA

Ministerio de Derechos Sociales y Agenda 2030. Gobierno de España.

DESTINATARIOS

Familias con niños, niñas o adolescentes a su cuidado a partir de 6 años y hasta los 17 años en situación de dificultad social, aunque también se puede realizar con otros perfiles de familias.

OBJETIVOS GENERALES

Promover las competencias parentales necesarias para un ejercicio positivo y responsable de la parentalidad, ofreciendo a madres, padres o figuras de referencia oportunidades para optimizar su rol parental mediante la activación de procesos de cambio en los planos cognitivo, emocional y conductual.

FUNDAMENTOS TEÓRICOS Y METODOLÓGICOS

- La familia como protagonista de la intervención y agente de cambio, desde un enfoque psicosocial y comunitario.
 - Apoyo al desempeño parental desde el enfoque de la parentalidad positiva y mediante la promoción de las competencias parentales, aplicando una comprensión ecológica, sistémica, evolutiva y transaccional de la familia.
 - Enfoque de intervención psicoeducativa respetuosa con una orientación cooperativa, activa y fortalecedora, experiencial, constructiva, flexible y diversa.
-

FORMATO DE INTERVENCIÓN

Presencial en dos modalidades de intervención: con la unidad familiar (uno o varios miembros de la familia) y grupal (figuras parentales de varias familias).

ESTRUCTURA

- El *Programa* incluye cinco módulos: Sensibilización, Evaluación inicial de las competencias parentales, Intervención grupal psicoeducativa, Evaluación del impacto en las competencias parentales y Acompañamiento, integrados por diferentes sesiones.
 - El desarrollo de los módulos y sesiones es flexible, de forma que cada familia puede seguir un itinerario de participación específico y particular. La duración del *Programa* varía en función de ese itinerario, siendo como máximo de un curso escolar.
-

DISEÑO DE EVALUACIÓN

- Evaluación pretest y postest de las competencias parentales dirigida a conocer las necesidades y fortalezas de las familias y determinar la eficacia de la intervención.
 - Evaluación de la implementación del *Programa* para identificar aspectos de mejora, a partir de un registro del desarrollo de la intervención y de la evaluación de satisfacción por parte de las familias y las personas facilitadoras.
-

MÓDULO 1. SENSIBILIZACIÓN

Sesión Sensibilización con la unidad familiar (SUF)

Objetivos específicos

- Dar a conocer el *Programa de promoción y apoyo a las parentalidades en positivo* de Cruz Roja y los beneficios para la familia en términos de mejora del ejercicio parental, reconociendo las expectativas frente a esta experiencia.
- Presentar a la familia un espacio único de apoyo a la crianza y educación de los hijos o hijas, en el que podrán compartir con otras familias, vivencias, opiniones y formas diferentes de resolver las situaciones que se presentan.
- Concienciar a las figuras parentales sobre la parentalidad y su influencia en el bienestar de los niños, niñas y adolescentes.
- Acercar y normalizar el acompañamiento y apoyo a padres, madres y personas cuidadoras durante el proceso de crianza, fundamentalmente en aquellos momentos donde las figuras parentales se ven superadas por determinadas circunstancias que puedan afectar y condicionar el desarrollo de su parentalidad.

Materiales

Recursos de apoyo para la persona facilitadora:

- Video *Parentalidad Positiva*:
 - ◇ [Parentalidad positiva - YouTube](#)
- Píldora formativa *Competencias Parentales* dirigida a profesionales:
 - ◇ Competencias Parentales (Profesionales) - [Visión de conjunto \(cruzroja.es\)](#)
- Anexo SUF Registro de datos

Técnicas

- Entrevista semiestructurada
- Reflexión individual
- Vídeo forum

Duración

- Paso 1: 10 minutos
- Paso 2: 5 minutos
- Paso 3: 10 minutos
- Paso 4: 10 minutos
- Paso 5: 5 minutos

Tiempo total estimado: 40 minutos

Desarrollo de la sesión

Previo al desarrollo de la sesión la persona facilitadora debe conocer y familiarizarse con las pautas y orientaciones metodológicas de la intervención con familias, e igualmente debe tener en cuenta los pasos de la entrevista como técnica de intervención recogidos en el Manual técnico.

En primer lugar, se recibirá a la familia. En segundo lugar, se explorará la motivación de la familia por participar en el *Programa*. En tercer lugar, se presentará el *Programa de promoción y apoyo a las parentalidades en positivo* de Cruz Roja y el proyecto o servicio de preservación familiar en el que está enmarcada esta iniciativa. Finalmente, se explorarán las dudas e inquietudes sobre el *Programa* y se realizará un registro de datos de la familia.

PASO 1

La persona facilitadora recibirá a la familia en el lugar acordado para el encuentro, preferentemente, en la sede del proyecto o servicio de preservación familiar. En caso de que la familia acuda por primera vez al lugar, es adecuado recibirla en la entrada y dirigirla al espacio dónde se llevará cabo el encuentro.

La persona facilitadora deberá presentarse de forma cálida y cercana, y describirá el rol que desempeña en el proyecto o servicio, y su rol en el *Programa de promoción y apoyo a las parentalidades en positivo*.

Asimismo, la persona o personas que acuden también deberán presentarse con algunos datos básicos como: nombre, edad, número de niños o niñas a cargo, nombre y edad de cada niño o niña o personas que viven en casa. En el Anexo SUF se presenta un registro de los datos que la persona facilitadora deberá conocer de la familia. Se recomienda recopilar estos datos a lo largo de la sesión mostrando interés por la situación familiar.

PASO 2

Es fundamental tener en cuenta el contexto de derivación o la forma en que la familia ha llegado al proyecto o servicio de preservación familiar, y explorar la motivación que le lleva a acudir a la sesión.

Las preguntas para tratar este tema pueden ser parecidas a estas, tener en cuenta que se ofrecen ejemplos en primera persona del singular que podrán ser adaptados al plural en caso que acudan 2 o más personas a la sesión:

- ¿Qué te ha motivado a acudir a esta sesión?
- ¿Conoces este proyecto/servicio?
- ¿Sabes en qué consiste el Programa de promoción y apoyo a las parentalidades en positivo?
- ¿Cómo te enteraste del Programa? (en el caso de conocerlo previamente)
- ¿Qué te motiva para participar en el Programa? (en el caso de verbalizar su interés en participar)

PASO 3

En este paso se realizará una breve explicación sobre el Programa de promoción y apoyo a las parentalidades en Positivo y los módulos que lo integran.

La persona facilitadora puede comenzar este paso de la siguiente forma:

El Programa que desarrollamos permite a las familias participantes conocer y adquirir nuevas herramientas y estrategias que ayudan a posicionarse de una manera diferente ante los desafíos de la crianza. El objetivo principal es fortalecer y empoderar a las familias y que adquieran confianza en sus propias habilidades y capacidades como padres y madres. Se llevará a cabo de manera grupal, es decir, junto a otras familias con situaciones, preocupaciones e inquietudes similares, y también existirá un acompañamiento individual. Por último, señalar que es un Programa que se organiza en diferentes módulos que os explicaremos a continuación.

Figura 1. Módulos del Programa de promoción y apoyo a las parentalidades en positivo



- **Evaluación inicial de las competencias parentales** a través de la aplicación de la Entrevista para la Evaluación de Competencias Parentales (ECP-12; Hidalgo et al., 2023).

Para explicar este módulo, la persona facilitadora puede apoyarse en el siguiente texto:

Antes de comenzar las sesiones grupales mantendremos una entrevista familiar en la que trataremos diferentes aspectos relacionados con la crianza. Esta entrevista permitirá conocer y entender mejor las fortalezas y necesidades de apoyo, a partir de las cuales trabajaremos junto a otras familias en el siguiente módulo (Intervención grupal psicoeducativa). Es importante saber que, una vez terminadas las sesiones grupales, volveremos a mantener una nueva entrevista familiar para conocer las mejoras y los cambios producidos.

Siguiendo con las orientaciones de aplicación de la ECP-12 recogidas en el Manual Técnico de la Entrevista para la Evaluación de Competencias Parentales, ECP-12 (Hidalgo et al., 2023) en el caso de familias con varios hijos e hijas, la entrevista se centrará en el hijo o hija que muestre más necesidades de intervención.

- **Intervención grupal psicoeducativa**

Para explicar este módulo, la persona facilitadora podrá describirlo de la siguiente manera:

Tras la entrevista familiar tendrán lugar las sesiones grupales en las que participarán otras madres o padres que comparten experiencias e inquietudes similares a las tuyas/vuestras. Estos espacios grupales permiten a las familias reflexionar sobre situaciones cotidianas, apoyarse mutuamente y, fortalecer y mejorar sus conocimientos, habilidades y estrategias para la crianza, es decir, sus competencias parentales. El contenido de las sesiones estará basado en 12 competencias parentales necesarias para desempeñar de manera positiva y satisfactoria, la tarea de ser madre o padre.

Es recomendable ofrecer a la familia información general sobre las sesiones grupales: duración aproximada de los encuentros, profesional o profesionales que les acompañarán durante las sesiones, lugar de celebración, etc.

- **Evaluación del impacto en las competencias parentales** a través de la aplicación de la Entrevista para la Evaluación de las Competencias Parentales (ECP-12; Hidalgo et al., 2023).

Para explicar este módulo, la persona facilitadora puede apoyarse en el siguiente texto:

Al finalizar las sesiones grupales mantendremos de nuevo una entrevista familiar en la que trataremos diferentes aspectos relacionados con la crianza. Esta entrevista permitirá conocer la mejora en las competencias parentales con respecto a la evaluación inicial.

- **Acompañamiento**

La persona facilitadora podrá explicar el módulo de una forma similar a esta:

Teniendo en cuenta que cada familia es única y tiene sus propias necesidades y circunstancias, el Módulo de Acompañamiento está dirigido a apoyar y abordar de manera individual y familiar, aspectos relacionados con la crianza y el fortalecimiento de las competencias parentales. Estas sesiones podrán llevarse a cabo durante el desarrollo de las sesiones grupales o una vez finalizadas.

En el capítulo *Estructura y características formales del Programa* del Manual Técnico se describen los cinco módulos.

PASO 4

La persona facilitadora explorará las dudas e inquietudes de la familia sobre su participación en el *Programa*. Para ello, realizará una serie de preguntas abiertas y tras las respuestas, ofrecerá a la familia las observaciones convenientes.

Las preguntas y las observaciones pueden ser parecidas a estas, tener en cuenta que, se ofrecen ejemplos en primera persona del singular que podrán ser adaptados al plural en caso que acudan dos o más personas a la sesión:

- *¿Qué te parece el Programa?*
- *¿Alguna vez te has planteado participar en un programa de apoyo a la crianza?*

Teniendo en cuenta la complejidad de la crianza, es normal que madres, padres o personas que tienen a su cuidado a niños y niñas, sientan en algún momento la necesidad de sentirse apoyados y acompañados, y poder compartir con otras familias, preocupaciones, dudas e inquietudes.

- *¿Cuáles son tus expectativas con respecto a la participación en este Programa?*

No tenemos soluciones mágicas para todas las dificultades que surgen en la vida cotidiana, sin embargo, la participación en el Programa permitirá sentir una mayor confianza y seguridad en las propias habilidades y capacidades para hacer frente a los retos que vayan surgiendo durante la crianza de los hijos e hijas. Además, descubriremos conjuntamente nuevas herramientas y estrategias que van a facilitar el día a día.

- *¿Hay alguna cuestión que te preocupe sobre la participación en el Programa?*

En este Programa no se pretende juzgar a nadie como padre o madre. El objetivo es compartir estrategias y herramientas para que cada familia pueda aplicar las que considere y cuando crea

conveniente, y las adapte en función de su situación y circunstancias, teniendo siempre presente el buen trato y el interés superior de niños, niñas y adolescentes.

PASO 5

La persona facilitadora al final de la sesión debe hacer un resumen de los temas tratados, resaltando aspectos concretos de la familia relacionados con la toma de conciencia sobre su desempeño parental, su participación en el *Programa* y los posibles beneficios para toda la familia, especialmente para las niñas o niños que tiene a su cuidado. Asimismo, es recomendable hacer hincapié en la importancia del apoyo y acompañamiento que se ofrece en el *Programa*, tanto familiar como grupal, siendo ambas modalidades complementarias entre sí, generando una experiencia positiva y enriquecedora para la familia participante.

De igual forma, se deberá concretar con la familia su continuidad o no en el *Programa*. Para ello, es recomendable tener en cuenta tanto las características de la familia, sus circunstancias psicosociales, así como, las necesidades de apoyo a nivel de competencias parentales y las necesidades de los niños, niñas o adolescentes a cargo, entre otros aspectos que la persona facilitadora considere pertinentes. En ocasiones, la situación en su complejidad lleva a retrasar la participación de las figuras parentales en el *Programa* o incluso desestimarla.

En caso de que la familia continúe, la persona facilitadora debe confirmar que tiene la información básica y necesaria (Anexo SUF) para que las figuras parentales avancen hacia el siguiente módulo del *Programa*.

Finalmente, la persona facilitadora expresará un mensaje amable y cálido de cierre de la sesión, valorando de forma positiva el interés de la familia y agradeciendo su confianza durante esta primera sesión.

Ideas clave

- La forma de ejercer como padre, madre o figura parental influye en el bienestar de los niños, niñas o adolescentes que se tienen a cargo.
- Fortalecer o mejorar las prácticas parentales es posible y no se puede dejar pasar, los hijos e hijas necesitan esas buenas prácticas en el presente.
- La tarea de ser padre o madre puede generar sentimientos de alegría, satisfacción, ternura y también otros como frustración, enfado o tristeza.
- Buscar apoyos para ejercer una parentalidad positiva y responsable ayudará a padres, madres u otras figuras a sentirse acompañados en su labor y a contar con una red de apoyo real para la crianza y los cuidados de las niñas, niños o adolescentes a su cargo.

- El *Programa de promoción y apoyo a las parentalidades en positivo* es una forma de apoyo a la parentalidad, que permite compartir la experiencia de ser padre o madre con personas que atraviesan situaciones similares.

Material de consulta

Hidalgo, M.V., Jiménez, L., Lorence, B. y Sánchez, M. (2023). *Entrevista para la evaluación de competencias parentales ECP-12. Manual técnico* (ed. rev.). Cruz Roja Española. https://www2.cruzroja.es/documents/5640665/1477765791/Manual+T%C3%A9cnico+ECP-12_Espa%C3%B1ol+%28Actualizado+2023%29+%281%29.pdf/f04c6c41-2616-835a-4ff7-77f7c02e80ca?t=1696341960677

Anexo SUF

Registro de datos

En paralelo al diálogo que se genere a lo largo de la sesión, la persona facilitadora elegirá el momento más oportuno — en coherencia con la conversación que se esté produciendo — para recoger o completar, según el caso, la información básica y necesaria, de cara a la participación de la figura o figuras parentales en el Programa.

Esta información se podrá incorporar en los sistemas de información de la entidad responsable de la ejecución del Programa, respetando en todo momento la Ley de Protección de Datos.

Los datos mínimos que se sugiere recoger serían los siguientes:

- Información de los miembros que componen la familia:
 - ◇ Nombre
 - ◇ Fecha de nacimiento
 - ◇ Domicilio familiar
 - ◇ Teléfono de contacto
 - ◇ Situación laboral y ocupación
 - ◇ Número de niños o niñas a cargo
 - ◇ Nombre y edad de de cada niño o niña
 - ◇ Nombre del centro educativo al que asisten los niños y niñas
 - ◇ Curso escolar
 - ◇ Otros familiares o personas que conviven la vivienda familiar
 - ◇ Estructura familiar (biparental nuclear, monoparental, reconstituida)
- Situación familiar:
 - ◇ Hechos significativos de la unidad familiar relacionados con la necesidad de apoyo a la parentalidad

Sesión Sensibilización grupal (SG)

Objetivos específicos

- Dar a conocer el *Programa de promoción y apoyo a las parentalidades en positivo* de Cruz Roja y el proyecto o servicio de preservación familiar en el que está enmarcado, reconociendo las expectativas de la familia frente a esta experiencia.
- Presentar a las familias un espacio único de apoyo a la crianza y educación de los hijos o hijas, en el que podrán compartir con otras familias, vivencias, opiniones y formas diferentes de resolver las situaciones que se presentan.
- Concienciar a las figuras parentales sobre la parentalidad y su influencia en el bienestar de los niños y niñas.
- Acercar y normalizar el acompañamiento y apoyo a padres, madres y personas cuidadoras durante el proceso de crianza, fundamentalmente en aquellos momentos donde las figuras parentales se ven superadas por determinadas circunstancias que puedan afectar y condicionar el desarrollo de su parentalidad.

Materiales

- Pizarra
- Rotulador para pizarra o tiza
- Bolígrafos
- Video *Parentalidad Positiva*:
 - ◇ [Parentalidad positiva - YouTube](#)
- Píldora formativa *Competencias Parentales* dirigida a profesionales:
 - ◇ [Enlace: Competencias Parentales \(Profesionales\) - Visión de conjunto \(cruzroja.es\)](#)
- Anexo SG Ficha de inscripción en el Programa

Técnicas

- Exposición oral
- Lluvia de ideas
- Vídeo-forum
- Discusión dirigida

Duración

- Paso 1: 5 minutos
- Paso 2: 10 minutos
- Paso 3: 10 minutos
- Paso 4: 10 minutos
- Paso 5: 10 minutos
- Paso 6: 5 minutos

Tiempo total estimado: 50 minutos

Desarrollo de la sesión

La actividad grupal se celebrará en un espacio tranquilo, que podrá ser un aula del propio proyecto o servicio de preservación familiar en el que se desarrollen posteriormente las sesiones grupales del *Programa*, u otro espacio en los que participen las personas convocadas a la sesión de sensibilización (centros culturales, asociaciones, ayuntamiento, centro escolar, entre otros).

Para cumplir con los objetivos de la sesión, la persona facilitadora se presentará y dará, en primer lugar, la bienvenida a las familias. En segundo lugar, se realizará una lluvia de ideas sobre las necesidades de los niños, niñas y adolescentes y la importancia de la parentalidad. En tercer lugar, se explicará detalladamente el *Programa* y los diferentes módulos. En cuarto lugar, se presentará un vídeo relacionado con la parentalidad y se discutirá sobre ello. Finalmente, los y las participantes podrán plantear preguntas sobre el *Programa*.

PASO 1

En primer lugar, la persona facilitadora dará la bienvenida a las familias y explicará el motivo por el que han sido convocadas a esta sesión, así como el objetivo principal del proyecto o servicio de preservación familiar desde el que surge la iniciativa.

La introducción puede ser parecida a esta:

Bienvenidos y bienvenidas. Queremos daros las gracias por participar hoy en esta sesión sobre parentalidad positiva. El simple hecho de haber venido hoy aquí significa que dais importancia a la forma de criar a vuestros hijos e hijas, una tarea que como sabéis, en ocasiones resulta complicada y que requiere de paciencia, disponibilidad, creatividad, comprensión, afecto... Sabemos que también requiere apoyo y acompañamiento y para ello ofrecemos el Programa de promoción y apoyo a las parentalidades en positivo, que hace parte del proyecto/servicio con el que queremos fortalecer y ayudar a madres, padres u otras figuras de referencia a mejorar la forma de cuidar y educar a las niñas y los niños.

Asimismo, en este paso es importante que la persona facilitadora se presente de forma cercana y cálida. El clima grupal deberá caracterizarse por un ambiente de confianza, animando a los y las asistentes a expresar sus dudas y opiniones.

PASO 2

Antes de dar paso a la descripción del *Programa de promoción y apoyo a las parentalidades en positivo*, la persona facilitadora propondrá a las familias participantes una lluvia de ideas. Para ello, invitará a los y las asistentes a responder la siguiente pregunta:

- *Según vuestra experiencia, ¿qué creéis que necesita un niño o una niña para crecer feliz?*

A medida que las familias vayan aportando ideas, la persona facilitadora irá escribiéndolas en una pizarra. Para motivar y facilitar la participación del grupo en esta actividad se podrán ofrecer algunos ejemplos, especialmente si el grupo tiene menos iniciativa: sentirse querido, una alimentación saludable para crecer sano, momentos de juego, etc.

Una vez finalizada la lluvia de ideas, la persona facilitadora recopilará las ideas aportadas por todo el grupo y podrá concluir la actividad de la siguiente forma:

Como acabamos de ver, los niños, niñas y adolescentes tienen necesidades de diferentes tipos: emocionales/afectivas, físicas, sociales..., que deben ser atendidas y cubiertas por las personas que se encargan de su cuidado y educación. Como padres y madres esta es una de las tareas más importantes, que servirá para poner los cimientos que vuestros hijos e hijas necesitan para que el día de mañana sean personas seguras, autónomas y felices.

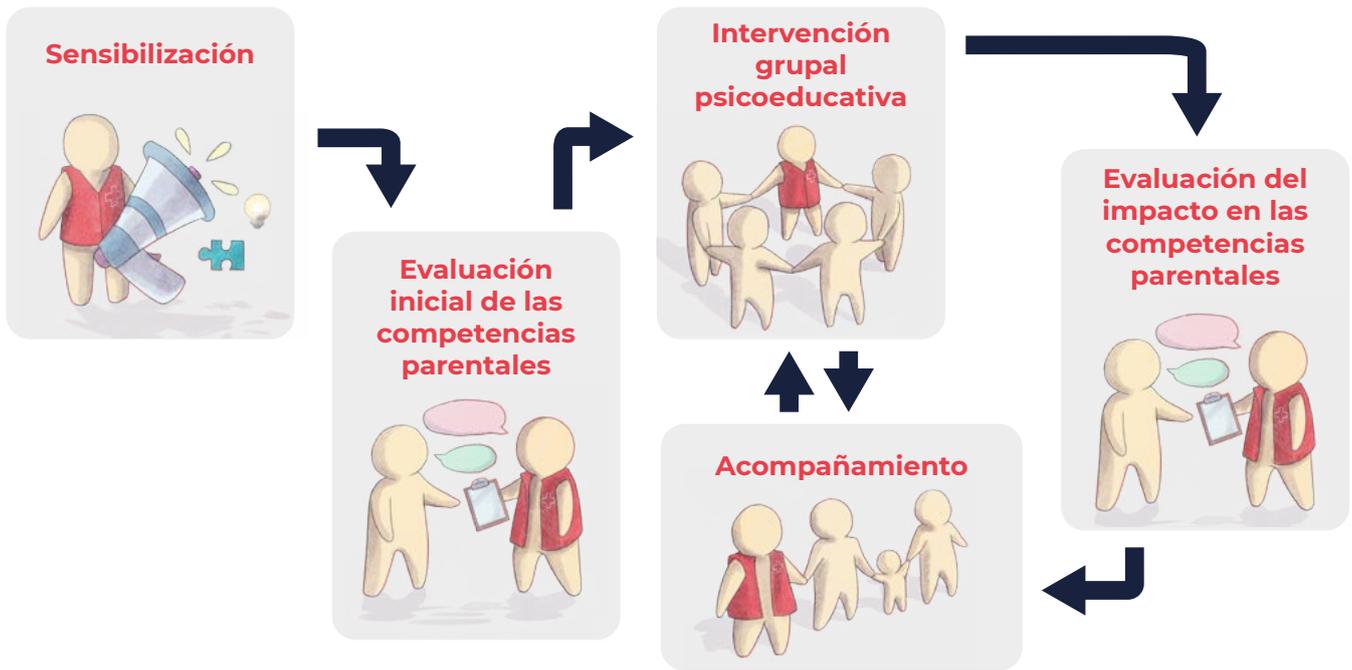
PASO 3

En este paso se realizará una breve explicación sobre el *Programa de promoción y apoyo a las parentalidades en positivo* y los módulos que lo integran.

La persona facilitadora puede comenzar este paso de la siguiente forma:

El Programa que desarrollamos permite a las familias participantes conocer y adquirir nuevas herramientas y estrategias que ayudan a posicionarse de una manera diferente ante los desafíos de la crianza. El objetivo principal es fortalecer y empoderar a las familias y que adquieran confianza en sus propias habilidades y capacidades como padres y madres. Se llevará a cabo de manera grupal, es decir, junto a otras familias con situaciones, preocupaciones e inquietudes similares, y también existirá un acompañamiento individual. Por último, señalar que es un Programa que se organiza en diferentes módulos que os explicaremos a continuación.

Figura 1. Módulos del Programa de promoción y apoyo a las parentalidades en positivo



- **Evaluación inicial de las competencias parentales** a través de la aplicación de la Entrevista para la Evaluación de Competencias Parentales (ECP-12; Hidalgo et al., 2023).

Para explicar este módulo, la persona facilitadora puede apoyarse en el siguiente texto:

Antes de comenzar las sesiones grupales mantendremos una entrevista familiar en la que trataremos diferentes aspectos relacionados con la crianza. Esta entrevista permitirá conocer y entender mejor las fortalezas y necesidades de apoyo, a partir de las cuales trabajaremos junto a otras familias en el siguiente módulo (Intervención grupal psicoeducativa). Es importante que conozcáis que, una vez terminadas las sesiones grupales, volveremos a mantener una nueva entrevista familiar para conocer las mejoras y los cambios producidos.

Siguiendo con las orientaciones de aplicación de la ECP-12 recogidas en el Manual Técnico de la Entrevista para la Evaluación de Competencias Parentales, ECP-12 (Hidalgo et al., 2023) en el caso de familias con varios hijos e hijas, la entrevista se centrará en el hijo o hija que muestre más necesidades de intervención.

- **Intervención grupal psicoeducativa**

Para explicar este módulo, la persona facilitadora podrá describirlo de la siguiente manera:

Tras la entrevista familiar tendrán lugar las sesiones grupales en las que participarán otras madres o padres que comparten experiencias e inquietudes similares a las vuestras. Estos espacios grupales permiten a las familias reflexionar sobre situaciones cotidianas, apoyarse mutuamente, fortalecer

y mejorar sus conocimientos, habilidades y estrategias para la crianza, es decir, sus competencias parentales. El contenido de las sesiones estará basado en 12 competencias parentales necesarias para desempeñar de manera positiva y satisfactoria, la tarea de ser madre o padre.

Es recomendable ofrecer a las personas participantes información general sobre las sesiones grupales: duración aproximada de los encuentros, profesional o profesionales que acompañarán a las familias durante las sesiones, lugar de celebración, etc.

- **Evaluación del impacto en las competencias parentales** a través de la aplicación de la Entrevista para la Evaluación de Competencias Parentales (ECP-12; Hidalgo et al., 2023).

Para explicar este módulo, la persona facilitadora puede apoyarse en el siguiente texto:

Al finalizar las sesiones grupales mantendremos de nuevo una entrevista familiar en la que trataremos diferentes aspectos relacionados con la crianza. Esta entrevista permitirá conocer la mejora en las competencias parentales con respecto a la evaluación inicial.

- **Acompañamiento**

La persona facilitadora podrá explicar este módulo de una forma similar a esta:

Teniendo en cuenta que cada familia es única y tiene sus propias necesidades y circunstancias, el Módulo de Acompañamiento está dirigido a apoyar y abordar de manera individual y familiar, aspectos relacionados con la crianza y el fortalecimiento de las competencias parentales. Estas sesiones podrán llevarse a cabo durante el desarrollo de las sesiones grupales o una vez finalizadas.

En el capítulo *Estructura y características formales* del Manual Técnico se describen los cinco módulos del Programa.

PASO 4

Se propondrá a los y las asistentes ver el video *Parentalidad Positiva* de Cruz Roja. En este video, se presentan algunos temas como los buenos tratos a la infancia, el concepto de interés superior del niño, niña o adolescente, la parentalidad positiva y las competencias parentales. Previamente a la sesión, la persona facilitadora podrá acceder a la píldora formativa *Competencias Parentales* para conocer con más detalle estos conceptos clave.

Tras la visualización del video, la persona facilitadora puede formular las siguientes cuestiones al grupo de asistentes:

- *¿Cómo os sentís frente a las responsabilidades y retos que conlleva la crianza y educación de un niño o niña?*
- *¿Cómo creéis que influye en la vida de vuestros hijos o hijas, la forma en ejercéis como padres, madres o figuras parentales?*

PASO 5

A continuación, la persona facilitadora explorará las dudas e inquietudes de las figuras parentales sobre su participación en el *Programa*. Para ello, realizará una serie de preguntas abiertas. Las preguntas y las observaciones pueden ser parecidas a estas:

- *¿Alguna vez os habíais planteado participar en un programa de apoyo a la crianza?*

Teniendo en cuenta la complejidad de la crianza, es normal que madres, padres o personas que tienen a su cuidado a niños y niñas, sientan en algún momento la necesidad de sentirse apoyados y acompañados, y poder compartir con otras familias, preocupaciones, dudas e inquietudes.

- *¿Qué esperáis conseguir al participar en este Programa?*

No tenemos soluciones mágicas para todas las dificultades que surgen en la vida cotidiana, sin embargo, la participación en el Programa permitirá sentir una mayor confianza y seguridad en las propias habilidades y capacidades para hacer frente a los retos que vayan surgiendo durante la crianza de hijos e hijas. Además, descubriremos conjuntamente nuevas herramientas y estrategias que van a facilitar el día a día.

- *¿Hay alguna cuestión que os preocupe sobre la participación en el Programa?*

Con este Programa no se pretende juzgar a nadie como padre o madre. El objetivo es compartir estrategias y herramientas para que cada familia pueda aplicar las que considere y cuando crea conveniente, y las adapte en función de su situación y circunstancias, teniendo siempre presente el buen trato y el interés superior de los niños, niñas y adolescentes.

PASO 6

Al finalizar la sesión, se facilitará una ficha (Anexo SG) a cada asistente, que permitirá la recogida de datos de las personas interesadas en participar en las sesiones grupales. Cabe señalar que esta información se deberá incorporar en los sistemas de información de la entidad responsable de la ejecución del *Programa*, respetando en todo momento la Ley de Protección de Datos.

Sería recomendable ofrecer a las familias los datos de contacto del proyecto o servicio de preservación familiar en el que esté integrado el Programa, a través de trípticos, folletos, tarjetas de presentación, etcétera. Ofreciendo la posibilidad, a las personas que se encuentren indecisas, valorar su participación y contactar posteriormente con los y las profesionales.

Ideas clave

- Todas las figuras parentales necesitan apoyos para desarrollar sus responsabilidades y hacer frente a los desafíos de la crianza.
- Sentirse apoyadas y acompañadas en la crianza, fortalece y empodera a las figuras parentales.

- La forma de criar, educar y cuidar a una niña, niño o adolescente influye e impacta en el su desarrollo y bienestar.
- No existen padres “buenos” o “malos” ni madres “buenas” o “malas”.
- Aprender y adquirir nuevas estrategias y pautas educativas producirá cambios positivos en los miembros de la familia.
- La parentalidad positiva es una forma de entender la crianza basada en el interés superior y el bienestar de niñas y niños.
- La familia tiene un papel fundamental en el desarrollo cognitivo, emocional, psicosocial y personal del niño, niña o adolescente.
- Los grupos de apoyo familiar permiten el intercambio de experiencias, opiniones e ideas entre figuras parentales.
- Participar en las sesiones grupales permitirá a las figuras parentales enriquecerse de las vivencias y experiencias de otras familias, y a su vez aportarán las suyas propias a otros padres o madres.

Material de consulta

Hidalgo, M.V., Jiménez, L., Lorence, B. y Sánchez, M. (2023). *Entrevista para la evaluación de competencias parentales ECP-12. Manual técnico* (ed. rev.). Cruz Roja Española. https://www2.cruzroja.es/documents/5640665/1477765791/Manual+T%C3%A9cnico+ECP-12_Espa%C3%B1ol+%28Actualizado+2023%29+%281%29.pdf/f04c6c41-2616-835a-4ff7-77f7c02e80ca?t=1696341960677

Anexo SG

Ficha de inscripción en el Programa

FICHA DE INSCRIPCIÓN

Nombre

Apellido(s)

Fecha de nacimiento

Teléfono de contacto

Correo electrónico

Número de niños o niñas a cargo

Edad de cada niño o niña

¿Estarías interesado o interesada en participar en las sesiones grupales?

En caso afirmativo, ¿qué aspectos de la crianza te gustaría que fueran tratados en las sesiones?

MÓDULO 2. EVALUACIÓN INICIAL DE LAS COMPETENCIAS PARENTALES

El objetivo del Módulo 2 consiste en identificar junto a las familias el estado de sus competencias parentales básicas y de su situación psicosocial, reconociendo sus fortalezas, puntos a mejorar y necesidades concretas de intervención. La participación de las familias en este módulo es fundamental y necesaria para poder continuar con el siguiente Módulo de Intervención grupal psicoeducativa.

Para abordar el objetivo del módulo se contempla la realización de dos sesiones:

- Entrevista de evaluación inicial de las competencias parentales
- Devolución de resultados de la evaluación inicial de las competencias parentales

Las sesiones transcurren correlativamente tras las sesiones de sensibilización y previamente al Módulo de Intervención grupal psicoeducativa. Se recomienda no superar un tiempo de tres meses entre la fecha de la evaluación inicial de las competencias parentales y el inicio de la intervención grupal. Adicionalmente, se insiste en la importancia de estudiar el marco teórico del *Programa* recogido en el capítulo de Fundamentación teórica y metodológica y el de Evaluación del Manual técnico.

Sesión Entrevista de evaluación inicial de las competencias parentales

Esta sesión está destinada a la administración de la Entrevista para la Evaluación de Competencias Parentales (ECP-12, Hidalgo et al., 2023). La aplicación de esta herramienta requiere formación específica y entrenamiento previo por parte de personal cualificado. La ECP-12 permite a las personas facilitadoras evaluar junto a las figuras responsables de la crianza y educación de niños, niñas y adolescentes doce competencias fundamentales para el ejercicio positivo de la parentalidad. Estas doce competencias son:

- 1 Estimulación y estructuración
- 2 Tiempo compartido en familia
- 3 Co-responsabilidad parental
- 4 Creencias y expectativas adecuadas sobre el desarrollo
- 5 Afecto, comunicación y aceptación
- 6 Implicación escolar
- 7 Normas y supervisión
- 8 Auto-regulación emocional

- 9 Percepción adecuada del rol parental
- 10 Afrontamiento de situaciones estresantes
- 11 Apoyo social
- 12 Gestión doméstica

Objetivos específicos

- Identificar las competencias parentales a reforzar y aquellas con mayor necesidad de mejora en las figuras parentales de las familias participantes.
- Promover la reflexión personal sobre el desarrollo del ejercicio de la parentalidad, identificando tanto fortalezas como necesidades de mejora.
- Favorecer una relación entre la persona facilitadora y la figura parental basada en la confianza, la seguridad y la empatía.

Características

- Sesión individualizada con cada familia.
- Sesión esencial para que la familia continúe con el siguiente módulo del *Programa*.
- Duración aproximada de 50-60 minutos.
- Se realiza en formato presencial.
- Se convoca a la principal figura parental, la que asume mayor responsabilidad en las tareas educativas.
- Pueden estar presentes y participar otros familiares adultos que compartan funciones educativas con la figura parental.
- Se programa o calendariza en consenso con la familia.

Orientaciones clave para la aplicación de la ECP-12

- Previo a la evaluación, la persona facilitadora debe identificar el hijo o la hija entre los 6 y 17 años en el que se centrará la entrevista.
- Es importante ser fiel a las orientaciones generales de aplicación y corrección de la herramienta recogidas en el Manual técnico de la ECP-12.
- Hay que preparar los documentos de apoyo para la evaluación como, por ejemplo, la hoja de registro de información.
- Es necesario recopilar y revisar la documentación disponible de la familia hasta el momento, para completar la valoración de los indicadores.
- Es importante favorecer la participación de la familia en la sesión:
 - ◇ Informando a la familia, previo a la sesión de evaluación, de los objetivos y características de la sesión, así como adquirir su consentimiento informado de participación.

- ◇ Acordando con la familia la fecha y hora para realizar la entrevista atendiendo a la situación y disponibilidad horaria de la familia.
- ◇ Creando un clima agradable y de confianza para que la entrevista se produzca en el marco de una conversación amena y las figuras parentales no se sientan juzgadas.

Al finalizar la entrevista de evaluación inicial, se debe acordar con la familia una nueva fecha y hora para otro encuentro en el que se realizará la entrevista de devolución de los resultados.

Sesión Devolución de resultados de la evaluación inicial de las competencias parentales

Una práctica esencial de la evaluación familiar es la devolución de la información obtenida a las personas que han sido evaluadas, de una manera comprensible y operativa para los y las participantes (Pereira, 2009). Con este propósito y utilizando el formato de entrevista, se plantea una sesión de devolución de resultados obtenidos tras la administración de la ECP-12.

Objetivos específicos

- Compartir y reflexionar con la familia sobre las competencias parentales que es necesario reforzar, así como aquellas con mayor necesidad de mejora según los resultados obtenidos en la ECP-12.
- Exponer una imagen integrada y global de la parentalidad que las personas ejercen, para que tengan una visión más ajustada de la realidad.
- Consensuar los contenidos que guiarán la planificación de trabajo en la Intervención grupal psicoeducativa y en las sesiones de Acompañamiento, en lo que se denomina el plan de apoyo parental.
- Orientar a las figuras parentales sobre los pasos a seguir en el itinerario de participación en el *Programa*, por ejemplo, fecha de inicio del siguiente módulo y otros datos de interés que faciliten la implicación de las figuras parentales.

Características

- Sesión individualizada con cada familia.
- Sesión esencial para que la familia continúe con el siguiente módulo del *Programa*.
- Duración aproximada de 50-60 minutos.
- Se realiza en formato presencial.
- Se convoca a todas las personas que hayan participado en la sesión de evaluación inicial.
- Se programa o calendariza en consenso con la familia.

Orientaciones clave

- La devolución la debe dar la misma persona que ha llevado a cabo la evaluación de competencias parentales.

- La persona facilitadora debe planificar con antelación esta sesión teniendo en cuenta los resultados de la evaluación de las competencias parentales.
- La devolución debe ser discriminativa, seleccionando aquellos resultados que sea necesario compartir porque estén estrechamente relacionados con los objetivos de trabajo en el plan de apoyo parental; y dosificada, dando la información poco a poco, en el orden y con la intensidad necesaria para que la familia pueda ir asimilándola.
- Desde el principio es necesario buscar la participación reflexiva de la familia en la presentación de los resultados de la evaluación.
- En general, se recomienda que la devolución se inicie con algo destacable y positivo de la familia para facilitar el paso a la reflexión conjunta de los resultados. Este inicio crea un marco adecuado para que la devolución sea escuchada por la familia sin sentirse juzgada. La persona facilitadora podrá transmitir mensajes similares a este:

Vuestra asistencia y participación en la sesión de hoy significa que estáis preocupados por la situación familiar, y que además, estáis dispuestos a trabajar para que ésta mejore.

- La presentación de resultados debe relacionarse con la información que se tiene de la familia. Por ejemplo, al obtener un nivel bajo en la competencia Implicación escolar y saber que el niño o niña necesita apoyo escolar por su bajo rendimiento académico, la persona facilitadora podrá abordar la situación de la siguiente forma:

Si te parece, podemos ir dando pasos para fortalecer esta competencia y que tu hijo mejore en el colegio. Se me ocurre, por ejemplo, empezar por conocer al tutor escolar de tu hijo, solicitándole una tutoría. De esta manera podrás también saber en qué asignaturas necesita más apoyo y ayuda.

- La devolución debe ser clara y comprensiva para la familia, repitiendo los resultados las veces que sean necesarias y aclarando cualquier duda que se tenga al respecto.
- La información debe llegar a todas las personas de la familia a quienes interese; si alguna, no ha podido acudir a la sesión de devolución puede ser conveniente entregar por escrito un informe de devolución a la familia tras el trabajo de la sesión.
- Esta sesión debe preparar y motivar a la familia para su participación en el siguiente módulo del Programa.

Material de consulta

Hidalgo, M.V., Jiménez, L., Lorence, B. y Sánchez, M. (2023). *Entrevista para la evaluación de competencias parentales* ECP-12. Manual técnico (ed. rev.). Cruz Roja Española. https://www2.cruzroja.es/documents/5640665/1477765791/Manual+T%C3%A9cnico+ECP-12_Espa%C3%B1ol+%28Actualizado+2023%29+%281%29.pdf/f04c6c41-2616-835a-4ff7-77f7c02e80ca?t=1696341960677

Pereira, R. (2009). Concluyendo la entrevista. La devolución en terapia familiar. *Norte de Salud Mental*, 8 (35), 8-19.

MÓDULO 3. INTERVENCIÓN GRUPAL PSICOEDUCATIVA

FASE CREACIÓN DE GRUPO (CG)

Sesión Empezando a conocernos (CG 1)

Objetivos específicos

- Dar la bienvenida a las familias que van a participar en las sesiones.
- Presentar a la persona facilitadora que va a acompañar a las familias durante las sesiones grupales y describir su rol.
- Promover un clima de apertura cómodo y tranquilo que favorezca el conocimiento mutuo y personal entre las figuras parentales.
- Fomentar la construcción de una alianza basada en la confianza, respeto y colaboración entre el grupo y la persona facilitadora y entre los miembros del grupo.
- Dar a conocer el contenido, estructura, metodología, temporalidad y objetivos de las sesiones.
- Consensuar con el grupo la confidencialidad y las normas que guiarán el buen funcionamiento de las sesiones.

Materiales

- Pegatinas rectangulares blancas
- Pósters de colores de tamaño grande (76 x 127 mm)
- Bolígrafos
- Pizarra y rotulador para pizarra
- Pinturas o rotuladores de colores
- Cartulina A3
- Pegatinas decorativas
- Cinta adhesiva
- Recortes de revistas o periódicos
- Pegamento de barra
- Celo
- Ordenador

- Proyector
- Presentación con la descripción de cada sesión (opcional)
- Anexo CG 1.1 Cuento: La tribu (parte I)
- Anexo CG 1.2 Cronograma y compromiso de participación

Técnicas

- Exposición oral
- Puesta en común
- Lluvia de ideas
- Discusión dirigida
- Técnicas de expresión artística

Duración

- Paso 1: 15 minutos
- Paso 2: 10 minutos
- Paso 3: 15 minutos
- Paso 4: 15 minutos
- Paso 5: 10 minutos

Tiempo total estimado: 1 hora y 05 minutos

Desarrollo de la sesión

En este primer encuentro, la persona facilitadora deberá favorecer la creación de un clima seguro y tranquilo que permita a los miembros del grupo presentarse y conocerse, promoviendo la interacción entre ellos. Por tanto, se propondrá una dinámica de presentación, en la que los y las participantes deberán exponer de manera breve, información básica personal y de su familia, y posteriormente, se realizará la actividad *Encuentra a tu pareja* que permitirá a los miembros del grupo conocerse y relacionarse entre ellos. Además, se establecerán de manera consensuada unas normas de funcionamiento de grupo, a partir de la lectura del cuento *La tribu (parte I)*. Por último, se presentarán los contenidos de las sesiones grupales, así como la periodicidad y la metodología a utilizar para su desarrollo.

PASO 1

En este primer paso se pretende facilitar el acercamiento y fomentar un clima positivo y de confianza que facilite la alianza entre el grupo y la persona facilitadora. Además, también se pretende que los diferentes integrantes del grupo perciban al grupo en sí como un contexto seguro y de confianza.

Para comenzar, la persona facilitadora iniciará la sesión dando la bienvenida a las familias y presentándose como la persona encargada de acompañarlas durante las sesiones. A continuación, se invitará a las familias a presentarse brevemente, compartiendo de manera verbal, algunos datos personales, como, por ejemplo:

- *Nombre*
- *Edad*
- *Número de hijos o hijas*
- *Nombre de los hijos o hijas*
- *Edad de los hijos o hijas*
- *Expectativas sobre las sesiones grupales*

Además, se repartirá una pegatina y un rotulador a cada participante indicándoles que deben apuntar su nombre en ella y colocarla en un lugar visible, de esta forma será más fácil recordarlo.

PASO 2

Tras la presentación de todas las familias, se propondrá la aplicación de la actividad *Encuentra a tu pareja*. Para ello, se entregará a cada participante un pósito y un bolígrafo, y tendrán que escribir la respuesta de las siguientes preguntas que la persona facilitadora formulará en voz alta:

- *¿Cuál es tu color preferido?*
- *¿Cuál es tu afición favorita?*
- *¿En qué país/ciudad/pueblo naciste? (dependiendo de si hay personas inmigrantes)*
- *¿Cómo describirías con una sola palabra, ser madre o padre?*

Una vez contestadas, cada participante se pegará el pósito en la espalda y deberá moverse por la clase buscando a una persona con quien coincida, al menos en una respuesta; una vez identificadas entre sí, las personas compartirán y comentarán sus respuestas. Posteriormente, se dedicarán unos minutos a exponer en gran grupo las respuestas de las y los participantes con la finalidad de incrementar la cohesión del grupo y el conocimiento de los y las participantes.

PASO 3

En este paso se pretende promover la cohesión grupal y el sentimiento de pertenencia al grupo a través de la lectura del cuento *La tribu (parte I)* (Anexo CG 1.1).

Tras la lectura del cuento, los y las participantes deberán acordar un nombre de grupo. Las instrucciones podrían ser parecidas a estas:

Este grupo que hemos formado desde hoy es una tribu, tal y como narra el cuento que acabamos de leer. Como sabéis, todos los miembros de una tribu tienen elementos comunes que les hacen especiales

y les caracteriza por pertenecer a ella. Además, todas las tribus tienen un nombre que les identifica y una serie de normas o leyes básicas que facilitan su buen funcionamiento. Os proponemos, como tribu, pensar entre todos y todas un nombre y unas normas básicas de convivencia que gobernarán este grupo. Primero, empezaremos por el nombre.

La persona facilitadora ayudará a las familias a pensar, en primer lugar, un nombre que caracterice o defina el grupo. Para fomentar elementos de reflexión que ayuden a decidir el nombre, se sugiere utilizar las siguientes preguntas guía:

- *Todos los que estáis aquí, sois padres o madres ¿pensáis que el nombre con el que bauticemos a la tribu puede estar relacionado con la crianza o la educación de los hijos e hijas?*
- *¿Qué le puede gustar hacer a la tribu con sus hijos e hijas?*
- *¿Qué le cuesta hacer a la tribu con sus hijos e hijas?*
- *¿Qué quiere aprender en estas próximas sesiones la tribu?*
- *Como tribu, ¿creéis que tenéis algún aspecto o característica común que nos ayude a poner un nombre al grupo?*

La persona facilitadora planteará una lluvia de ideas con las propuestas de nombre, que se irán escribiendo en una pizarra de tal forma que se puedan ver todas las alternativas. Finalmente, las familias debatirán y elegirán uno de los nombres propuestos.

PASO 4

Una vez decidido el nombre del grupo, se deberán proponer las normas de funcionamiento. A través de una lluvia de ideas, se pretende establecer y consensuar unas normas básicas que favorezcan la convivencia en el grupo. Para ello, la persona facilitadora podrá utilizar el siguiente mensaje:

¡Enhorabuena, grupo! Ya tenéis un nombre. A partir de ahora os llamáis: -decir el nombre que han decidido-. Este nombre incluso lo podéis utilizar si queréis crear un grupo de WhatsApp. Ahora vamos a seguir con otro elemento muy importante para que los grupos funcionen bien: las normas. Para ello, os lanzo una pregunta e iré apuntando vuestras ideas en la pizarra: ¿cuáles son las normas que este grupo debe tener?

Es importante que aparezcan normas relacionadas con los siguientes contenidos: el respeto (por ejemplo, mantener silencio mientras otra persona habla), la tolerancia (por ejemplo, respetar las distintas opiniones y que todas las opiniones respeten los derechos humanos), la confidencialidad (por ejemplo, asegurar que el contenido revelado en el grupo por una persona no puede ser comunicado a terceros fuera del grupo), el compromiso de asistencia o la puntualidad.

Una vez acordadas las diferentes normas, la persona facilitadora entregará una cartulina grande al grupo. En esa cartulina, el grupo deberá escribir el nombre y las distintas normas. Además, se invitará a los y las participantes a decorar la cartulina facilitándoles diferentes materiales: pinturas o rotuladores de colores, pegatinas, cinta

adhesiva, fotos o recortes de revistas o periódicos, etc. Para ello, se invitará a cada participante a dibujar o incorporar algo a su gusto en la cartulina relacionado con “ser padre” o “ser madre”.

Una vez terminada, la cartulina se colocará en un lugar visible de la sala durante las próximas sesiones, estando siempre presente en el grupo. Además, se les animará a los y las participantes a describir aquellos elementos que han dibujado relacionados con la parentalidad.

Finalmente, la persona facilitadora explicará que estas normas pueden ser revisadas o modificadas en cualquier momento.

PASO 5

Para finalizar esta primera sesión grupal, se presentarán las sesiones previstas como parte de la intervención grupal, ofreciendo una breve descripción del contenido de cada una: nombre y título de la sesión, objetivo de la sesión, fecha y horario, y lugar de las sesiones. Además, se invitará a los y las participantes a compartir las dudas que tengan respecto a las sesiones. La persona facilitadora se podrá ayudar de una presentación en diapositivas para este paso. Así, también es pertinente llevar la calendarización impresa para ser entregada a los y las participantes, en este mismo documento se recoge el compromiso de participación que las familias deben firmar en señal de acuerdo y aceptación (véase Anexo CG 1.2). Se recomienda imprimir dos copias, una de ellas será guardada por el propio participante y la otra, por la persona facilitadora.

Ideas clave

- El rol de la persona facilitadora es acompañar a las familias durante las sesiones, desde una propuesta de interacción horizontal con la finalidad de que sean las propias familias quienes van descubriendo y construyendo los aprendizajes.
- El acercamiento entre los y las participantes es necesario para crear un clima de encuentro y conocimiento mutuo.
- Para el buen desarrollo del *Programa* es importante que los y las participantes conozcan y comprendan el contenido, estructura, metodología, temporalidad y objetivos de cada una de las sesiones que lo componen.
- Es normal que las figuras parentales sientan la necesidad de apoyo y acompañamiento durante la crianza y educación de los hijos e hijas.
- Las sesiones de apoyo grupal permiten a las figuras parentales darse cuenta de que no están solas y que otras personas tienen dudas o preocupaciones similares a las suyas, posibilitando un espacio de encuentro, intercambio y apoyo.
- Ejercer la parentalidad es una tarea compleja, llena de retos y aprendizajes constantes; la mayoría de los padres y madres comparten dificultades similares en la crianza de los niños y niñas.
- El establecimiento de normas consensuadas es fundamental para el buen funcionamiento del grupo, creándose un sistema de valores compartido.

- El espacio en el que se desarrollarán las sesiones grupales es confidencial y seguro, no permitiéndose la divulgación de la información personal que se comparta en ellas.
- Es fundamental que las figuras parentales tomen conciencia de la importancia de respetar y no juzgar opiniones, puntos de vista o creencias de otras personas.

Practicando lo aprendido

Para garantizar la consolidación de lo aprendido a través de cada sesión, así como para apoyar y motivar su transferencia a la vida cotidiana, la persona facilitadora propondrá a las familias una actividad para realizar en casa. En este caso, se propondrá a los y las participantes que coloquen el documento *Cronograma y compromiso de participación* (Anexo CG 1.2) en un lugar visible de su casa. Para afianzar la comprensión y significado del consenso de las normas y aplicarlas en la convivencia del grupo, se pedirá a los y las participantes que durante la semana identifiquen tres normas importantes en casa, las escriban en el reverso de la hoja del cronograma y expliquen por qué las consideran importantes.

Anexo CG 1.1

Cuento: La tribu (parte I)

¿Qué es una tribu? Os preguntaréis.

Se trata de un grupo de personas muy especiales que han decidido compartir un espacio para conocerse y respetarse y sobre todo para aprender cosas nuevas.

La tribu vivía muy feliz en el espacio que compartían entre todas las madres y todos los padres. Era un espacio precioso, y lo vivían como un lugar seguro donde poder compartir experiencias y cosas que les iban sucediendo cuando salían de la tribu a la civilización.

La tribu como buen grupo tenía un nombre que habían elegido entre todas y todas, con el que se sentían identificados y que destacaba su mayor cualidad.

Además, la tribu tenía unas leyes, unas normas que gobernaban y que eran respetadas por todas las personas que la conforman. Esto era así, porque la propia tribu había creado estas leyes, teniendo en cuenta la opinión de cada uno/a. Para ellas y ellos era muy importante el respeto y no hacer nada que hiciera daño o molestara al resto, por ello les encantaba escucharse y no interrumpirse.

Lo que más les gustaba era saber que cada MARTES (decir el día de celebración de las sesiones) se reunían en un espacio cómodo, tranquilo y seguro en el que compartían cómo había transcurrido la semana en la civilización, y expresaban libremente, sus sentimientos, emociones, dudas y preocupaciones. En estos encuentros, cada integrante se sentía acogido y, sobre todo, no juzgado por el resto de compañeros y compañeras.

La tribu sabía que era un grupo importante y que eran especiales solo por el hecho de tener estas características que los definían, porque de lejos podrían reconocerse entre ellos y ellas.

La tribu era algo que habían creado conjuntamente y en ella había algo de cada uno y de cada una.

Continuará...

FASE DE CREACIÓN DE GRUPO (CG)

Sesión Avanzando juntos y juntas en el reto de la crianza (CG 2)

Objetivos específicos

- Fomentar la cohesión grupal.
- Presentar el concepto de competencia parental y las doce dimensiones necesarias para un ejercicio positivo de la parentalidad.
- Tomar conciencia de la propia parentalidad.
- Identificar fortalezas y áreas de mejora en el ejercicio del rol parental.

Materiales

- Doce cartulinas tamaño A3
- Goma removible para pegar las cartulinas (Blu-tack)
- Pegamento de barra
- Pinturas, preferiblemente de color azul
- Píldora formativa *Competencias Parentales* dirigida a profesionales:
 - ◇ [Competencias Parentales \(Profesionales\) - Visión de conjunto \(cruzroja.es\)](https://www.cruzroja.es)
- Píldora formativa *Competencias Parentales* dirigida a familias:
 - ◇ [Competencias Parentales \(Familias\) - Visión de conjunto \(cruzroja.es\)](https://www.cruzroja.es)
- Tarjetas rojas y verdes (dos verdes y dos rojas para cada participante)
- Bolígrafos
- Anexo CG 2.1 Cuento: La tribu (parte II)
- Anexo CG 2.2 Mi vaso de agua
- Anexo CG 2.3 Conectando las ideas (imágenes competencias parentales)
- Anexo CG 2.4 Conectando las ideas (nombre competencias parentales)
- Anexo CG 2.5 Conectando las ideas (solución)
- Anexo CG 2.6 Cuestionario de Actuaciones Parentales Percibidas (momento 1)

Técnicas

- Exposición oral
- Juego dirigido
- Técnicas de expresión artística
- Diálogos simultáneos
- Discusión dirigida
- Puesta en común
- Encuesta

Duración

- Paso 1: 20 minutos
- Paso 2: 20 minutos
- Paso 3: 20 minutos
- Paso 4: 10 minutos
- Paso 5: 10 minutos
- Paso 6: 10 minutos

Tiempo total estimado: 1 hora y 30 minutos

Desarrollo de la sesión

Inicialmente, se trabajará la cohesión y cooperación grupal a partir de la lectura de la segunda parte del cuento *La tribu (parte II)* que permitirá, además, introducir la actividad *Mi vaso de agua*. Posteriormente, la persona facilitadora propondrá a las familias descubrir las doce competencias parentales fundamentales para el ejercicio positivo la parentalidad. Por último, se explicará en qué consiste cada una.

PASO 1

La persona facilitadora introducirá este primer paso recordando que, durante la sesión anterior, se leyó la primera parte del cuento *La tribu*, que permitió elegir y acordar conjuntamente un nombre y unas normas básicas de funcionamiento y conducta dentro del grupo (se puede mostrar la cartulina elaborada en la sesión anterior para recordar el trabajo y acuerdos conseguidos). A continuación, se explicará que este cuento tiene una segunda parte (Anexo CG 2.1), que será leída por la personas facilitadora.

Tras la lectura del cuento, se trabajará la actividad *Mi vaso de agua* (Anexo CG 2.2) que la persona facilitadora entregará a cada participante. Se ofrecerá unas instrucciones similares a estas:

Esta segunda parte del cuento narra como la tribu se une y coopera para reconstruir una fuente más sólida y fuerte que les permita seguir disfrutando de su agua y del parque junto a sus hijos e hijas. Además, como hemos visto en el cuento, cada integrante de la tribu comparte con el resto sus habilidades, recursos y conocimientos, permitiendo realizar conjuntamente y con éxito, la tarea de arreglar la fuente. Con la crianza de los niños y niñas ocurre algo parecido, es una tarea compleja que, en ocasiones, requiere de apoyo y ayuda de otras personas para llevarla a cabo de manera positiva. Estas personas pueden ser familiares, amigos, profesionales, otros padres o madres...

Vamos a pensar ahora en el agua de la fuente para realizar la primera actividad, que consistirá en representar cómo os sentís ahora, en este momento, respecto a la tarea de ser madres o padres. Os vamos a entregar una hoja con un dibujo de un vaso y os vamos a pedir que coloréis su interior imaginando que es agua. Debéis de rellenar el vaso en función de cómo os encontréis como madre/padre: cuánto más vacío esté, querrá decir que os sentís con más intranquilidad, inquietud o preocupación; cuanta más agua coloréis en el vaso, será señal de más tranquilidad, calma y seguridad como padres y madres. Para facilitaros esta tarea, el vaso tiene unas medidas, el 1 es muy vacío y el 6 muy lleno. Además, una vez que hayáis coloreado, debéis intentar poner palabras a vuestras emociones y sentimientos como madres o padres y escribirlas en el último apartado que aparece en la hoja, llamado titular de hoy. Antes de colorear y escribir, os recomendamos que os toméis un tiempo para pensar y ser conscientes de cómo os sentís en este preciso momento y si hay algún sentimiento o emoción que destaque y predomine. Por último, recordaros que debéis escribir vuestro nombre y la fecha de hoy.

Para facilitar la concentración y fomentar la creatividad se podrá poner música relajante mientras se realiza la actividad.

A continuación, se invitará a cada participante a mostrar su vaso y comprobar junto al grupo si está vacío, medio o lleno. Asimismo, se pedirá a cada participante que comparta los motivos que le ha llevado a rellenar el vaso hasta la cantidad que haya coloreado y el titular que ha escrito. En último lugar, la persona facilitadora recogerá el anexo de cada participante y explicará que este material se volverá a utilizar más adelante en otras dos sesiones.

La actividad *Mi vaso de agua* se realizará en tres sesiones del Módulo Intervención grupal psicoeducativa:

- Sesión *Avanzando juntos y juntas en el reto de la crianza* (Fase Creación de grupo, CG), es decir, en esta sesión.
- Sesión *Las competencias parentales y vida cotidiana* (Fase Consolidación de aprendizaje, CA)
- Sesión *Mis competencias parentales antes y ahora* (Fase Cierre, C).

PASO 2

En este segundo paso se desarrollará la actividad *Conectando las ideas*. Para ello, se dividirá a los y las participantes en tres pequeños grupos y se entregará a cada grupo doce tarjetas con imágenes (distintas imágenes para cada grupo, correspondiente al Anexo CG 2.3) y doce tarjetas con el nombre de las Competencias Parentales (Anexo CG 2.4). La actividad consiste en unir la imagen con el nombre de cada competencia que le corresponde. Las indicaciones para realizar esta actividad podrían ser parecidas a estas:

Ahora os proponemos un juego de tarjetas para realizar en pequeños grupos, relacionado con doce competencias parentales, es decir conocimientos, habilidades y estrategias para la crianza, educación y cuidado de los niños y niñas. Os hemos entregado a cada grupo veinticuatro tarjetas, doce tienen escrito el nombre de una competencia parental y otras doce una imagen. El objetivo es emparejar cada competencia con la imagen que la describa.

Los miembros de cada pequeño grupo podrán realizar todos los intentos posibles para unir las parejas de tarjetas (nombre de la competencia parental e imagen). Se recomienda realizar esta actividad sobre una mesa u otra superficie. Se destinarán 10 minutos aproximadamente para completar la actividad.

PASO 3

Una vez finalizado el paso anterior, se hará una puesta en común para comprobar el emparejamiento de las tarjetas y, en caso de error, se intentará que el grupo construya la respuesta acertada. A medida en que se vaya resolviendo la actividad, la persona facilitadora podrá ir mostrando una cartulina de cada competencia parental, que contenga la tarjeta con el nombre y las tres tarjetas de imágenes (solución actividad *Conectando las ideas*, correspondiente al Anexo CG 2.5) y las irá pegando en la pizarra o en las paredes del aula. Estas doce cartulinas deberán prepararse antes del inicio de la sesión.

Asimismo, este material podrá ser de utilidad y de apoyo en los siguientes pasos de la sesión, así como, para el resto de las sesiones grupales, como, por ejemplo, *Las competencias parentales y vida cotidiana* (CA 1).

Posteriormente, para fomentar la participación y reflexión sobre las competencias parentales, la persona facilitadora podrá utilizar las siguientes preguntas:

- *¿Conocíais las competencias parentales? ¿las doce?*
- *De las doce competencias, ¿destacaríais alguna? ¿por qué motivo?*
- *¿Hay alguna competencia parental que os haya resultado más difícil de emparejar?*
- *¿Hay alguna imagen que os haya llamado más la atención o con la que os sintáis identificados?*

PASO 4

En este paso la persona facilitadora explicará brevemente en qué consisten las doce competencias parentales fundamentales para un ejercicio positivo de la parentalidad. Para el desarrollo de este paso, se recomienda apoyarse en las píldoras formativas online sobre competencias parentales de Cruz Roja.

PASO 5

Se entregará a cada participante dos tarjetas, una tarjeta verde y una roja, que servirán para identificar como se sienten frente a las competencias. Se invitará a cada persona a levantarse y pegar la tarjeta roja en la cartulina de la competencia en la que se siente más débil y la verde en la que se siente más fuerte. Además, cada participante comentará los motivos que le ha llevado a pegar la cartulina roja en una competencia y la cartulina verde en otra.

PASO 6

Como cierre de la sesión, se pedirá a cada participante que cumplimente el Cuestionario de Actuaciones Parentales Percibidas (Anexo CG 2.6). Con esta breve evaluación se pretende conocer el grado de presencia en la vida cotidiana de doce acciones concretas asociadas a cada una de las doce competencias. Una vez completado el cuestionario, será entregado a la persona facilitadora.

Los y las participantes cumplimentarán nuevamente este cuestionario en la sesión *Mis competencias parentales antes y ahora (C)*, con el fin de verificar el efecto de la intervención grupal psicoeducativa en el estado de las competencias parentales desde la propia percepción de las familias.

Ideas clave

- Teniendo en cuenta la complejidad de la crianza, es fundamental que las personas que tienen niños y niñas a su cargo tengan acceso a servicios o recursos de apoyo para el fortalecimiento de su desempeño parental.
- La parentalidad implica a las figuras parentales y a los niños y niñas, tiene que ver con los comportamientos que se dan entre ambos, las relaciones familiares y sociales, y las creencias y sentimientos sobre la crianza y los cuidados en la infancia y adolescencia.
- Ejercer de manera positiva la parentalidad permite a los niños y niñas desarrollarse de manera sana y adecuada.
- La parentalidad positiva es una forma de entender y asumir la crianza basada en el interés superior y el bienestar del niño o la niña.
- Las competencias parentales son entendidas como aquellos comportamientos, sentimientos, actitudes, conocimientos, habilidades y estrategias necesarias para un ejercicio adecuado de las tareas y responsabilidades que requiere la parentalidad positiva.
- Existen doce competencias parentales que tienen un papel importante en el cuidado y educación de los niños y niñas.
- Todas las figuras parentales tienen fortalezas y potencialidades para ejercer la parentalidad de manera positiva. La toma de conciencia del grado de desarrollo de cada competencia parental ayuda a la mejora de las competencias.

Practicando lo aprendido

Para garantizar la consolidación de lo aprendido, se pedirá a los y las participantes que se lleven a casa una tarjeta verde y otra roja similar a la del paso 5, que deberán situar en un lugar visible, por ejemplo, junto al cronograma de la sesión anterior. Durante la semana tendrán que observar una situación que hayan resuelto positivamente (tarjeta verde) y otra situación que no hayan resuelto satisfactoriamente (tarjeta roja).

Anexo CG 2.1

Cuento: La tribu (parte II)

Todas las tardes la tribu acudía junto a los niños y niñas a un precioso parque, era un lugar tranquilo y bello, lleno de árboles, plantas y flores de diversos colores, que alegraban y animaban a cualquiera que transitara por el.

Este momento del día era el más especial y el favorito de todos y todas, ya que la tribu al completo compartía y disfrutaba de momentos de ocio, juego y diversión.

En el centro del parque había una gran fuente de la que emanaba un agua clara y limpia, que refrescaba a quien se arrimara a beber de ella. Con el paso de los años la fuente se había deteriorado mucho, apareciendo grandes grietas por las que se escapaba el agua impidiendo a las personas, que se paseaban por el parque y se acercaban a ella, calmar su sed. Sin embargo, la rotura de la fuente había conseguido algo bueno, y es que el agua que se desprendía de las grandes aberturas, había hecho crecer toda la vegetación, luciéndose un precioso paisaje, por ello la consideraban una fuente muy especial.

En una de las reuniones de los martes, de las que precisamente os hablamos el otro día en la primera parte de este cuento, uno de los integrantes de la tribu manifestó su gran preocupación por el terrible estado de la fuente, la cual tantas veces les había ayudado a refrescarse y a paliar el calor del verano. La tribu pensó que debía hacer algo, por lo que decidieron de forma unánime arreglarla, colaborando y cooperando en la tarea, aportando cada integrante sus conocimientos, habilidades y recursos para la reconstrucción de la fuente, haciéndola sólida y hermosa. Además, se instauró una nueva ley, y es que, a partir de ese momento, todos debían encargarse de regar y seguir cuidando los frondosos árboles y las bellas plantas y flores que habitaban en el parque.

Por este motivo, esa fuente y ese parque eran tan especiales para la tribu, ya que entre todos y todas habían conseguido crear un espacio precioso, tranquilo y, sobre todo, único, en el que poder compartir momentos y experiencias inolvidables.

FIN

Anexo CG 2.2

Mi vaso de agua

Nombre y apellido(s)

Fecha



Titular de hoy

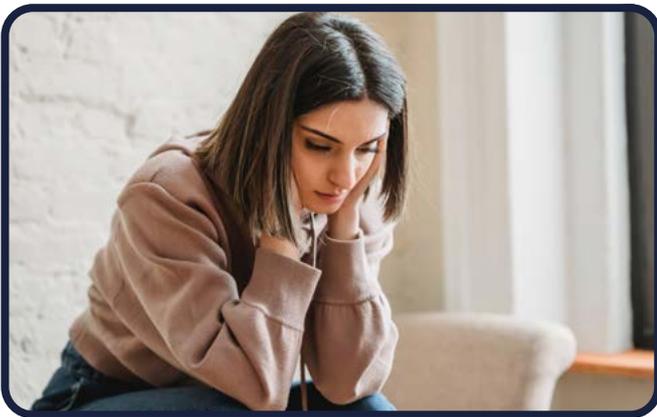
Anexo CG 2.3

Conectando las ideas (imágenes competencias parentales)











Anexo CG 2.4

Conectando las ideas (nombre competencias parentales)

**Estimulación y
estructuración**

**Tiempo compartido
en familia**

**Co-responsabilidad
parental**

**Creencias y expectativas
adecuadas sobre el
desarrollo**

**Afecto, comunicación
y aceptación**

Implicación escolar

Normas y supervisión

**Auto-regulación
emocional**

**Percepción adecuada
del rol parental**

**Afrontamiento de
situaciones estresantes**

Apoyo social

Gestión doméstica

Anexo CG 2.5

Conectando las ideas (solución)

Estimulación y estructuración



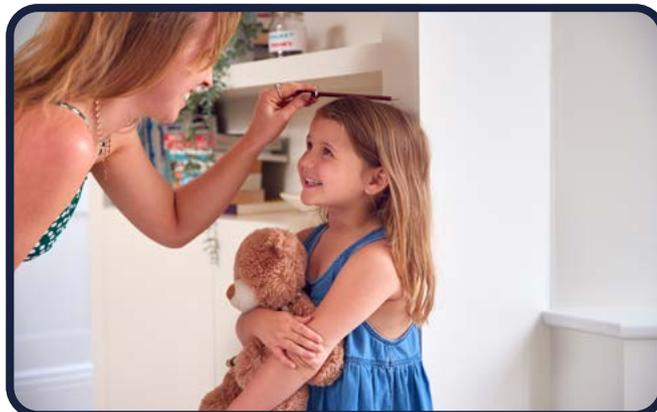
Tiempo compartido en familia



Co-responsabilidad parental



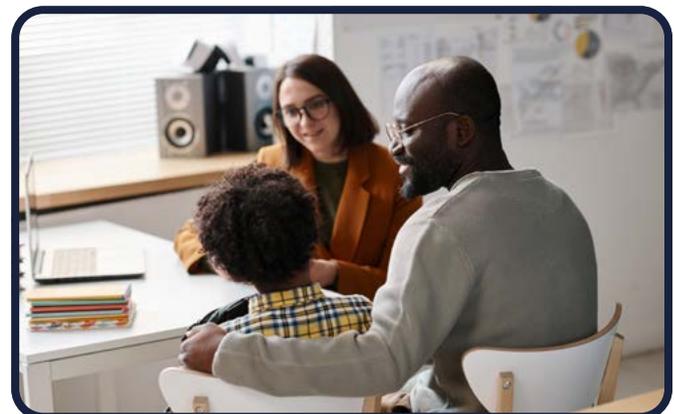
Creencias y expectativas adecuadas sobre el desarrollo



Afecto, comunicación y aceptación



Implicación escolar



Normas y supervisión



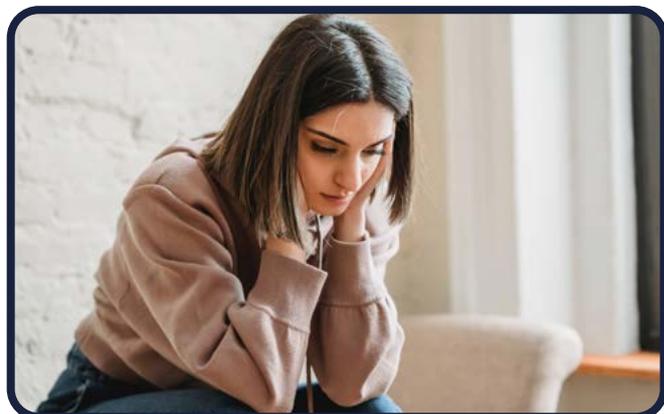
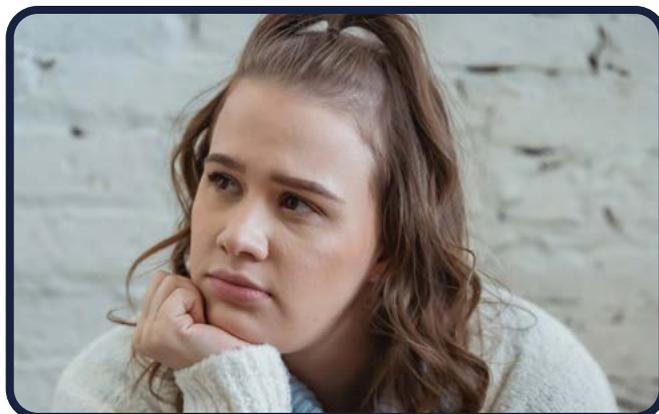
Auto-regulación emocional



**Percepción adecuada
del rol parental**



**Afrontamiento de
situaciones estresantes**



Apoyo social



Gestión doméstica



Anexo CG 2.6

Cuestionario de Actuaciones Parentales Percibidas (momento 1)

Como padre, madre o figura parental valora en qué medida has realizado las siguientes acciones en el último mes:	Nada	Poco	Bastante	Mucho
1 Organizo el día a día de mis hijos/as incluyendo situaciones estimulantes y hábitos saludables				
2 Organizo la vida familiar para pasar tiempo todos/as juntos/as				
3 Comparto las tareas y responsabilidades educativas con el padre o la madre de mis hijos/as o con otra persona implicada, nos respetamos y nos apoyamos mutuamente en estas tareas				
4 Soy consciente de la importancia que tiene la familia para las niñas y los niños				
5 Acepto a mis hijos/as cómo son y les trato con cariño				
6 Me implico y preocupo por la adaptación escolar de mis hijos/as				
7 Aplico normas y límites adecuados a mis hijos/as				
8 Soy capaz de entender y controlar mis emociones				
9 Me gusta cómo soy como padre/madre				
10 Considero que tengo estrategias adecuadas para afrontar las situaciones que me agobian y me estresan				
11 Cuento con personas que me ayudan y apoyan cuando lo necesito en lo relativo al cuidado y la educación de mi/s hijos/as				
12 Organizo y planifico adecuadamente las tareas domésticas y los gastos del hogar				

MÓDULO 3. INTERVENCIÓN GRUPAL PSICOEDUCATIVA

FASE ENTRENAMIENTO EN COMPETENCIAS PARENTALES BÁSICAS (CPB)

Sesión La flor del desarrollo (CPB 1)

Competencia parental

- Estimulación y estructuración

Objetivos específicos

- Conocer las distintas facetas que integran el desarrollo infantil y adolescente y que es necesario estimular para favorecer un desarrollo integral saludable.
- Tomar conciencia del importante papel que las figuras parentales desempeñan en la promoción del desarrollo de sus hijos e hijas.
- Identificar algunas estrategias concretas que las figuras parentales pueden utilizar para promover el desarrollo de sus hijos e hijas, reconociendo que existe una gran variedad de prácticas educativas estimulantes.
- Tomar conciencia de que la promoción del desarrollo infantil y adolescente debe enmarcarse en las rutinas cotidianas.

Materiales

- Lápices o bolígrafos
- Tijeras
- Pegamento
- Cartulinas A2
- Anexo CPB 1.1 Flor del desarrollo
- Anexo CPB 1.2 Imágenes para los pétalos
- Anexo CPB 1.3 Áreas del desarrollo
- Anexo CBP 1.4 Regando la flor del desarrollo
- Anexo CPB 1.5 Estrategias de estimulación

Técnicas

- Técnicas de expresión artística
- Diálogos simultáneos
- Discusión dirigida

Duración

- Paso 1: 20 minutos
- Paso 2: 30 minutos
- Paso 3: 10 minutos

Tiempo total estimado: 1 hora

Desarrollo de la sesión

En esta sesión, adaptada del Programa Apego (Palacios et al., 2014), se trabajan algunas ideas para ayudar a las figuras parentales a estimular el desarrollo de niños, niñas y adolescentes al hilo de las actividades cotidianas. Se utiliza la metáfora del desarrollo como una flor integrada por distintos pétalos (facetas del desarrollo) que las figuras parentales tienen que regar para que florezca. En el primer paso de la actividad, los y las participantes elaborarán la flor del desarrollo en pequeños grupos, agrupando imágenes de diferentes logros evolutivos en las distintas áreas que integran el desarrollo infantil y adolescente y que es importante estimular. En segundo lugar, los y las participantes reflexionarán acerca de lo que pueden hacer mediante sus prácticas educativas para favorecer esas áreas del desarrollo. Finalmente, se llevará a cabo una síntesis a modo de resumen del trabajo realizado.

PASO 1

En este primer paso, se propondrá a los y las participantes utilizar la metáfora de la flor como símbolo del desarrollo durante la infancia y la adolescencia y la regadera como símbolo de todas aquellas acciones que las figuras parentales pueden hacer para favorecer ese desarrollo. La persona facilitadora propondrá a las familias que trabajen divididas en pequeños grupos. A cada grupo le entregará una copia del Anexo CPB 1.1 *Flor del desarrollo* y las imágenes que aparecen en Anexo CPB 1.2 recortadas. El Anexo CPB 1.1 debe estar impreso o dibujado en una cartulina lo suficientemente grande como para poder poner las imágenes dentro de los pétalos. En la flor del Anexo CPB 1.1 aparecen tres pétalos que representan las tres grandes áreas del desarrollo, denominadas con expresiones habituales en el lenguaje cotidiano: *Aprendiendo a controlar el cuerpo* (desarrollo físico y psicomotor); *Cada día más inteligente* (desarrollo cognitivo-lingüístico); *Aprendiendo a querer y relacionarse* (desarrollo social y afectivo). En este paso de la actividad los y las participantes tendrán que ir agrupando las imágenes de logros evolutivos en función de las áreas del desarrollo, con el objetivo de tomar conciencia de que el desarrollo infantil y adolescente está integrado por diferentes facetas que son igualmente importantes para el bienestar de niños, niñas y adolescentes. Así, por ejemplo, se trata de que los y las participantes identifiquen que logros como correr con habilidad o aprender a montar en bicicleta están relacionados con el desarrollo físico y

psicomotor, incluyéndolos juntos dentro del pétalo *Aprendiendo a controlar el cuerpo*. La persona facilitadora podrá ofrecer unas instrucciones como las siguientes:

Los niños y las niñas crecen muy rápido, aprenden y consiguen hacer cosas nuevas cada día. Las madres y los padres tenemos que acompañarlos en ese crecimiento y podemos ayudarles mucho para que se desarrollen lo mejor posible. Hoy vamos a trabajar sobre este tema: el desarrollo infantil, que vamos a representar con una flor que está compuesta por distintos pétalos. Cada pétalo representa un aspecto en el que niños, niñas y adolescentes van avanzando y consiguiendo nuevos logros conforme crecen; así, cada vez controlan mejor su cuerpo, cada día son más inteligentes, y van aprendiendo a querer y relacionarse con otras personas. Quiero que os dividáis en pequeños grupos de 3 o 4 personas. Cada grupo tendrá una imagen de la flor que representa el desarrollo y una serie de imágenes recortadas en las que se ven distintos progresos que van consiguiendo los niños y las niñas conforme crecen. Debéis pensar con qué aspecto del desarrollo se relaciona cada uno de esos progresos e ir pegando cada imagen dentro del pétalo que le corresponda.

La persona facilitadora dejará unos 15 minutos para el trabajo en pequeño grupo e irá comprobando que los y las participantes vayan construyendo la flor tal y como aparece en el Anexo CPB 1.3. Una vez que hayan terminado de construir las flores, se hará una puesta en común en grupo grande para afianzar las siguientes ideas: el desarrollo está integrado por diferentes facetas, todas estas áreas son igualmente importantes para el bienestar infantil y adolescente, y cada niño, niña o adolescente puede seguir un ritmo de desarrollo diferente. Algunas preguntas que se podrán utilizar para esta puesta en común son las siguientes:

- *¿Por qué habéis puesto esas tarjetas en el pétalo de “Cada día más inteligente”? ¿En qué se parecen los logros que representan esas imágenes? ¿Se os ocurren otros progresos de niños y niñas de distintas edades que pudiéramos incluir en ese mismo pétalo?*
- *Los tres pétalos representan facetas diferentes del desarrollo infantil, ¿os parece algún aspecto más importante que otro? ¿Por qué?*
- *¿Los niños y las niñas crecen y se desarrollan al mismo ritmo en todos estos aspectos o van más adelantados en unas facetas que en otras? ¿Y todos los niños y niñas avanzan igual, o cada uno tiene su propio ritmo? .*

PASO 2

Una vez construida la flor, en este segundo paso las figuras parentales identificarán estrategias y actuaciones que pueden utilizar para estimular el desarrollo de sus hijos e hijas. Siguiendo con la metáfora utilizada, se trata de reflexionar acerca de cómo regar la flor del desarrollo. Para ello, la persona facilitadora se situará en un lugar visible del aula con una copia en tamaño A2 del Anexo CPB 1.4. En este paso de la actividad trabajarán todo el grupo de forma conjunta para completar este anexo. En este anexo aparecen, en la primera columna de la izquierda y bajo el símbolo de la flor del desarrollo, los logros con los que se han trabajado en la primera parte. En la segunda columna, aparece la imagen de una regadera para que se vayan recogiendo las propuestas de los y

las participantes sobre qué pueden hacer las figuras parentales para favorecer estos logros del desarrollo infantil. La persona facilitadora podrá explicar la tarea con una instrucción como la siguiente:

No cabe duda de que niños y niñas van creciendo, van desarrollándose y consiguiendo nuevos progresos como los que hemos reflejado en esta flor. Como ya hemos comentado, para que niños y niñas vayan desarrollándose y consiguiendo todos estos logros, los padres y las madres tenéis un papel muy importante, ya que, con vuestras palabras, vuestro comportamiento, vuestro cariño... día a día vais regando la flor del desarrollo de vuestros hijos y vuestras hijas. Es normal que tengáis un papel tan importante, pensad que sois quienes organizáis el hogar en el que niños y niñas pasan cada día, quienes les cuidáis y mimáis, quienes les habláis, quienes jugáis con ellos y ellas. Ahora quiero que pensemos de manera conjunta qué podemos hacer cómo padres y madres para estimular el desarrollo y ayudar a que nuestros niños y niñas consigan estos logros y progresos. Por ejemplo, ¿qué podemos hacer para ayudar a un niño o niña para que aprenda a montar en bicicleta? Todos vuestros hijos e hijas han aprendido y seguro que les habéis ayudado a conseguirlo y, a veces, haciendo cosas muy distintas.

Uno de los objetivos de esta actividad es que las figuras parentales tomen conciencia de que la promoción del desarrollo infantil y adolescente debe enmarcarse en las rutinas cotidianas, por ello, es importante que las aportaciones de los y las participantes reflejen estrategias y actuaciones que puedan llevar a cabo en el día a día. Así, por ejemplo, si alguna persona dice que para que un niño o niña aprenda a leer hay que llevarlo o llevarla pronto a la escuela, se le debería preguntar: *Aparte de eso, ¿qué podrías hacer tú en casa?* Igualmente, si una figura parental propone leer cuentos con los niños y las niñas para que aprendan a leer, se le podría preguntar: *Y, ¿en qué momento del día te parece que podrías tú leer cuentos con tu hijo o hija?* Es importante también trabajar con las figuras parentales la idea de que no existe una única forma de estimular el desarrollo infantil y que existen muchas prácticas diferentes que pueden utilizarse para promover un mismo logro. Por tanto, se trata de animar a los y las participantes a que propongan distintas estrategias para cada uno de los logros que se van a trabajar. Por si puede ser de utilidad para la persona facilitadora para guiar el trabajo grupal, en el Anexo CPB 1.5 se ofrecen ejemplos de estrategias de estimulación para los logros trabajados.

PASO 3

Una vez que las y los participantes hayan hecho todas sus propuestas de las actuaciones, estrategias y prácticas que se les ocurran para estimular los logros de desarrollo trabajados, se hará una reflexión sobre cómo ha quedado completada la tarea. Como se ha señalado en el paso anterior, es recomendable que la persona facilitadora trabaje algunas ideas importantes sobre la estimulación del desarrollo:

Ideas importantes para trabajar sobre el desarrollo infantil

La importancia de la implicación directa de las figuras parentales. Por ejemplo, no es suficiente para promover el desarrollo intelectual llevar a un niño o una niña a un buen colegio o comprarle muchos juguetes educativos. Es fundamental que las figuras parentales se impliquen en las cuestiones escolares y pasen tiempo jugando con ellos y ellas con esos juguetes.

No existe una única forma de hacer las cosas, ni existe un modelo ideal para estimular el desarrollo infantil y adolescente. Existen muchas prácticas diferentes que pueden ser igualmente estimulantes y apropiadas.

La estimulación del desarrollo infantil y adolescente debe estar integrada en las rutinas cotidianas. En el día a día de niños, niñas y adolescentes deben existir hábitos y rutinas estimulantes y en las que participan directamente las figuras parentales (leerle un cuento siempre antes de ir a dormir, ir a dar un paseo en bici los sábados por la mañana, etcétera).

Para que sean estimulantes, las prácticas educativas deben ajustarse a la edad, características y ritmo evolutivo de cada niño, niña o adolescente.

Ideas clave

- Las figuras parentales son las principales responsables de estimular el desarrollo durante la infancia y la adolescencia. Las figuras parentales estimulan en mayor o menor medida el desarrollo de niños, niñas y adolescentes dependiendo de cómo organizan su vida cotidiana, qué juguetes les compran, qué experiencias les proporcionan, dónde los llevan, qué aficiones les fomentan, en qué actividades los apuntan y, sobre todo, cómo se implican y participan en interacciones estimulantes con ellos y ellas.
- La estimulación del desarrollo no es algo independiente ni al margen de la vida cotidiana. No hay una hora especial para la estimulación. La estimulación debe darse en el marco de las rutinas cotidianas, convirtiendo éstas en actividades estimulantes apropiadas para cada edad, en la que niños, niñas y adolescentes participen con sus figuras parentales, así como con otras personas adultas y menores.
- Es importante asegurar la estimulación de todas las facetas del desarrollo: psicomotor, cognitivo-lingüístico y socio-afectivo. Así, las figuras parentales pueden ayudar a niños, niñas y adolescentes a controlar mejor su cuerpo, a ser cada día más inteligentes, a comunicarse, a querer y a relacionarse con los demás.
- Cada niña o niño es único y tiene unas características y unas necesidades propias. La mejor estimulación no es la más complicada ni elaborada, sino aquella que mejor sintoniza con las necesidades y capacidades de cada niño o niña en cada momento de su desarrollo.

Practicando lo aprendido

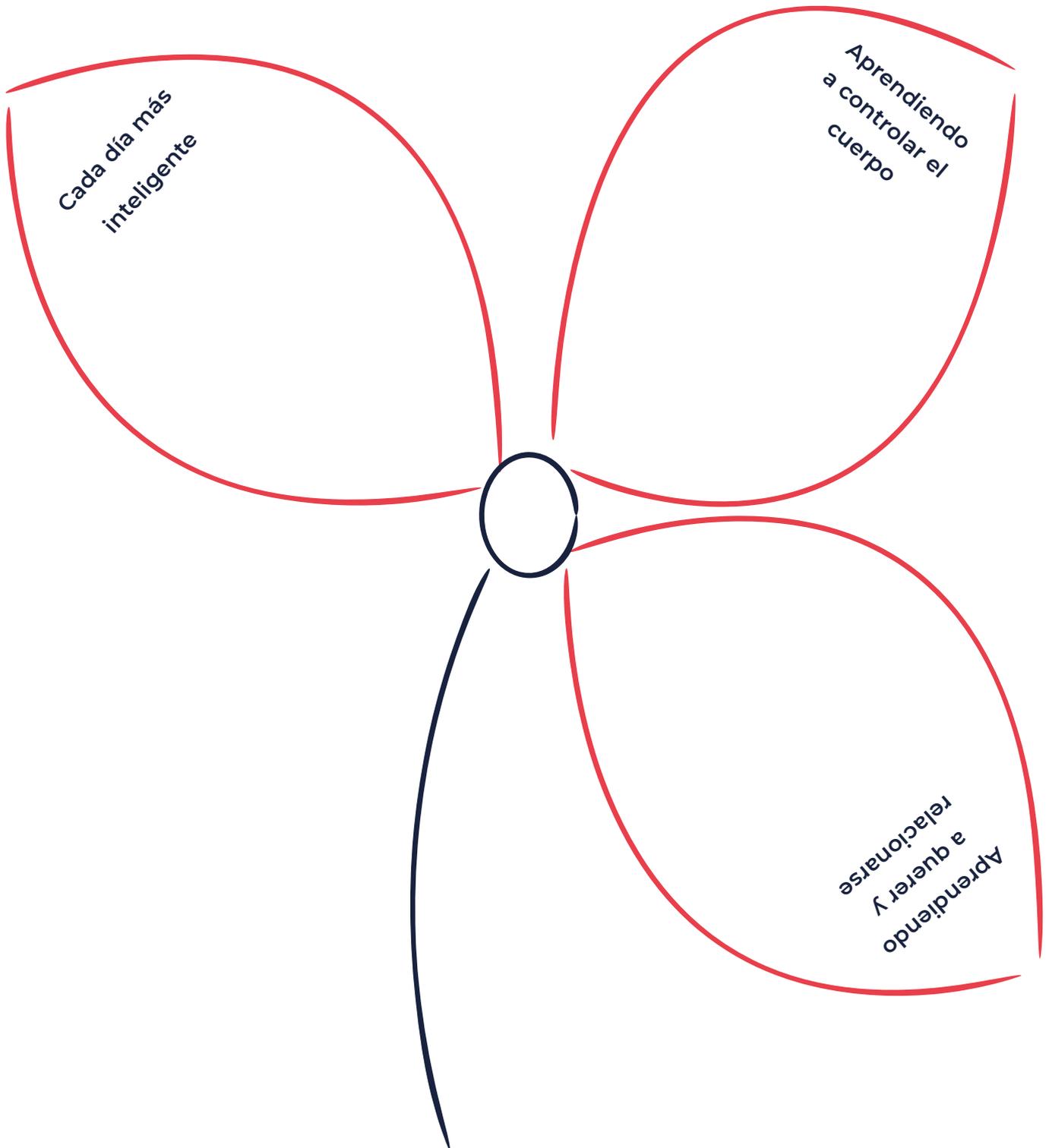
La persona facilitadora indicará a los y las participantes que deben pensar en uno o dos logros que les gustaría que sus hijos e hijas consiguieran próximamente y, tras anotarlos en una hoja de papel similar al Anexo CPB 1.4, llevárselo a casa con el compromiso de poner en marcha distintas actuaciones cotidianas que puedan ayudar a que sus hijos e hijas consigan dichos logros.

Material de consulta

Palacios, J., González, M., Hidalgo, V., Jiménez-Morago, J., Moreno, C., Oliva, A., ... Pascual, D. (2014). *Proyecto Apego*. Junta de Andalucía, Consejería de Igualdad, Salud y Políticas Sociales. <https://www.juntadeandalucia.es/organismos/saludyconsumo/areas/salud-vida/programas-salud/paginas/proyecto-apego.html>

Anexo CPB 1.1

Flor del desarrollo



Anexo CPB 1.2

Imágenes para los pétalos



Anexo CPB 1.3

Áreas del desarrollo

Área del desarrollo	Logros del desarrollo incluidos
Desarrollo físico y psicomotor <i>(Aprendiendo a controlar el cuerpo)</i>	<ul style="list-style-type: none">• Correr de manera ágil y coordinada• Montar en bicicleta• Saltar a la comba
Desarrollo cognitivo-lingüístico <i>(Cada día más inteligente)</i>	<ul style="list-style-type: none">• Hacer puzles• Aprender a leer• Hacer bien las tareas del colegio
Desarrollo social y afectivo <i>(Aprendiendo a querer y relacionarse)</i>	<ul style="list-style-type: none">• Apegarse a su madre o padre• Saber relacionarse con otros niños y niñas• Comprender cómo se sienten otras personas

Anexo CPB 1.4

Regando la flor del desarrollo

¿Qué podemos hacer?



Correr de manera ágil y coordinada	
Montar en bicicleta	
Saltar a la comba	
Hacer puzles	
Aprender a leer	
Hacer bien las tareas del colegio	
Apegarse a su madre o su padre	
Saber relacionarse con otros niños y niñas	
Comprender cómo se sienten otras personas	

Anexo CPB 1.5

Estrategias de estimulación

Logros	Estrategias de estimulación
Correr de manera ágil y coordinada	<ul style="list-style-type: none"> • Animarle a hacer carreras cortas • Respetar su propio ritmo sin exigirle tiempo ni velocidad • Comprarle un calzado apropiado
Montar en bicicleta	<ul style="list-style-type: none"> • Comprarle bicis apropiadas a su edad • Llevar la bici cuando va al parque • Cuando es mayor, hacer rutas en bici toda la familia
Saltar a la comba	<ul style="list-style-type: none"> • Enseñarle a saltar con un saltador • Jugar a saltar a la comba en familia en excursiones o salidas al campo • Animarle a que juegue a esos juegos con otros niños y niñas
Hacer puzles	<ul style="list-style-type: none"> • Comprarle puzles apropiados a su edad • Jugar con él o ella a hacer puzles • Hacer puzles todos y todas en familia
Aprender a leer	<ul style="list-style-type: none"> • Comprarle cuentos apropiados a su edad • Leer cuentos con él o ella desde pequeño o pequeña • Enseñarle a reconocer las letras en los carteles de la calle
Hacer bien las tareas del colegio	<ul style="list-style-type: none"> • Reservar todos los días un tiempo para las tareas del colegio • Ayudarle con los deberes • Interesarse por todo lo relacionado con la escuela
Apegarse a su madre o su padre	<ul style="list-style-type: none"> • Cuidarle cuando es pequeño o pequeña • Quererle y demostrárselo • Estar disponible para ayudarle en lo que necesite
Saber relacionarse con otros niños y niñas	<ul style="list-style-type: none"> • Llevarle al parque para que juegue con otros niños y niñas • Invitar a sus amigos y amigas a casa • Animarle a ir a campamentos y otras actividades con niños y niñas
Comprender cómo se sienten otras personas	<ul style="list-style-type: none"> • Explicarle cuándo y por qué nos sentimos alegría, tristeza, enfado... • Animarle a que reflexione cómo se sienten otros niños y niñas como resultado de su conducta • Explicarle por qué no se le permite que haga daño a otras personas

FASE ENTRENAMIENTO EN COMPETENCIAS PARENTALES BÁSICAS (CPB)

Sesión ¿Qué hacemos juntos y juntas? (CPB 2)

Competencia parental

- Tiempo compartido en familia

Objetivos específicos

- Tomar conciencia de la importancia de compartir tiempo en familia.
- Conocer distintas posibilidades de ocio familiar compartido.
- Aprender a planificar y adaptar las actividades de ocio en familia a las características familiares y/o contextuales.

Materiales

- Pizarra o cartulina
- Tiza o bolígrafo
- Anexo CPB 2.1 Casos para el role-playing
- Anexo CPB 2.2 Guion para el role-playing

Técnicas

- Lluvia de ideas
- Role-playing planificado por los y las participantes
- Discusión dirigida

Duración

- Paso 1: 15 minutos
- Paso 2: 35 minutos
- Paso 3: 10 minutos

Tiempo total estimado: 1 hora

Desarrollo de la sesión

Esta sesión, adaptada del Programa de Formación y Apoyo Familiar (Hidalgo et al., 2011), aborda la importancia de pasar tiempo compartido en familia. Su finalidad es facilitar que las figuras parentales tomen conciencia de la

importancia de realizar actividades familiares compartidas que resulten agradables para los distintos miembros de la familia. Asimismo, se pretende que las figuras parentales reflexionen sobre las distintas posibilidades de ocio y tiempo compartido en familia en función de la edad de sus hijos e hijas y otras características familiares y/o contextuales. En el primer paso, los y las participantes harán una lluvia de ideas para pensar y compartir distintas actividades de ocio que se pueden realizar en casa o fuera de casa. En el segundo paso, se realizará un role-playing planificado por los y las participantes para entrenar la planificación de las actividades de ocio familiar. El último paso consistirá en una discusión dirigida en la que los y las participantes reflexionarán sobre el ocio compartido en función de distintas situaciones familiares y/o contextuales.

PASO 1

En este paso la persona facilitadora utilizará una lluvia de ideas para explorar diferentes posibilidades de ocio en familia. Para ello, la persona facilitadora planteará a los y las participantes que propongan actividades de ocio que se puedan realizar en familia (todos los miembros de la familia juntos) con la formulación de una pregunta muy habitual y cotidiana: *¿qué hacemos el domingo?*. La persona facilitadora irá anotando en la pizarra todas las actividades propuestas por las figuras parentales. El mensaje para explicar la actividad puede ser similar al siguiente:

Hoy vamos a hablar y pensar en las actividades que se pueden hacer en familia y cómo esas actividades deberían ser divertidas, saludables y agradables para toda la familia. Ese tiempo que pasamos juntos y juntas es muy importante porque nos ayuda a sentirnos como una verdadera familia, permite estrechar los lazos de cariño entre todos y todas y también sirve para adquirir valores y compartir aficiones. Como padres y madres somos responsables de organizar ese tiempo compartido y tratar de que compartamos algunos ratos tanto en el día a día como en el tiempo libre durante los fines de semana. Pero esto no siempre es fácil ya que algunos miembros de la familia tienen distintas edades e intereses. Vamos a pensar en todas aquellas actividades que se pueden hacer, en concreto, podríais contestar a la pregunta ¿qué podemos hacer el domingo?

La persona facilitadora animará a la participación de todas las figuras parentales que integran el grupo e irá apuntando todas las propuestas en una pizarra o cartulina. Es importante dejar las aportaciones visibles durante el transcurso de la actividad, ya que en el próximo paso de role-playing, los y las participantes podrán apoyarse en ellas.

PASO 2

Este paso tiene como objetivo que los y las participantes aprendan a planificar las actividades de ocio familiar teniendo en cuenta la importancia de adaptar tanto las actividades de ocio como el tiempo compartido en familia a la edad de los hijos e hijas y a diferentes situaciones y contextos. También es importante trabajar la idea de que la planificación del ocio y del tiempo compartido debe tener en cuenta los intereses de todos los miembros de la familia. Para esto, la persona facilitadora dividirá a las figuras parentales en tres grupos, cada uno llevará a cabo un role-playing planificado por sus integrantes. Cada grupo tendrá uno de los casos que aparecen en el Anexo CPB 2.1 y una copia de Anexo CPB 2.2, teniendo que elaborar un guion para el caso asignado. Durante

aproximadamente 20 minutos, cada grupo deberá pensar y escribir el diálogo que posteriormente dramatizará, además de decidir qué integrantes del grupo van a representar la situación. La persona facilitadora podrá utilizar las siguientes instrucciones:

Ahora que hemos pensado en muchas actividades que se pueden hacer en familia un domingo, vamos a ver cómo podríamos planificar y acordar lo que vamos a hacer entre todos y todas. Quiero que os dividáis en tres grupos. Cada grupo tendrá un caso de una familia que tiene que decidir qué hace junta en su tiempo de ocio. Os voy a dejar unos 20 minutos para pensar y escribir un guion entre los personajes que aparecen en vuestro caso. Imaginaos todas aquellas cosas que se puedan decir y la forma en que se dicen dependiendo de cómo es la familia y la situación. Después cada grupo saldrá a escenificar la situación. ¡Como si fueseis directores y directoras de cine y después grandes actores y actrices!

PASO 3

En este último paso se llevará a cabo una discusión dirigida para cerrar la sesión. Esto ayudará a los y las participantes a poner en común todas aquellas ideas que fueron surgiendo durante el role-playing. Primero, se les preguntará a quienes han salido a dramatizar la situación y posteriormente, al resto de integrantes del grupo. La persona facilitadora podrá utilizar las siguientes preguntas para cerrar la sesión:

- *¿Cómo os sentíais actuando de padre/madre o de hijo/hija en cada situación?*
- *¿Quién ha decidido las actividades de ocio en cada caso?*
- *¿Se ha tenido en cuenta la opinión y los intereses de todos los miembros de la familia?*
- *¿Cuáles han sido las diferencias en la forma en que cada grupo ha abordado la situación?*
- *¿Qué actividades se pueden hacer juntos entre semana? ¿Qué diferencias hay entre las actividades que se hacen juntos entre semana y las que se hacen en el fin de semana?*
- *¿Qué otras actividades se pueden hacer un día de lluvia en casa? ¿Es necesario salir fuera para divertirse en familia?*
- *El grupo que tenía niños o niñas de muy distintas edades, ¿cómo ha afectado eso a la selección de las actividades? ¿Hay cosas que se puedan hacer y que sean adecuadas para todas las edades?*
- *¿Os recuerdan estos casos a lo que ocurre en vuestra familia?*
- *¿Qué dificultades encontráis a la hora de planificar el ocio en vuestra familia?*
- *¿Cómo podríais mejorar la planificación del tiempo compartido en vuestra familia?*

Ideas para trabajar en la discusión dirigida

Es importante que las figuras parentales planifiquen las actividades de ocio familiar. En esta planificación del ocio familiar deberían participar los distintos miembros de la familia.

Las figuras parentales deben conocer los gustos y preferencias de sus hijos e hijas. Estas preferencias pueden ser distintas en función de la edad ya que los intereses de los niños, niñas y adolescentes van cambiando conforme crecen.

Pasar tiempo compartido en familia no tiene que ser una actividad extraordinaria que se limita a los días de fiesta o a hacer cosas fuera de casa. Algunas de las rutinas cotidianas se pueden compartir en familia, por ejemplo, cenar o ver la tele un rato después de cenar.

Pueden surgir conflictos en cuanto a la organización de las actividades de ocio, para eso es importante que las figuras parentales dialoguen, justifiquen sus propuestas, negocien y escuchen a sus hijos e hijas.

Ideas clave

- La organización de la vida cotidiana de niños, niñas y adolescentes debe contemplar un tiempo compartido en familia, momentos a lo largo del día en la que los distintos miembros participen juntos en alguna actividad.
- El tiempo compartido en familia debería darse tanto en relación con los hábitos cotidianos (comer o cenar juntos y juntas) como con las actividades de ocio (salir juntos y juntas de excursión).
- Niños, niñas y adolescentes aprenden valores, desarrollan competencias y ven promovidas aficiones en el tiempo compartido en familia. Con su estilo de vida y la organización familiar que establecen, las figuras parentales sirven de modelo para sus hijos e hijas.
- Para promover adecuadamente el desarrollo, las figuras parentales deben planificar el tiempo de ocio de niños, niñas y adolescentes con actividades variadas, constructivas y, en gran parte, compartidas en familia.
- Las actividades de ocio tanto personal como familiar deben estar adaptadas a la edad y las características personales de los hijos y las hijas.
- Es importante que las figuras parentales organicen actividades compartidas que permitan disfrutar a todos los miembros de la familia de estar juntos. Para ello deben conocer bien los gustos y las preferencias de sus hijos e hijas.
- Para que las actividades de ocio compartido puedan ser satisfactorias, para todos y todas, hay que negociarlas y planificarlas teniendo en cuenta la opinión y preferencias de todos los miembros de la familia.

Practicando lo aprendido

Los y las participantes se llevarán a casa una fotografía de la lista de actividades que aparece en la pizarra como resultado del paso 1, y se comprometerán a planificar una nueva actividad de ocio compartido para el fin de semana teniendo en cuenta a todos los miembros de su familia. Asimismo, tratarán de establecer el hábito de tener algún momento de tiempo compartido a diario.

Material de consulta

Hidalgo, M.V., Menéndez, S., López, I., Sánchez, J., Lorence, B. y Jiménez, L. (2011). *Programa de Formación y Apoyo Familiar (FAF)*. Ayuntamiento de Sevilla.

Anexo CPB 2.1

Casos para el role-playing

Caso 1

Sois una familia con dos hijos gemelos de 8 años. Está lloviendo y no podéis salir. ¿Cómo vais a planificar vuestro domingo en familia?

Caso 2

Sois una familia con dos adolescentes, una chica de 16 años y un chico de 12 años. ¿Cómo vais a planificar vuestro domingo en familia?

Caso 3

Sois una familia con una niña de 6 años y un adolescente de 14 años. Tenéis una tarde libre entre semana. ¿Cómo vais a planificar qué podéis hacer esa tarde en familia?

FASE ENTRENAMIENTO EN COMPETENCIAS PARENTALES BÁSICAS (CPB)

Sesión Aprendamos a ser un equipo (CPB 3)

Competencia parental

- Co-responsabilidad parental

Objetivos específicos

- Conocer la importancia de la co-responsabilidad parental en la crianza de los hijos y las hijas.
- Reflexionar sobre el grado de co-responsabilidad parental existente en la propia familia.
- Promover un reparto equitativo de las tareas relacionadas con la crianza y educación de hijos e hijas.

Materiales

- Libros, cuadernos o cualquier objeto que puedan sostenerse y acumularse en la mano
- Anexo CPB 3.1 Casos de coparentalidad
- Anexo CPB 3.2 Posición de los y las participantes
- Anexo CPB 3.3 Nuestro reparto de tareas

Técnicas

- Estudio de casos
- Construcción de imágenes
- Objetos auxiliares
- Discusión dirigida
- Puesta en común

Duración

- Paso 1: 30 minutos
- Paso 2: 30 minutos

Tiempo total estimado: 1 hora

Desarrollo de la sesión

Esta sesión tiene como finalidad que los y las participantes reflexionen sobre la importancia de que las figuras parentales compartan la responsabilidad del cuidado y educación de sus hijos e hijas. Para ello, en el primer paso,

se utilizarán objetos para representar el “peso” de las tareas de crianza y, mediante la construcción de imágenes y el estudio de casos, los y las participantes podrán experimentar la diferencia entre un reparto de tareas más o menos equitativo. Después, en el segundo paso, los y las participantes harán una reflexión individual sobre el grado de co-responsabilidad en su propia familia y se les animará a conseguir un reparto lo más equitativo posible de las tareas relacionadas con la crianza y educación de sus hijos e hijas.

PASO 1

El objetivo de este paso es que los y las participantes tomen conciencia de la importancia de la co-responsabilidad parental. Para ello, se utilizarán los dos casos que aparecen en el Anexo CPB 3.1 y que representan familias con diferentes niveles de co-responsabilidad. Para representar las diferentes tareas relacionadas con la crianza de los hijos e hijas harán falta objetos que se puedan acumular y sostener en una mano, por ejemplo, libros o cuadernos. Uno de los casos (el de Ana y Miguel) representa a una pareja con una extrema desigualdad en el reparto de tareas y responsabilidades relacionadas con el cuidado de su hija, mientras que el otro caso (el de Marta y Juan) muestra a una pareja con un reparto equitativo de tareas. Se pedirá a dos participantes que representen a los protagonistas de cada historia; es decir, saldrán dos participantes para representar el caso de Ana y Miguel y otros dos para representar el caso de Marta y Juan. Cada pareja de participantes se cogerá de una mano, dejando la otra mano extendida tal y como se muestra en el Anexo CPB 3.2.

La persona facilitadora leerá lentamente el primer caso. A medida que en la historia aparezca una tarea relacionada con la crianza y el cuidado de sus hijos e hijas, se detendrá y pondrá un libro o libreta sobre la mano de la persona que se encarga de dicha tarea o, si se trata de una tarea compartida, sobre las manos entrelazadas. Al finalizar la historia, cada participante deberá tener acumulados tantos libros u objetos en cada mano como aparece en la solución del caso que se presenta en el Anexo CPB 3.1. Este mismo proceso se seguirá para el segundo caso. La persona facilitadora podrá introducir la tarea de la siguiente manera:

Hoy vamos a analizar la importancia de que las parejas compartan la responsabilidad de criar y cuidar a sus hijos e hijas. Esa responsabilidad compartida debe traducirse en que las dos personas se impliquen y tengan un reparto equitativo de las tareas relacionadas con la crianza. Para reflexionar sobre este tema vamos a analizar dos casos diferentes: el de Ana y Miguel, y el de Marta y Juan. Primero voy a pedir dos personas voluntarias para que hagan de Ana y Miguel. Os tenéis que situar una persona al lado de la otra, cogeros de la mano y dejar la otra mano libre y abierta. Yo iré leyendo la historia de esta pareja en la que se describe quién se encarga de cada tarea. En algunos casos será una tarea compartida y otras veces serán tareas asumidas por uno de los integrantes de la pareja. Aquí tenemos libros y libretas que simbolizan el “peso” de cada tarea. En función de quién se encargue de cada tarea, iré colocando un libro en la mano de una persona o de la otra, o en las manos que mantienen juntas. Por ejemplo, si es Ana la que hace los deberes con su hija, le pondré el libro en su mano libre; si hay una tarea que hacen entre los dos, pondré el libro en las manos que tienen juntas. También necesito otras dos personas voluntarias para hacer de Marta y Juan y haremos lo mismo. ¡Comencemos!

Es importante que una vez construida la imagen se deje un tiempo a los y las participantes cargando con los libros para que experimenten las sensaciones del peso de las tareas. Posteriormente, una vez finalizada la construcción

de las dos imágenes, la persona facilitadora promoverá una reflexión utilizando una serie de preguntas guía. En primer lugar, se planteará a los y las participantes que han experimentado la construcción de las imágenes las siguientes cuestiones:

- *¿Cómo os habéis sentido representado el caso de Ana y Miguel?*
- *¿Y quiénes habéis representado el caso de Marta y Juan?*
- *¿Qué sentíais a medida que se acumulaban los libros en vuestras manos libres? ¿Sentíais el mismo peso que si se colocaba sobre las manos entrelazadas?*
- *Y, ¿cómo os sentíais viendo a vuestra pareja con más o menos libros en su mano?*

En segundo lugar, se realizará una discusión dirigida con todas las personas participantes, tanto aquellas que han elaborado las imágenes como quienes han permanecido como observadores. En este caso se podrán utilizar cuestiones como las siguientes:

- *¿Cuál es la diferencia entre las dos parejas?*
- *¿Por qué se dan estas situaciones tan diferentes?*
- *¿Qué consecuencias tiene para las parejas que se compartan más o menos las tareas de crianza y cuidados de los hijos y las hijas?*
- *Y, ¿para sus hijos e hijas?*
- *¿El reparto debe ser totalmente igualitario en todos los casos? ¿Es eso posible? ¿Qué habría que tener en cuenta en cada caso?*
- *¿Qué ventajas tiene el hecho de que se comparta la responsabilidad del cuidado y la crianza de los hijos y las hijas?*
- *¿Os recuerdan estas situaciones a vuestro día a día?*
- *¿Con qué pareja os identificáis más?*

PASO 2

En el segundo paso se llevará a cabo una reflexión personal y una puesta en común sobre el reparto de tareas relacionadas con la crianza y educación de hijos e hijas. Cada participante tendrá una copia del Anexo CPB 3.3 y un lápiz o bolígrafo. La persona facilitadora podrá introducir este paso de la siguiente manera:

En los casos anteriores hemos visto el ejemplo de una pareja que no compartía la responsabilidad del cuidado de su hija, y otra en la que se observaba un reparto equitativo de tareas. Evidentemente estos dos ejemplos no representan todas las situaciones posibles y aunque es importante que siempre los dos miembros de la pareja compartan la responsabilidad de la crianza de hijos e hijas, no existe un único modelo ideal de reparto de tareas que deba darse en todas las familias. Ahora es el momento de reflexionar sobre cómo compartís en vuestras familias la responsabilidad de criar y educar a vuestros hijos e hijas. Quiero que penséis en vuestras rutinas del día a día y en las tareas más importantes relacionadas con el cuidado de vuestros hijos e hijas. En la primera columna de

la hoja que os he dado escribid esas tareas y en la siguiente quién o quiénes soléis realizarlas. A continuación, me gustaría que penséis en ese reparto, por qué lo hacéis así y si se os ocurren otras alternativas mejores de reparto. En caso de que estéis separados o separadas, pensad en las tareas que se podrían compartir, aunque no viváis con la otra persona, como acudir a revisiones médicas, tutorías de la escuela, etcétera.

Una vez que los y las participantes hayan acabado de rellenar el Anexo CPB 3.3, se realizará una puesta en común en gran grupo en la que es importante trabajar las ventajas de tener un reparto lo más equitativo posible y que sea satisfactorio para todos los miembros de la familia. A continuación, se plantean algunas preguntas guía que la persona facilitadora podrá utilizar en esta fase:

- *¿Compartís la responsabilidad de la crianza y educación de vuestros hijos e hijas con vuestra pareja?*
- *¿Por qué tenéis ese reparto?*
- *¿Lo habéis decidido conjuntamente?*
- *¿Estáis satisfechos o satisfechas con ese reparto?*
- *¿Es posible modificarlo? ¿Qué os gustaría modificar?*
- *¿Creéis que un reparto más equitativo sería conveniente? ¿Por qué? ¿Qué tendría de bueno para vuestros hijos y vuestras hijas? Y, ¿para vosotros o vosotras?*

Ideas clave

- La co-responsabilidad o responsabilidad compartida hace referencia al compromiso, colaboración y coordinación entre las figuras parentales en todo lo relacionado con la crianza y educación de sus hijos e hijas.
- Existe una verdadera coparentalidad entre dos o más figuras parentales cuando todas ellas están activamente involucradas en la educación de los hijos y las hijas, apoyándose y recibiendo apoyo, acordando y sintiendo reciprocidad, respetando y respetándose.
- Es muy importante para el bienestar de niños, niñas y adolescentes que todos los adultos y las adultas responsables de su crianza constituyan un verdadero “equipo parental”, colaborando conjuntamente en las tareas y decisiones educativas.
- La co-responsabilidad parental supone una gestión adecuada y satisfactoria del reparto de tareas relacionadas con la crianza y educación de hijos e hijas entre las distintas figuras parentales.
- El hecho de que todas las figuras parentales se impliquen en las rutinas cotidianas favorece que niños, niñas y adolescentes establezcan una vinculación afectiva con ellos y ellas, lo que es beneficioso para su desarrollo.
- El reparto de tareas relacionadas con el cuidado de niños, niñas y adolescentes debe tender a ser igualitario entre las figuras parentales. Esto permite que ninguna persona adulta se sienta sobrecargada y que sea compatible el cuidado de los hijos y las hijas con tener tiempo para otras cosas.

No hay un reparto ideal de las tareas que haya que adoptar en todos los casos. Las figuras parentales deben negociar entre ellas un reparto que se adapte a las características y circunstancias específicas de su familia y, sobre todo, que sea satisfactorio y favorezca el bienestar de todos y todas.

Practicando lo aprendido

En este caso, como tarea para casa, la persona facilitadora indicará a los y las participantes que deben pensar en algún cambio que puedan incorporar en el reparto de tareas para hacerlo más equitativo y satisfactorio para todos y todas. Para ello, los y las participantes seleccionarán alguna de las tareas que han escrito en el Anexo CPB 3.3 rodeándola con un lápiz o bolígrafo, y anotarán las razones y posibles estrategias para acordar un nuevo reparto más equitativo.

Anexo CPB 3.1

Casos de coparentalidad

El caso de Ana y Miguel (extrema desigualdad)

Ana y Miguel son los padres de Lucía. Ana se encarga de llevar y recoger a su hija del colegio. Cuando llegan a casa Ana prepara la comida para su hija mientras Miguel pone la mesa. Cuando acaban de comer, Ana y Miguel quitan la mesa y lavan juntos los platos. Por la tarde, Ana se sienta con su hija a hacer los deberes, y después la lleva al parque a jugar un rato. Al volver a casa Ana ducha a su hija. Después Ana le prepara la cena y le lee un cuento antes de dormir. Finalmente, Ana antes de dormir pone una lavadora y la tiende para tener preparada la ropa del día siguiente de su hija.

Caso resuelto

Tareas de Ana (libros que se colocan sobre su mano libre): llevar a la niña al colegio, recoger a la niña del colegio, hacer la comida, hacer los deberes, salir al parque, duchar a la niña, leer un cuento, poner la lavadora, tender la ropa.

Tareas de Miguel (libros que se colocan sobre su mano libre): poner la mesa.

Tareas compartidas (libros que se colocan sobre las manos entrelazadas): quitar la mesa y lavar los platos.

El caso de Marta y Juan (igualdad)

Marta se despierta y pone el desayuno para ella y su hijo. Después de llevar al niño al colegio, ella se va a casa de su madre y hace la compra. Aunque Marta hace la compra, Juan prepara el almuerzo antes de ir a recoger al niño del colegio. Cuando es necesario, Juan acude a tutoría con la profesora. Suelen almorzar los tres juntos. Por las tardes, Juan ayuda con los deberes al niño. Marta prepara la cena y los tres recogen juntos. Antes de acostar a su hijo, los tres leen juntos.

Caso resuelto

Tareas de Marta (libros que se colocan sobre su mano libre): preparar el desayuno, llevar al niño al colegio, hacer la compra, preparar la cena.

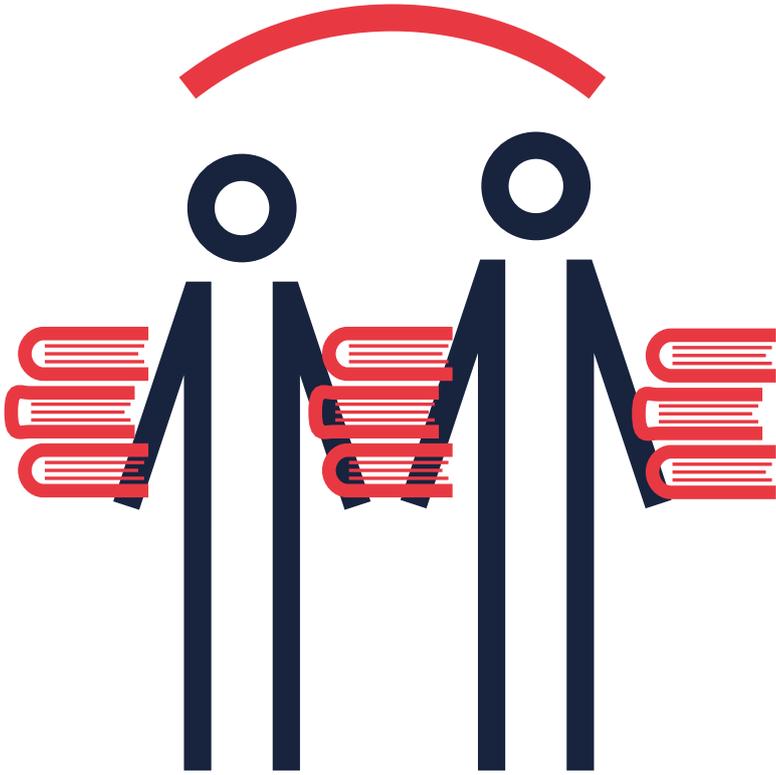
Tareas de Juan (libros que se colocan sobre su mano libre): recoger al niño del colegio, acudir a tutoría en el colegio, tener la comida preparada, hacer los deberes.

Tareas compartidas (libros que se colocan sobre las manos entrelazadas): almorzar con su hijo, recoger la cena, leer antes de dormir.

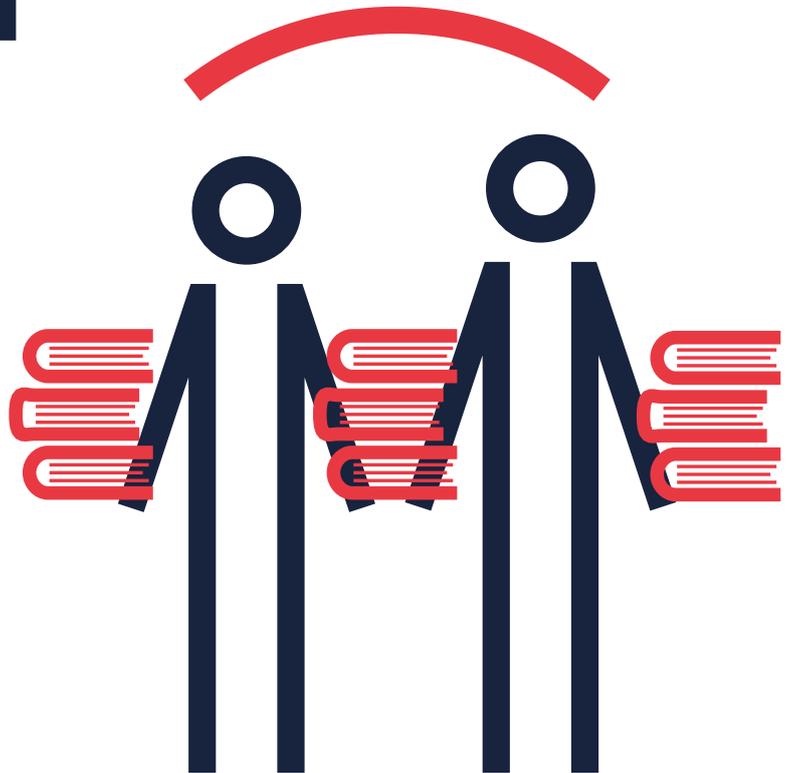
Anexo CPB 3.2

Posición de los y las participantes

Pareja A



Pareja B



Anexo CPB 3.3

Nuestro reparto de las tareas

Tarea relacionada con el cuidado de niños y niñas	¿Quién la hace?	¿Por qué tenéis este reparto? ¿Se podría realizar de otro modo?

FASE ENTRENAMIENTO EN COMPETENCIAS PARENTALES BÁSICAS (CPB)

Sesión ¿Verdadero o falso? (CPB 4)

Competencia parental

- Creencias y expectativas adecuadas sobre el desarrollo infantil

Objetivos específicos

- Reflexionar sobre las propias creencias y expectativas sobre el desarrollo y la educación.
- Reconocer y hacer explícitas las creencias e ideas evolutivo-educativas como paso previo para su reelaboración.
- Tomar conciencia de que la familia es el principal contexto de desarrollo durante la infancia y la adolescencia.

Materiales

- Lápices o bolígrafos
- Anexo CPB 4.1 Encuesta sobre creencias evolutivo-educativas
- Anexo CPB 4.2 Encuesta resuelta con respuestas e ideas para el debate

Técnicas

- Encuesta
- Discusión dirigida

Duración:

- Paso 1: 10 minutos
- Paso 2: 35 minutos

Tiempo total estimado: 45 minutos

Desarrollo de la sesión

Esta sesión aborda el tema de las creencias y expectativas sobre el desarrollo y la educación y tiene como finalidad que los y las participantes reflexionen y hagan explícitas sus ideas y creencias sobre estas cuestiones. Para ello, la sesión está dividida en dos partes. En el primer paso, los y las participantes tendrán que responder a una encuesta de forma individual para favorecer los procesos de reflexión y toma de conciencia de las propias creencias y expectativas evolutivo-educativas. En el segundo paso, se llevará a cabo una discusión dirigida en gran

grupo para debatir sobre las cuestiones planteadas en la encuesta. El objetivo de este segundo paso es analizar la adecuación de las creencias e ideas previas de los y las participantes, especialmente, el papel determinante de la familia como principal contexto de desarrollo durante la infancia y la adolescencia.

PASO 1

En este paso se propondrá a los y las participantes que respondan a una encuesta escrita de forma individual con el objetivo de reflexionar sobre sus creencias e ideas previas sobre el desarrollo y la educación de niños, niñas o adolescentes. La persona facilitadora dará a cada participante una copia del Anexo CPB 4.1 y un lápiz o bolígrafo. En dicho anexo aparecen una serie de enunciados que muestran distintas creencias sobre estas cuestiones. Los y las participantes tendrán que leer los distintos enunciados y decidir si, en su opinión, son verdaderos o falsos. La persona facilitadora estará atenta a explicar o aclarar a los y las participantes las ideas expresadas en los enunciados si tienen algún problema de comprensión. Se podrá explicar la tarea con unas instrucciones como las siguientes:

Sabemos que los niños y las niñas crecen y van desarrollando una forma de ser, una personalidad y unas características propias que les hacen convertirse en personas únicas y distintas de las demás. Hoy me gustaría que habláramos de estas cuestiones, en concreto, ¿por qué cada niño, niña o adolescente es cómo es? ¿Qué hace que cada uno o una sea más o menos inteligente, más o menos obediente, más o menos alegre? ¿Cómo influye la familia? ¿Qué podemos hacer los padres y las madres para favorecer el desarrollo de los hijos y de las hijas? No todas las personas pensamos lo mismo sobre estas cuestiones, cada una puede tener ideas diferentes. Me gustaría que penséis un poco sobre estos temas y respondáis según lo que creéis a la encuesta que os he dado. Vais a ver que para cada enunciado hay un pulgar para arriba que tenéis que señalar si pensáis que es “verdadero”, y otro para abajo que tendréis que señalar si pensáis que es “falso”. Si no entendéis bien lo que quiere decir algún enunciado no dudéis preguntarme. Id contestando a cada enunciado y luego los comentaremos en grupo.

PASO 2

En este segundo paso se llevará a cabo una discusión dirigida en forma de debate para abordar los distintos contenidos integrados en la encuesta. La finalidad de esta fase es que los y las participantes pongan en común sus creencias y expectativas evolutivo-educativas para que, a través del debate y la guía de la persona facilitadora, se analice la adecuación de estas ideas previas y se facilite la reelaboración conjunta de las mismas. Para ello, la persona facilitadora irá leyendo los enunciados tal y como aparecen en la encuesta, de uno en uno. Para cada enunciado, los y las participantes se distribuirán en la sala dependiendo de sus respuestas. Así, a un lado se situarán los y las participantes que consideraron verdadero el enunciado y, al otro lado, se situarán los y las participantes que contestaron que era falso. La persona facilitadora propondrá entonces un debate entre ambos grupos, en el que cada uno de ellos tendrá que defender y argumentar su postura hasta llegar a un acuerdo final sobre si el enunciado es verdadero o falso. Este proceso de debate se repetirá para cada uno de los enunciados incluidos en la encuesta. La persona facilitadora debe guiar los debates tratando de que el grupo consiga un acuerdo en línea con lo contenido en el Anexo CPB 2.2, donde además de la respuesta correcta la persona

facilitadora puede encontrar una breve explicación que le puede servir de guía para facilitar el debate. Esta fase se podrá introducir con una instrucción como la siguiente:

Ahora vamos a poner en común lo que habéis respondido a la encuesta. Voy a ir leyendo cada enunciado y, las personas que hayáis respondido que es verdadero os colocáis a este lado y las que hayáis respondido que es falso a ese otro lado. Una vez distribuidas en esos dos grupos, vamos a realizar un debate donde cada grupo tendrá que explicar y argumentar su postura. Mantendremos el debate hasta conseguir alcanzar un acuerdo entre todos y todas sobre si lo que dice el enunciado es verdadero o falso. Y esto lo vamos a repetir para cada uno de los enunciados de la encuesta. ¡Venga, empezamos con el primero!

Ideas clave

- Las figuras parentales tienen una gran influencia en los procesos de desarrollo de niños, niñas y adolescentes. Sus creencias y sus prácticas educativas contribuirán a definir las competencias, los valores y las características personales de sus hijos e hijas.
- Las creencias que tienen las personas adultas sobre el desarrollo y la educación provienen de su experiencia como hijos o hijas, de los conocimientos adquiridos y de su propia trayectoria evolutiva.
- Las creencias y expectativas que mantienen las figuras parentales sobre el desarrollo y la educación guían en gran parte su forma de actuar y comportarse con sus hijos e hijas.
- Las creencias e ideas previas no cambian fácilmente. Hay que hacerlas explícitas para poder transformarlas.
- Es muy importante que las figuras parentales reflexionen y tomen conciencia de sus creencias e ideas sobre el desarrollo y la educación durante la infancia y la adolescencia.
- La familia es el principal contexto de desarrollo durante la infancia y la adolescencia. La forma en que se organice la vida cotidiana, las experiencias vividas en la familia y las interacciones que niños, niñas y adolescentes mantienen con las figuras parentales con las que conviven son determinantes para su desarrollo.
- Las experiencias vividas en la familia son fundamentales no solo durante la infancia, sino para el desarrollo de las personas durante todo su ciclo vital.

Practicando lo aprendido

Tras el debate, los y las participantes volverán a releer su encuesta y señalarán todos aquellos enunciados en los que su respuesta no coincida con el acuerdo final al que se haya llegado en gran grupo. Se llevarán la encuesta a casa con el compromiso de reflexionar y tomar conciencia de si su forma de actuar como padres o madres cambiaría en función de las ideas y creencias reelaboradas.

Anexo CPB 4.1

Encuesta sobre creencias evolutivo-educativas

	Verdadero	Falso
Cada niño y niña es como es, los padres y las madres poco pueden hacer para influir en cómo son ni en cómo se comportan		
Con la forma de educar, los padres y las madres pueden conseguir que su hijo o hija sea tal y como quieran que sea		
Las experiencias que vivimos en nuestra familia cuando somos pequeños y pequeñas nos influyen para el resto de la vida		
La forma en que nuestros padres y madres nos educaron tiene mucho que ver con cómo tratamos a nuestros hijos e hijas		
No es bueno exigir a los niños ni a las niñas cuando son pequeños, ya tendrán tiempo de aprender		
Para que a un niño o una niña le vaya bien en la escuela, lo más importante es llevarle a un buen colegio		
Los padres y las madres pueden hacer mucho en casa para que a los niños, niñas y adolescentes les vaya bien en el colegio		
La familia es importante mientras los niños y niñas son pequeños, conforme se hacen mayores, los padres y madres dejan de poder influir en lo que hacen o en cómo se comportan		

Anexo CPB 4.2

Encuesta resuelta con respuestas e ideas para el debate

	Respuesta	Ideas clave para el debate
Cada niño y niña es como es, los padres y las madres poco pueden hacer para influir en cómo son ni en cómo se comportan	Falso	<p>El desarrollo no es algo prefijado, sino que puede favorecerse y estimularse desde el nacimiento.</p> <p>Las figuras parentales tienen una gran influencia en los procesos de desarrollo de sus hijos e hijas. Sus creencias y sus prácticas educativas contribuirán a definir las competencias, los valores y las características personales de sus hijos e hijas.</p>
Con la forma de educar, los padres y las madres pueden conseguir que su hijo o hija sea tal y como quieran que sea	Falso	<p>Desde el nacimiento, niños y niñas muestran características específicas que les definen como personas únicas e irrepetibles.</p> <p>La educación influye mucho en la forma de ser y en las competencias que adquiere cada persona, pero hay que respetar las características personales de cada niño, niña y adolescente y aceptar que no es posible ni conveniente tratar de que sean exactamente como nos gustaría.</p>
Las experiencias que vivimos en nuestra familia cuando somos pequeños y pequeñas nos influyen para el resto de la vida	Verdadero	<p>La familia es el principal contexto de desarrollo durante la infancia y la adolescencia. La forma en que se organice la vida cotidiana, las experiencias vividas en la familia y las interacciones que niños, niñas y adolescentes mantienen con las figuras parentales con las que conviven son determinantes para su desarrollo.</p> <p>Las experiencias vividas en la familia son fundamentales no solo durante la infancia, sino para el desarrollo de las personas durante todo su ciclo vital.</p>

	Respuesta	Ideas clave para el debate
La forma en que nuestros padres y madres nos educaron tiene mucho que ver con cómo tratamos a nuestros hijos e hijas	Verdadero	<p>Las creencias que tienen las personas adultas sobre el desarrollo y la educación provienen de su experiencia como hijos o hijas, de los conocimientos adquiridos y de su propia trayectoria evolutiva.</p> <p>Las creencias y expectativas que mantienen las figuras parentales sobre el desarrollo y la educación guían en gran parte su forma de actuar y comportarse con sus hijos e hijas.</p>
No es bueno exigir a los niños ni a las niñas cuando son pequeños, ya tendrán tiempo de aprender	Falso	<p>Las exigencias de madurez son necesarias y adecuadas para promover el desarrollo infantil y adolescente.</p> <p>Las figuras parentales deben plantear retos alcanzables y adecuados a las características de sus hijos e hijas y apoyarlos para que los consigan.</p> <p>Las exigencias de madurez y responsabilidad son esenciales para promover el desarrollo de una progresiva autonomía durante la infancia y la adolescencia.</p>
Para que a un niño o una niña le vaya bien en la escuela, lo más importante es llevarle a un buen colegio	Falso	<p>Elegir un buen colegio no garantiza que a un niño o una niña le vaya a ir bien. El papel de la familia es determinante en este sentido.</p> <p>La familia y la actuación de las figuras parentales tiene un papel esencial para la adaptación de niños, niñas y adolescentes en otros contextos sociales como la escuela.</p>
Los padres y las madres pueden hacer mucho en casa para que a los niños, niñas y adolescentes les vaya bien en el colegio	Verdadero	<p>Las figuras parentales pueden promover y favorecer que a sus hijos e hijas les vaya bien en la escuela. Con la forma en que organicen la vida cotidiana, los valores que traten de transmitirles y, sobre todo, con su implicación, apoyo y acompañamiento en las diferentes etapas educativas, las figuras parentales pueden favorecer mucho el desempeño escolar de sus hijos e hijas.</p>

	Respuesta	Ideas clave para el debate
<p>La familia es importante mientras los niños y niñas son pequeños, conforme se hacen mayores, los padres y madres dejan de poder influir en lo que hacen o en cómo se comportan</p>	<p>Falso</p>	<p>La familia es el principal contexto de desarrollo durante la infancia y la adolescencia. Aunque al llegar a la adolescencia los chicos y las chicas empiezan a recibir más influencias de otros contextos como las amistades y compañeros y compañeras, las experiencias vividas en la familia, así como los hábitos y los valores adquiridos durante la infancia les siguen acompañando y son determinantes para su desarrollo posterior.</p>

FASE ENTRENAMIENTO EN COMPETENCIAS PARENTALES BÁSICAS (CPB)

Sesión ¿Cómo nos decimos las cosas? (CPB 5)

Competencia parental

- Afecto, comunicación y aceptación

Objetivos específicos

- Tomar conciencia de que la comunicación y el afecto deben presidir las relaciones con niños, niñas y adolescentes.
- Aprender que existen formas de comunicación que favorecen una relación saludable entre las figuras parentales y sus hijos e hijas y otras que las complican.
- Reflexionar sobre las consecuencias de las distintas formas de comunicación que usan las figuras parentales en las relaciones con sus hijos e hijas.
- Conocer que el afecto y la comunicación no son incompatibles con las estrategias disciplinarias en las prácticas educativas.

Materiales

- Lapiceros
- Anexo CPB 5.1 Fotografía
- Anexo CPB 5.2 Casos

Técnicas

- Puesta en común
- Estudio de casos
- Discusión dirigida
- Construcción de imágenes

Duración

- Paso 1: 15 minutos
- Paso 2: 25 minutos
- Paso 3: 10 minutos

Tiempo total estimado: 50 minutos

Desarrollo de la sesión

Con esta sesión, adaptada del Programa de Formación y Apoyo Familiar (Hidalgo et al., 2011), se pretende que los y las participantes reflexionen sobre las distintas formas en que las figuras parentales pueden decir las cosas a sus hijos e hijas y cómo las distintas maneras de comunicarse tienen consecuencias diferentes para las relaciones que se establecen con ellos y ellas. Además, esta sesión pretende que los y las participantes pongan en práctica nuevas formas de tratar a sus hijos e hijas, que integren el afecto y la comunicación con el control y la disciplina, con el objetivo de fomentar buenas relaciones interpersonales en el ámbito familiar. Para ello, la actividad se articula en diferentes partes. En primer lugar, la persona facilitadora introducirá la sesión con una puesta en común sobre la diversidad comunicativa. En segundo lugar, se llevará a cabo una construcción de imágenes y una discusión dirigida. Finalmente, la sesión concluirá con una síntesis realizada por la persona facilitadora sobre los contenidos trabajados.

PASO 1

En este primer paso, el objetivo es que los y las participantes tomen conciencia de que hay distintas formas de decir las cosas y que el modo de decirlas influye de forma importante en la relación que mantenemos con las demás personas. Para ello, la persona facilitadora enseñará la fotografía que aparece en el Anexo CPB 5.1 y pedirá a los y las participantes que piensen y propongan todas las formas posibles de comunicarse que se les ocurran. Las instrucciones podrían ser parecidas a estas:

En esta actividad vamos a aprender que hay distintas formas de decir las cosas. Por ejemplo, mirad esta fotografía, estáis en un parque con un niño pequeño y hay alguien fumando que le está echando el humo. ¿Qué le diríais? ¿Cómo lo haríais? Pensad en distintas formas de actuar y en las consecuencias que conlleva cada una de ellas.

PASO 2

En este paso se trata de que la persona facilitadora ayude a los y las participantes a reflexionar y descubrir que también en las relaciones con niños, niñas y adolescentes es importante el modo de decir las cosas. Para esto, la persona facilitadora presentará dos casos diferentes. Cada caso se soluciona de dos modos diferentes (Anexo CPB 5.2). Los y las participantes deberán construir una imagen para cada una de las soluciones propuestas. En esta actividad se trabajarán ambos casos, primero uno y después el otro. En concreto, la persona facilitadora leerá en gran grupo el primer caso y su primera solución. En ese momento, solicitará que salgan dos personas voluntarias (una para la figura parental y otra para el hijo o la hija). Estas dos personas deberán adoptar la postura corporal que represente a la figura parental y al hijo o la hija de la primera solución (como si fuera una fotografía, una imagen que muestre aquello que está ocurriendo en la primera solución). Seguidamente, se hará lo mismo con la segunda solución, es decir, la persona facilitadora leerá la solución segunda y otros dos participantes construirán la imagen. Posteriormente, una vez estén construidas las dos imágenes, la persona facilitadora planteará las preguntas guía que se muestran en este paso para el primer caso. Se recomienda que las dos imágenes permanezcan representadas mientras se formulan las preguntas guía. Este proceso será repetido con el segundo caso. La tarea podrá presentarse con unas instrucciones similares a las siguientes:

En el ejemplo anterior hemos visto que hay muchas formas de decir las cosas en distintas situaciones. Esto también es así cuando se les habla a los hijos e hijas. La forma de hablarles determina la relación con ellos y ellas. Es importante hablar con respeto para mantener buenas relaciones. Ahora vamos a analizar otras situaciones, pero esta vez se trata de la comunicación en las relaciones de padres y madres con sus hijos e hijas. Primero voy a leer caso de Miguel y, después, el de Carmen. Cada caso tiene dos soluciones. Cuando lea el caso de Miguel y la primera solución, me gustaría que dos personas salieseis de modo voluntario, una para hacer del padre/madre de Miguel y otra de Miguel. Lo que tenéis que hacer es construir una imagen como si fuese una foto de lo que está ocurriendo en la primera solución. Después leeré la segunda solución y saldrán otras dos personas voluntarias para construir la imagen de esa segunda solución. Con ambas imágenes por delante, compararemos qué pasa en cada una de ellas y discutiremos cuál resulta más adecuada. Así vamos a hacerlo tanto para el caso de Miguel como para el de Carmen.

Una vez realizada la imagen, la persona facilitadora leerá el caso sin explicar las dos soluciones representadas. El grupo deberá explicar el significado de las dos versiones representadas por los y las participantes protagonistas.

Para el primer caso se podrán utilizar las siguientes preguntas:

- *¿En qué se diferencia la actuación de la madre o del padre en las dos versiones del caso de Miguel? ¿Cómo se comporta el padre/madre en cada caso?*
- *En las dos versiones la madre o el padre se enfada y trata de ser firme con el niño pero, ¿creéis que las consecuencias para la relación madre/padre-hijo/hija son iguales en los dos casos? ¿Por qué?, ¿en qué se nota?*
- *¿Qué tiene la actuación de la madre o el padre de la segunda opción que le falta a la primera?, ¿en qué se nota?*

Se seguirá el mismo proceso para el segundo caso utilizando las siguientes preguntas para fomentar la reflexión y diálogo:

- *¿En qué se diferencia la actuación de la madre o del padre en las dos versiones del caso de Carmen?*
- *¿Cómo se comporta en cada caso?*
- *En las dos versiones la madre o el padre confía en su hija y mantiene una buena relación con ella, pero ¿creéis que las consecuencias para la niña serán las mismas en las dos versiones? ¿Por qué?, ¿en qué se nota?*
- *¿Qué tiene la actuación de la madre o del padre de la segunda opción que le falta a la primera?, ¿en qué se nota?*

PASO 3

Una vez que los y las participantes hayan analizado los casos anteriores, en este tercer paso la persona facilitadora planteará una discusión dirigida de las alternativas comunicativas que integren tanto afecto como control, empleando las siguientes preguntas:

- *El modo en que se han desarrollado los casos ¿favorece la comunicación y la relación entre la figura parental y su hijo/hija?*
- *¿De qué otra forma se podría haber hecho para mejorar la comunicación/relación entre la figura parental y su hijo/hija?*
- *¿En las versiones de los casos representados se combinan el afecto y el cariño por los hijos y las hijas con el control y la disciplina?*
- *¿Qué hacen los padres y las madres en estas situaciones que complican o ponen en riesgo la relación y futura comunicación con sus hijos e hijas? ¿Qué tenemos que evitar?*
- *¿Qué pueden hacer los padres y las madres en estas situaciones para que sus actuaciones no dificulten su relación futura? ¿Qué podemos hacer?*
- *Hemos observado diferentes maneras de relacionarnos y comunicarnos con nuestros hijos e hijas, ¿qué consecuencias tiene relacionarse con los hijos y las hijas de una determinada manera u otra?*

Ideas clave

- *La comunicación es un proceso esencial en las relaciones de las figuras parentales con sus hijos e hijas que favorece un buen clima familiar y el desarrollo óptimo de niños, niñas y adolescentes.*
- *En las relaciones de las figuras parentales con sus hijos e hijas existen distintas formas de comunicarse.*
- *El afecto, el cariño y el respeto deben estar siempre presentes en las relaciones con los hijos y las hijas.*
- *Los comportamientos y actitudes parentales que favorecen la comunicación y la confianza en las relaciones entre las figuras parentales y sus hijos e hijas están basadas en la escucha activa, la confianza, el apoyo, la comprensión y el interés.*
- *Existen conductas y actitudes de las figuras parentales que se convierten en importantes obstáculos que dificultan la comunicación con sus hijos e hijas, tales como culpabilizar, atacar, criticar, etiquetar, magnificar el problema, ignorar o imponer.*
- *Es importante cuidar la forma de decir las cosas para fomentar buenos cauces de comunicación entre las figuras parentales y sus hijos e hijas y no provocar un distanciamiento emocional indeseable con ellos y ellas.*
- *El modo que tienen las figuras parentales de decir las cosas provoca repercusiones sobre lo que sienten sus hijos e hijas y sobre la calidad de la relación que mantienen con ellos y ellas.*
- *Las muestras de cariño y afecto no están reñidas con la exigencia y el control del comportamiento de los hijos y las hijas.*

Practicando lo aprendido

Como actividad para casa se les pedirá que identifiquen una situación cotidiana familiar en la que sus hijos e hijas se hayan comportado de forma inadecuada y por lo tanto sea necesario mantener una conversación con ellos o ellas. Tendrán que reflexionar sobre su manera de abordar la situación, analizando si sus actuaciones y actitudes propician una buena comunicación futura con sus hijos e hijas y pensando en alternativas de mejora para un mayor acercamiento emocional.

Material de consulta

Hidalgo, M.V., Menéndez, S., López, I., Sánchez, J., Lorence, B. y Jiménez, L. (2011). *Programa de Formación y Apoyo Familiar (FAF)*. Ayuntamiento de Sevilla.

Anexo CPB 5.1

Fotografía



Anexo CPB 5.2

Casos

Caso 1

Al apagarle su padre/madre la tele porque ya es muy tarde, Miguel le dice a su padre/madre con rabia: “Como no me dejes seguir viendo la tele, te tiro tu móvil” y, a continuación, lanza el móvil contra la pared.

Opción 1

Pero... ¡qué has hecho! ¿Estás tonto? Que sepas que esto es demasiado y ya no te lo perdono. Yo no puedo querer a un niño que hace estas cosas. Vete a tu cuarto que no quiero verte más.

Opción 2

¿Por qué has hecho eso? ¿Tú crees que eso está bien? Me pone muy triste que el niño al que yo más quiero se porte así de mal. Vete a tu cuarto y piensa en lo que has hecho. Cuando te arrepientas y me quieras pedir perdón, iré a darte las buenas noches.

Caso 2

Carmen llega a su casa diciéndole a su padre/madre que la han expulsado dos días del instituto. Le dice que no entiende por qué la han echado ya que, según la chica, ella no ha hecho nada malo.

Opción 1

Está claro que el profesor ése te tiene manía. No te preocupes, yo sé que si ha habido problemas tú no has tenido la culpa. No pasa nada, así te ahorras madrugar estos dos días.

Opción 2

¿Qué ha pasado? Yo confío en ti, pero también estoy segura de que ha tenido que pasar algo para que el profesor te expulse. Cuéntame lo que ha pasado, tal como ocurrió, para que las medidas que yo tome sean las justas.

FASE ENTRENAMIENTO EN COMPETENCIAS PARENTALES BÁSICAS (CPB)

Sesión La carrera hacia la escuela (CPB 6)

Competencia parental

- Implicación escolar

Objetivos específicos

- Tomar conciencia acerca de la influencia que las figuras parentales ejercen en la adaptación escolar de sus hijos e hijas.
- Promover la implicación y el acompañamiento de las figuras parentales en la vida escolar de sus hijos e hijas.
- Favorecer la coordinación y comunicación entre la familia y la escuela.

Materiales

- Dos cartulinas en blanco
- Cinta adhesiva
- Una cartulina A2 en la que esté escrita la palabra escuela
- Bolígrafos
- Anexo CPB 6.1 Actuaciones para acercarnos al colegio
- Anexo CPB 6.2 Planificación espacial de la carrera
- Anexo CPB 6.3 Avanzamos hacia la escuela

Técnicas

- Diálogo simultáneo
- Discusión dirigida
- Juego dirigido

Duración

- Paso 1: 25 minutos
- Paso 2: 25 minutos
- Paso 3: 10 minutos

Tiempo total estimado: 1 hora

Desarrollo de la sesión

Esta sesión ayudará a los y las participantes a tomar conciencia de la importancia que tiene para la adaptación escolar de niños, niñas y adolescentes que las figuras parentales participen en la gestión y organización de la escuela, así como que se impliquen y acompañen a sus hijos e hijas en su vida escolar. La sesión está estructurada en tres pasos. En el primer paso, se llevará a cabo un diálogo simultáneo en dos grupos para identificar acciones parentales que pueden beneficiar o perjudicar el buen desempeño de niños, niñas y adolescentes en el colegio. En segundo lugar, se realizará un juego dirigido, “la carrera hacia la escuela”, en el que los y las participantes reflexionarán sobre las actuaciones que ellos y ellas ponen en marcha para acercarse a la escuela de sus hijos e hijas. Por último, se invitará a la reflexión personal y se les pedirá a las figuras parentales que se comprometan a realizar algún cambio en ellas mismas para la mejora de la adaptación escolar de sus hijos e hijas. Resulta fundamental que, previamente a esta actividad, las figuras parentales reconozcan la escuela como un contexto esencial de desarrollo y socialización para sus hijos e hijas.

PASO 1

En este paso se explorarán las actuaciones que llevan a cabo las figuras parentales para implicarse en las funciones que la escuela desempeña en la educación de sus hijos e hijas. Para ello, los y las participantes se separarán en dos grupos para llevar a cabo un diálogo simultáneo. En un grupo se llevará a cabo un diálogo de las actuaciones positivas que pueden llevar a cabo las figuras parentales para contribuir a la mejora de la adaptación escolar de sus hijos e hijas. En el otro grupo se llevará a cabo un diálogo sobre las actuaciones negativas que pueden perjudicar la adaptación escolar de sus hijos e hijas. Cada grupo tendrá una cartulina y bolígrafos, un grupo tendrá un símbolo positivo en la parte superior de la cartulina (+) y el otro grupo un símbolo negativo en la parte superior de la cartulina (-). Este material debe ser preparado por la persona facilitadora antes de la actividad. Cada grupo irá apuntando las acciones que vaya identificando. Este paso puede presentarse con unas instrucciones similares a las siguientes:

Ahora vamos a pensar en las cosas que los padres y las madres pueden hacer para que a sus hijos e hijas les vaya bien en la escuela. ¿Qué entendemos por ir bien en la escuela? Por ejemplo, ir contento al cole o al instituto, tener ilusión por aprender, obtener buenas notas, esforzarse por hacer las cosas bien, llevarse bien con compañeros y compañeras de clase y con el profesorado. Para esta actividad, vamos a crear dos grupos. Un grupo va a pensar en todas aquellas acciones que los padres y las madres pueden hacer para que a sus hijos e hijas les vaya bien en la escuela, por ejemplo, conocer a sus profesores y profesoras. Este grupo tiene en su cartulina el símbolo “+”. El otro grupo va a identificar acciones de los padres y las madres que pueden perjudicar la marcha de sus hijos e hijas en la escuela, por ejemplo, no acudir a las reuniones de principio de curso. Este grupo tiene en su cartulina el símbolo “-”. Tenéis 10 minutos para escribir todas aquellas cosas que se os ocurran como si fuera un listado.

Después de que las figuras parentales hayan terminado la reflexión en grupo, en un tiempo estimado de unos 10 minutos, la persona facilitadora pedirá que un o una representante de cada grupo comente en voz alta las actuaciones parentales positivas y negativas recopiladas. En este momento, si la persona facilitadora observa que faltan acciones importantes no comentadas en los grupos, puede plantear preguntas generales que inviten

de nuevo a la discusión. A continuación, se presentan preguntas que podrán ser utilizadas en este momento por la persona facilitadora:

- *¿Se os ocurren otras actuaciones positivas o negativas?*
- *¿De qué manera los padres y las madres podrían ayudar en la buena gestión y funcionamiento de la escuela? ¿Qué cosas podrían ser perjudiciales?*
- *¿De qué manera los padres y las madres pueden ayudar a sus hijos e hijas con las tareas escolares? ¿Qué tipo de actuaciones de los padres y las madres podrían perjudicar para que niños, niñas y adolescentes se impliquen y esfuercen con estas tareas?*
- *¿Creéis que hablar de la escuela en casa es bueno? ¿Qué tipo de conversaciones pueden beneficiar y cuáles pueden perjudicar?*
- *¿Creéis que es importante que las figuras parentales conozcan a las personas con las que se relacionan niños, niñas y adolescentes en la escuela? ¿Por qué?*

En el Anexo CPB 6.1 se ofrece a la persona facilitadora un listado de posibles actuaciones que las figuras parentales pueden llevar a cabo en relación con la escuela y que, dependiendo de su cumplimiento o no, pueden resultar beneficiosas o perjudiciales para la adaptación escolar de sus hijos e hijas. En dicho anexo aparecen filas en blanco para que la persona facilitadora pueda completarlas con otras posibilidades que los y las participantes comenten durante la actividad y que parezcan adecuadas para ser incluidas en el paso posterior. Este anexo es un material de apoyo para la persona facilitadora y, por lo tanto, no debe repartirse entre los y las participantes.

PASO 2

En este paso se pondrá en marcha un juego dirigido por la persona facilitadora, denominado *La carrera hacia la escuela*. El objetivo es que cada participante reflexione sobre su implicación escolar. Para esto, los y las participantes se pondrán en un lado de la sala, tal y como aparece en el Anexo CPB 6.2. La persona facilitadora pondrá cinta adhesiva en el suelo para marcar la salida de la carrera y los y las participantes se colocarán justo detrás de ella. Acto seguido, con ayuda del Anexo CPB 6.1 completado, la persona facilitadora irá leyendo en voz alta, uno por uno, cada uno de los ejemplos de actuaciones positivas recopiladas y que aparecen en la última columna de la tabla del Anexo CPB 6.1. Para cada actuación, cada participante dará un paso adelante si esa afirmación es verdadera para él o ella; en el caso de que no fuera así, el o la participante se quedará quieto o quieta sin avanzar. Por lo tanto, cada persona podrá dar un máximo de 20 pasos, uno por cada actuación registrada en el anexo. La persona facilitadora podrá explicar esta actividad de la siguiente forma:

Ahora vamos a pensar en las cosas que hacéis para intentar que le vaya bien a vuestro hijo o hija en la escuela. Para eso, vamos a hacer una carrera con el propósito de comprobar cómo de cerca o de lejos estáis de la escuela de vuestro hijo o hija. Os pondréis detrás de la salida marcada en el suelo con la cinta adhesiva. Como veis, al fondo de la sala hay una cartulina en la que pone la palabra escuela y que sería la meta a alcanzar en esta carrera. Del trabajo realizado anteriormente, tengo un listado de cosas que los padres y las madres pueden hacer para implicarse en la escuela de sus hijos e hijas y para que

les vaya bien. Voy a ir leyéndolas una a una y tenéis que pensar si es algo que realizáis. Si se trata de algo que hacéis, daréis un paso adelante. Sin embargo, si no realizáis esa acción, os quedaréis quietos en el mismo sitio. ¿Estáis preparados? ¡Comencemos la carrera hacia la escuela!

La persona facilitadora utilizará el Anexo CPB 6.1 para ir leyendo uno a uno los ejemplos de actuaciones parentales positivas identificadas en grupo. Entre uno y otro se dará un tiempo a los y las participantes para que decidan si dan un paso al frente o no.

PASO 3

Al finalizar la carrera hacia la escuela, la persona facilitadora pedirá a los y las participantes que permanezcan en el lugar donde se quedaron en la carrera y que reflexionen sobre lo qué pueden hacer por acercarse un poquito más a la meta final. Para ello, les dará un bolígrafo y uno de los recuadros de texto recortados del Anexo CPB 6.3 y les pedirá que completen la frase que tienen desde el sitio donde están, con objeto de promover un compromiso para el cambio. La persona facilitadora puede dejar unos 5 minutos de reflexión personal. Una vez completado el compromiso, y siempre que los y las participantes deseen hacerlo, se les pedirá que lo lean en voz alta.

Ideas clave

- La familia y la escuela son los principales contextos de desarrollo durante la infancia y la adolescencia, por lo que es fundamental que se entiendan, coordinen y trabajen juntas en la educación de niños, niñas y adolescentes.
- Los problemas escolares no son resultado de la despreocupación de niños, niñas y adolescentes. Las figuras parentales deben tomar conciencia de su responsabilidad en el ajuste e implicación de sus hijos e hijas en la escuela.
- La implicación y el acompañamiento de las figuras parentales en la adaptación escolar de sus hijos e hijas es fundamental.
- Resulta muy beneficioso que las figuras parentales participen activamente en los órganos de gestión escolar, así como que se interesen por las normas de funcionamiento del centro educativo.
- Las familias deben mantener un contacto periódico con los y las profesionales del centro educativo para actuar coordinadamente.
- Es importante que las figuras parentales conozcan y se relacionen con las amistades de clase de sus hijos e hijas, así como con sus familias.
- Las figuras parentales deben ocuparse de preparar un entorno en casa que facilite el estudio de sus hijos e hijas.

Practicando lo aprendido

Los y las participantes se llevarán a casa una fotografía de las cartulinas trabajadas en el paso 1 para reflexionar individualmente o con su pareja acerca de lo trabajado en la sesión. Además, en el paso 3 cada participante se irá con un compromiso de cambio que la persona facilitadora animará a cumplir en un plazo determinado.

Anexo CPB 6.1

Actuaciones para acercarnos al colegio

Actuaciones generales	Ejemplo positivo
1 Percibir la escuela como un lugar imprescindible para el desarrollo saludable de niños, niñas y adolescentes	En casa, hablamos muchas veces de lo importante que es la escuela para las personas
2 Participar en la gestión y funcionamiento del centro	Conozco las normas de funcionamiento del cole de mi hijo o hija
3 Participar en las actividades organizadas por la escuela	Participo en excursiones o en la organización de las fiestas escolares como Halloween o carnavales
4 Favorecer la asistencia niños, niñas y adolescentes a la escuela	Me aseguro de que mi hijo o hija vaya a la escuela todos los días
5 Reconocer y poner en valor la labor del profesorado	Le hablo a mi hijo o hija sobre lo importante que es escuchar y respetar al profesorado
6 Mantener contacto con el equipo docente del centro	Acudo a las tutorías siempre que me citan los profesores y profesoras de mi hijo o hija
7 Relacionarse con las familias de los compañeros y compañeras de clase	Me relaciono con padres y madres de los compañeros y compañeras de mi hijo o hija
8 Conocer a los compañeros y compañeras de clase de mi hijo o hija	En el último trimestre he coincidido y he hablado con varias amistades de clase de mi hijo o hija
9 Mostrar interés por los contenidos de aprendizaje	Casi siempre le pregunto a mi hijo o hija qué ha trabajado ese día en el cole y qué ha aprendido
10 Promover la motivación intrínseca por el aprendizaje	Le digo a mi hijo o hija lo importante e interesante que es aprender cosas nuevas
11 Implicarse en las tareas escolares de mis hijos e hijas	Ayudo o superviso de alguna manera que mi hijo o hija haga los deberes del cole
12 Conocer el progreso académico de mis hijos e hijas	Estoy al tanto de las notas que saca mi hijo o hija en los exámenes
13 Crear una zona de estudio tranquila en casa	Me aseguro de que mi hijo o hija tenga un espacio tranquilo para realizar las tareas

Actuaciones generales	Ejemplo positivo
14 Valorar el trabajo y esfuerzo de mis hijos e hijas	Casi siempre que mi hijo o hija hace un buen trabajo o saca buena nota en el cole le felicito por su esfuerzo
15	
16	
17	
18	
19	
20	

Anexo CPB 6.2

Planificación espacial de la carrera



Anexo CPB 6.3

Avanzamos hacia la escuela

Yo como madre/padre estoy _____ (lejos o cerca) de la escuela de mi hijo/hija, y para que le vaya mejor me comprometo a _____ (indica una acción de las trabajadas la actividad)

Yo como madre/padre estoy _____ (lejos o cerca) de la escuela de mi hijo/hija, y para que le vaya mejor me comprometo a _____ (indica una acción de las trabajadas la actividad)

Yo como madre/padre estoy _____ (lejos o cerca) de la escuela de mi hijo/hija, y para que le vaya mejor me comprometo a _____ (indica una acción de las trabajadas la actividad)

Yo como madre/padre estoy _____ (lejos o cerca) de la escuela de mi hijo/hija, y para que le vaya mejor me comprometo a _____ (indica una acción de las trabajadas la actividad)

Yo como madre/padre estoy _____ (lejos o cerca) de la escuela de mi hijo/hija, y para que le vaya mejor me comprometo a _____ (indica una acción de las trabajadas la actividad)

Yo como madre/padre estoy _____ (lejos o cerca) de la escuela de mi hijo/hija, y para que le vaya mejor me comprometo a _____ (indica una acción de las trabajadas la actividad)

Yo como madre/padre estoy _____ (lejos o cerca) de la escuela de mi hijo/hija, y para que le vaya mejor me comprometo a _____ (indica una acción de las trabajadas la actividad)

FASE ENTRENAMIENTO EN COMPETENCIAS PARENTALES BÁSICAS (CPB)

Sesión ¿Qué harías tú? (CPB 7)

Competencia parental

- Normas y supervisión

Objetivos específicos

- Identificar diferentes prácticas disciplinarias parentales que se pueden utilizar ante situaciones en las que los hijos y las hijas se comportan inadecuadamente.
- Reflexionar sobre las consecuencias, ventajas e inconvenientes de diferentes prácticas disciplinarias parentales.
- Aprender a identificar las estrategias más adecuadas y eficaces en función de la situación y de las características individuales de los hijos y las hijas.

Materiales

- Rollo de papel para el mural (1m x 1m)
- Bolígrafos
- Anexo CPB 7.1 Casos prácticos
- Anexo CPB 7.2 Diseño del mural
- Anexo CPB 7.3 Tarjetas: ¿qué harías tú?
- Anexo CPB 7.4 Casos prácticos resueltos con las actuaciones más destacadas

Técnicas

- Estudio de casos
- Presentación oral
- Técnicas de expresión artística
- Discusión dirigida

Duración

- Paso 1: 10 minutos
- Paso 2: 20 minutos

- Paso 3: 30 minutos
- Paso 4: 15 minutos

Tiempo total estimado: 1 hora y 15 minutos

Desarrollo de la sesión

Esta sesión, inspirada en una actividad del Programa de Formación y Apoyo Familiar (Hidalgo et al., 2011), aborda la temática de las prácticas disciplinarias, analizando las actuaciones de las figuras parentales ante conductas inadecuadas cotidianas de sus hijos e hijas como el incumplimiento de normas. Las posibles actuaciones parentales sobre las que se trabajará son: sobre-corrección, diálogo, modelado, extinción, retirada de privilegios, reprimenda verbal, castigo físico y consentimiento. La sesión está estructurada en cuatro pasos. En el primer paso se presentará a los y las participantes cuatro casos ficticios para que reflexionen individualmente sobre cómo reaccionarían ante las situaciones presentadas. En segundo lugar, la persona facilitadora llevará a cabo una presentación de distintas prácticas disciplinarias y pedirá a los y las participantes que relacionen las formas de actuar de los y las protagonistas de los casos con las prácticas presentadas. Tercero, se realizará una dinámica grupal para analizar la adecuación de las diferentes prácticas desde un enfoque situado, es decir, se analizará en qué medida son adecuadas las diferentes prácticas identificadas para cada uno de los casos trabajados. Y, por último, se llevará a cabo una discusión grupal en torno a las actuaciones parentales reflexionando en torno a su efectividad, así como sobre sus posibles consecuencias para el desarrollo de los hijos y las hijas desde un enfoque global. Es recomendable que los y las participantes hayan trabajado anteriormente en el grupo el establecimiento de normas y límites, dado que la elección de una práctica parental u otra va a estar condicionada por las normas establecidas en casa.

PASO 1

En este paso los y las participantes reflexionarán sobre las prácticas disciplinarias que utilizan cuando los hijos y las hijas no cumplen una norma de casa o simplemente se comportan de manera inadecuada. Para ello se utilizarán los cuatro casos presentados en el Anexo CPB 7.1. Cada participante tendrá una copia del Anexo CPB 7.1 y un bolígrafo. Para cada uno de los casos, los y las participantes escribirán lo que harían si su hijo o hija se comportara de la manera descrita en ese caso. La actividad podrá presentarse con unas instrucciones similares a las siguientes:

Existen diferentes formas de reaccionar ante los comportamientos inadecuados de niños, niñas y adolescentes o ante el no cumplimiento de las normas establecidas en casa. Dependiendo de la situación, del hijo o hija que lo haga o incluso de nuestro estado de ánimo, podemos actuar de una manera u otra. En el documento que os he repartido aparecen distintos casos que describen situaciones cotidianas en las que un hijo o una hija hace algo que al padre o a la madre no le agrada. Veréis que para cada caso hay un cuadro en blanco a su derecha. En ese cuadro quiero que escribáis la reacción que posiblemente tendríais si fuera vuestro hijo o hija. Podéis escribir una o dos reacciones posibles para cada situación. Os dejaré unos minutos para que tranquilamente leáis cada caso, os

imaginéis como padre o madre en dicha situación, y os preguntéis, ¿qué haría yo si mi hijo o hija se comportara así?

PASO 2

Para este paso la persona facilitadora colocará con antelación en una de las paredes de la sala un pliego de papel de un metro de ancho y otro de largo, pintado de acuerdo con el diseño que aparece en el Anexo CPB 7.2. Una vez colocado, la persona facilitadora iniciará este paso con la presentación oral de las 8 prácticas disciplinarias parentales que se presentan en el Anexo CPB 7.3. Para facilitar esta exposición a la persona facilitadora, se presenta a continuación una tabla en la que se describen técnicamente estas prácticas: se indica el nombre de la práctica y entre paréntesis se plantea una denominación más familiar de cada actuación para utilizar con los y las participantes; además, se ofrece una breve definición del comportamiento parental característico de dicha práctica. Se hará referencia a la idea de que no existe una única técnica o forma de controlar el comportamiento que sea válida ni adecuada para todas las ocasiones ni para todos los niños, niñas y adolescentes.

Actuaciones parentales	
Sobre-corrección (Reparar)	Le pediría que reparara las consecuencias de sus actos
Dialogar (Hablar y/o pactar)	Hablaría tranquilamente de lo sucedido para conocer su opinión sobre lo ocurrido, le explicaría la importancia de hacer las cosas bien y, si fuera necesario, negociaría con él o ella cómo solucionar el problema
Modelado (Imitar)	Le enseñaría cómo hacerlo, poniéndome yo como ejemplo para que me imite
Consentimiento (Ceder)	Cedería y le daría lo que quiere
Extinción (Ignorar)	No le prestaría atención, lo dejaría pasar
Retirada de privilegios (Castigar)	Le castigaría quitándole algo que le gusta o le pediría que se fuera solo o sola a otro lugar de la casa
Reprimenda verbal (Reñir)	Me enfadaría, gritaría y le reñiría
Castigo físico (Pegar)	Le daría un cachete o le pegaría

Durante la presentación se irán repartiendo las tarjetas del Anexo CPB 7.3 a cada participante. Cada participante debe tener cuatro sets de tarjetas de las 8 prácticas parentales para que posteriormente pueda trabajar con ellas en cada caso. Tendrán unos minutos para revisar las respuestas en el Anexo CPB 7.1 e identificar qué prácticas parentales describen las actuaciones escritas en cada caso. Conforme los y las participantes vayan resolviendo los casos, irán colocando las tarjetas de prácticas identificadas en el lugar del mural destinado

para cada caso. De tal modo que, al finalizar este paso, el mural recogerá las prácticas de todos los y las participantes en los cuatro casos descritos, siendo muchas de ellas repetidas. Es fundamental que las tarjetas estén ya cortadas y preparadas para pegar en el mural. Este paso podrá presentarse con unas instrucciones similares a las siguientes:

Todos y todas ya habéis escrito cómo os comportaríais en los cuatro casos descritos. Como hemos visto hay muchas formas de actuar ante los comportamientos inadecuados de los hijos y las hijas. He repartido cuatro conjuntos de tarjetas que contienen las actuaciones que os he explicado. Ahora tenéis que ir caso por caso, buscando la tarjeta correspondiente a la actuación o las actuaciones que habías escrito en vuestro documento anterior. Conforme vayáis identificando vuestras actuaciones en estas tarjetas os levantáis y las pegáis en este mural que he colocado en la pared. Por ejemplo, si uno o una reconoce que en el caso 1 ha usado el castigo y ha reñido irá al mural grupal con ambas tarjetas y las pegará en la parte del caso 1. Podéis ir acercándoos al mural libremente a medida que terminéis con cada caso (identificar mis reacciones en el caso con una o varias actuaciones, buscar la o las tarjetas correspondientes y levantarme para pegarlas en el lugar indicado del caso), y así hasta llegar al último caso. Tenemos alrededor de 10 minutos para completar el mural entre todas y todos.

PASO 3

El objetivo de este paso es analizar caso por caso qué prácticas parentales son las más adecuadas. Después de que los y las participantes hayan colocado las tarjetas de sus actuaciones en el mural, la persona facilitadora realizará un análisis grupal mediante una discusión dirigida sobre la adecuación de las prácticas parentales identificadas en cada caso. Caso a caso, irá planteando para cada actuación una serie de preguntas al grupo (ver más abajo). Las respuestas a estas preguntas permitirán etiquetar las diferentes actuaciones de cada caso con un sol o un rayo dependiendo de su adecuación. Así, la persona facilitadora dibujará en el mural la imagen de un sol si la práctica es considerada adecuada (por ser eficaz y respetuosa con el hijo o la hija) o de un rayo si la práctica es considerada inadecuada (por ser ineficaz o irrespetuosa). Por actuación eficaz se entenderá aquella que reduce la aparición del comportamiento que se pretende eliminar, propiciando la aparición de conductas alternativas adecuadas. Se considera respetuosa la actuación parental que se plantea desde el cariño y el respeto hacia niños, niñas y adolescentes. Por el contrario, las actuaciones ineficaces serán consideradas aquellas que no consiguen debilitar la conducta inapropiada de los hijos y las hijas; y por irrespetuosas se entenderán aquellas que causan algún tipo de daño a niños, niñas o adolescentes. La persona facilitadora se podrá apoyar en el Anexo CPB 7.4 para identificar la adecuación de las estrategias como sol o rayo en cada caso. Para revisar los casos, la persona facilitadora podrá utilizar las preguntas que se plantean a continuación:

- *¿Cuáles han sido las actuaciones parentales identificadas en este grupo?*
- *¿Cuál o cuáles de estas actuaciones diríais que funcionan?*
- *¿Qué están aprendiendo los hijos y las hijas en cada actuación parental? ¿Aprenden de algún modo las razones por las que su comportamiento no es adecuado?*
- *¿Qué actuaciones consideraríais que no son respetuosas con los hijos y las hijas? ¿Por qué?*

- ¿Cuáles diríais que sí son respetuosas con los hijos y las hijas? ¿Por qué?
- ¿Cuál o cuáles de estas actuaciones consideraríais más adecuadas para cada caso? ¿por qué?

Este paso finalizará cuando todas las prácticas disciplinarias de todos los casos hayan sido etiquetadas con un sol o un rayo de acuerdo con la valoración que haya hecho el grupo en torno a si es o no una práctica eficaz y respetuosa con niños, niñas y adolescentes. En el caso de que algunas prácticas importantes no salieran en la discusión grupal sería interesante que la persona facilitadora las incorporara en el mural para reflexionar sobre su adecuación.

PASO 4

El último paso consistirá en categorizar las prácticas parentales valorando si son adecuadas en todas las ocasiones (sol), nunca lo son (rayo) o si su adecuación depende de la situación u otras condiciones de aplicación (sol-rayo = nube). Si fuera necesario, la persona facilitadora podrá apoyarse en el Anexo CPB 7.4 en el que aparecen resueltas las actuaciones más habituales para cada caso. La realización de este paso permitirá clasificar en la parte inferior del mural las 8 prácticas parentales presentadas al inicio de la actividad. La persona facilitadora podrá dar unas instrucciones similares a las siguientes:

Hemos construido un mural en el que las actuaciones como padres y madres han sido etiquetadas con un sol cuando la hemos asociado a un comportamiento respetuoso y eficaz en ese caso, o con un rayo si alguna de las dos condiciones anteriores no se cumplía. Ahora vamos a completar la parte baja de este mural colocando a la izquierda aquellas actuaciones que siempre han sido valoradas con un sol, independientemente de la situación, y a la derecha aquellas que siempre han sido etiquetadas con un rayo. Sin embargo, nos vamos a encontrar también con comportamientos que a veces tienen un sol y otras veces un rayo, las colocaremos en la parte central bajo la imagen de la nube (sol-rayo). Por ejemplo, dialogar, ¿ha sido sol, ha sido rayo o ha sido a la vez sol y rayo?

Una vez que todas las prácticas parentales se hayan categorizado como sol, rayo o sol-rayo (nube), la persona facilitadora finalizará la actividad con una discusión grupal para reflexionar en torno a esta clasificación. Para ello podrá plantear al grupo las siguientes preguntas guía:

- ¿Por qué pensáis que a algunas actuaciones siempre le hemos puesto un sol?
- ¿Por qué algunas actuaciones siempre llevan un rayo?
- Por último, nos referimos a las actuaciones clasificadas como nubes. ¿De qué depende que una actuación a veces sea adecuada y otras veces no? ¿Tiene algo que ver la edad del hijo o de la hija?, ¿tiene que ver con la situación?

A continuación, se presenta la categorización de las 8 actuaciones parentales descritas en esta actividad y que serán trabajadas por los y las participantes.

Actuaciones Parentales	Categorización
Sobre-corrección (Reparar)	SOL
Dialogar (Hablar y/o pactar)	SOL
Modelado (Imitar)	SOL
Extinción (Ignorar)	NUBE
Retirada de privilegios (Castigar)	NUBE
Consentimiento (Ceder)	NUBE
Reprimenda verbal (Reñir)	RAYO
Castigo físico (Pegar)	RAYO

Ideas clave

- Ante el incumplimiento de una norma o ante los comportamientos inadecuados de niños, niñas y adolescentes, las figuras parentales pueden poner en marcha diversas prácticas disciplinarias.
- Se consideran prácticas disciplinarias adecuadas aquellas que sirven para aprender que un comportamiento no es aceptable y por consiguiente hijos e hijas entienden que deben dejar de hacerlo. Además, son prácticas respetuosas con niños, niñas y adolescentes.
- Existen prácticas disciplinarias que son adecuadas en cualquier situación que requiera de una actuación parental. Entre ellas se encuentran el diálogo, el modelado y la sobre-corrección.
- Hay prácticas disciplinarias que son inadecuadas siempre porque representan una amenaza o un riesgo para el desarrollo positivo de niños, niñas y adolescentes; entre ellas se encuentra el castigo físico y la reprimenda verbal.
- El castigo físico en España está prohibido porque incumple tres de los cuatro pilares de la legislados en la Convención sobre los Derechos del niño (Naciones Unidas, 1989): el interés superior del niño, niña o adolescente; el derecho a la supervivencia y al desarrollo; y el derecho a que sea respetado su punto de vista. Su práctica es un delito penal que tiene consecuencias legales para las figuras parentales.
- Existen prácticas parentales cuya adecuación depende de la situación y de las características individuales de niños, niñas y adolescentes. En este grupo nos encontramos con la retirada de privilegios, la extinción y la cesión.
- Se recomienda el uso de la retirada de privilegios de manera puntual, en situaciones en las que las conductas inadecuadas de niños, niñas y adolescentes sean contrarias al cumplimiento de una norma importante, siempre que sea informado el hijo o la hija previamente de que la conducta podrá ser castigada, así como de las consecuencias asociadas. Es importante que la retirada de privilegios sea contingente y proporcional a la conducta inapropiada. Asimismo, los castigos deben ser realistas, plantearse de forma razonada y desde el respeto.

- La extinción está especialmente indicada cuando lo que pretenden niños, niñas y adolescentes con su conducta es atraer la atención de las figuras parentales y siempre que no esté en juego su propio bienestar. Asimismo, en situaciones públicas cuando la conducta del niño, niña o adolescente puede afectar al desarrollo de una actividad social, su uso no sería recomendable.
- Que las figuras parentales a veces consientan que niños, niñas y adolescentes hagan algo poco habitual, o incluso contrario a una norma de casa, puede ser adecuado si estamos ante una situación excepcional o es resultado de una negociación. Este tipo de actuaciones pueden ser muy beneficiosas para las relaciones familiares, así como para la promoción de la autonomía de hijos e hijas.
- En ocasiones, la edad y otras características personales de niños, niñas y adolescentes, así como de la propia situación, hacen necesaria una actitud firme, directiva y razonada por parte de las figuras parentales. En estas ocasiones, las figuras parentales deben acompañar estas estrategias con diálogo y razonamiento para garantizar la finalidad educativa de las mismas.

Practicando lo aprendido

Los y las participantes se llevarán a casa una fotografía del mural grupal en la que se clasifican las diferentes prácticas parentales trabajadas como soles, nubes o rayos. Asimismo, al finalizar la sesión, cada participante se comprometerá a poner en marcha alguna de las prácticas educativas eficaces (sol) trabajadas en la sesión.

Material de consulta

Hidalgo, M.V., Menéndez, S., López, I., Sánchez, J., Lorence, B. y Jiménez, L. (2011). *Programa de Formación y Apoyo Familiar (FAF)*. Ayuntamiento de Sevilla.

Naciones Unidas (1989). *Convención sobre los derechos del niño*. <https://www.ohchr.org/es/instruments-mechanisms/instruments/convention-rights-child>

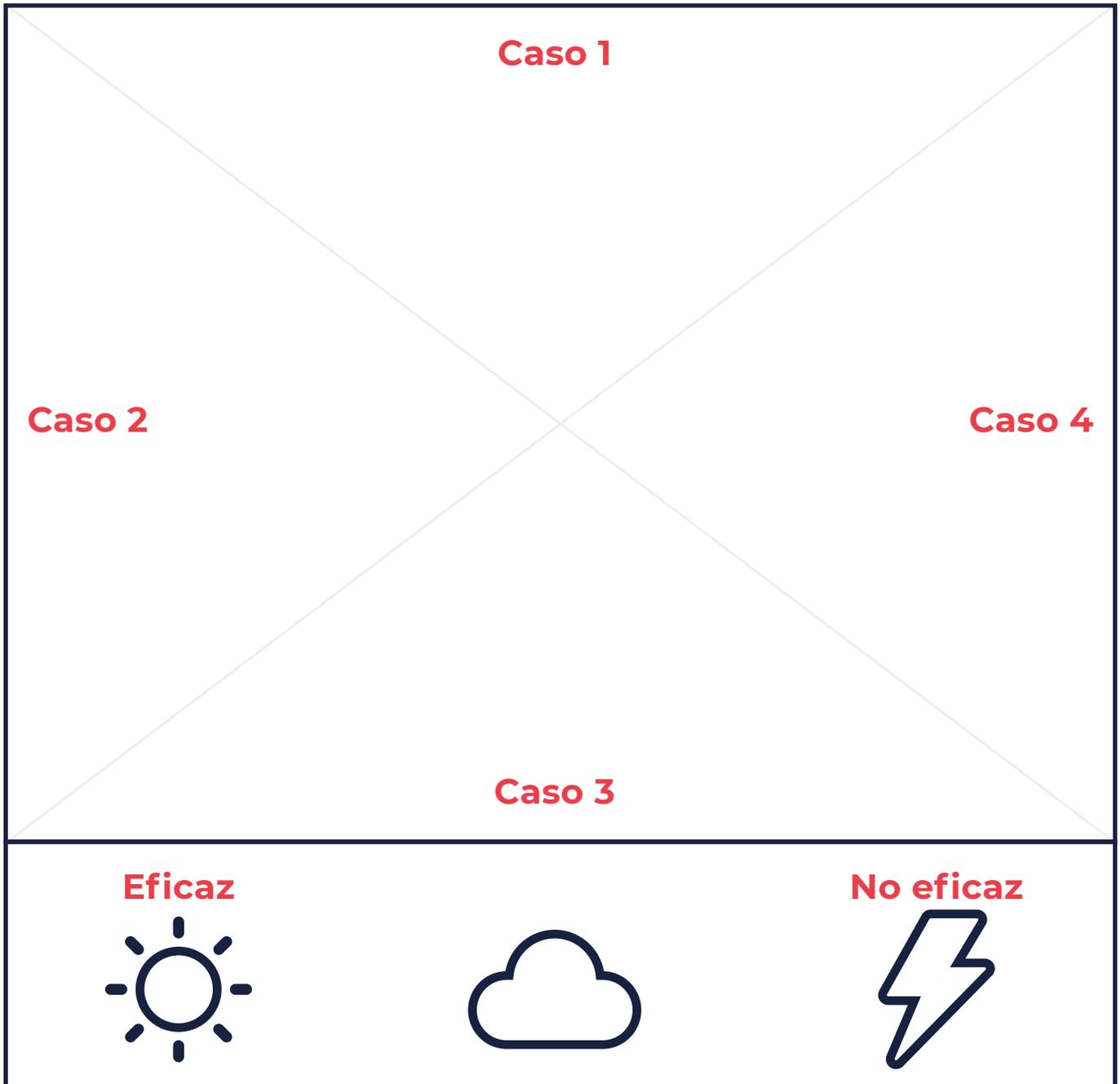
Anexo CPB 7.1

Casos prácticos

SITUACIONES	¿QUÉ HARÍAS TÚ?
<p>Pablo de 10 años se ha peleado con su hermano y han terminado pegándose. En la pelea han roto un vaso de cristal con agua que había en el salón.</p>	
<p>José de 7 años intenta atarse los cordones. Se enfada y se quita los zapatos.</p>	
<p>Jesús de 6 años va a comer y justo antes le pide a su madre chocolate. La madre le explica que no puede comerse el chocolate antes de la comida, pero él llora y se tira al suelo insistiendo en que quiere chocolate.</p>	
<p>Encuentras un móvil en la mochila de tu hija María (15 años) que sabes que no es suyo. Piensas que quizás se lo ha quitado a alguien.</p>	

Anexo CPB 7.2

Diseño del mural



Anexo CPB 7.3

Tarjetas ¿Qué harías tú?

**Le digo que lo recoja
(reparar)**

**Hablamos
tranquilamente para
saber qué ha pasado
o para negociar
(dialogar o pactar)**

**Le enseño cómo
hacerlo (imitar)**

**No hago nada, no le
hago caso (ignorar)**

**Le castigo quitándole
algo que le gusta
(castigar)**

**Le doy lo que quiere
(ceder)**

**Alzo la voz y le riño
(reñir)**

Le pego (pegar)

Anexo CPB 7.4

Casos prácticos resueltos con las actuaciones más destacadas

SITUACIONES	¿QUÉ HARÍAS TÚ?
<p>Pablo de 10 años se ha peleado con su hermano y han terminado pegándose. En la pelea han roto un vaso de cristal con agua que había en el salón.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Le digo que lo recoja (sobre-corrección) • Hablamos de lo que ha pasado (dialogar) • Le castigo ordenándole que se vaya a su cuarto o sin ver la tele por incumplir la norma de casa vinculada al respeto (retirada de privilegios) • Le castigo ordenándole que se vaya a su cuarto o sin ver la tele sin justificación (retirada de privilegios) • No hago nada (extinción) • Le doy un cachete (castigo físico) • Le riño y le grito (reprimenda verbal)
<p>José de 7 años intenta atarse los cordones. Se enfada y se quita los zapatos.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Le enseño cómo debe atarse los cordones (modelado) • Le digo que lo recoja (sobre-corrección) • Le dejo hacer lo que quiera, no me entrometo (extinción) • Le castigo sin ver la tele o le envío a su cuarto (retirada de privilegios) • Le pego (castigo físico) • Le riño y le grito (reprimenda verbal)
<p>Jesús de 6 años va a comer y justo antes le pide a su madre chocolate. La madre le explica que no puede comerse el chocolate antes de la comida, pero él llora y se tira al suelo insistiendo en que quiere chocolate.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Le explico de nuevo la importancia de la norma de no comer chocolate antes de comer (dialogar) • Acuerdo darle un poquito ahora y el resto al final si se come toda la comida, pero incido en que es algo excepcional (ceder + pactar) • Ignoro su comportamiento durante unos minutos (extinción) • Le doy todo el chocolate que quiera (ceder) • Le castigo sin ver la tele o le envío a su cuarto (retirada de privilegios) • Le pego (castigo físico) • Le riño y le grito (reprimenda verbal)

SITUACIONES

¿QUÉ HARÍAS TÚ?

Encuentras un móvil en la mochila de tu hija María (15 años) que sabes que no es suyo. Piensas que quizás se lo ha quitado a alguien.

- Le pido que se lo devuelva a su dueño o dueña (sobre-corrección)
- Le pregunto directamente de quién es el móvil, antes de juzgarla (diálogo)
- Si reconoce haberlo robado, le castigo sin su móvil ese fin de semana (retirada de privilegios)
- Le castigo sin salir todo el verano (retirada de privilegios)
- Le pego (castigo físico)
- No hago nada (extinción)
- Le riño, le grito o le digo "ladrona" (reprimenda verbal)

FASE ENTRENAMIENTO EN COMPETENCIAS PARENTALES BÁSICAS (CPB)

Sesión El tour de las emociones (CPB 8)

Competencia parental

- Auto-regulación emocional

Objetivos específicos

- Promover la autoconciencia emocional de las figuras parentales, aprendiendo a identificar las propias emociones y las claves sensoriales, cognitivas y lingüísticas asociadas.
- Tomar conciencia acerca de la influencia del propio estado emocional en el ejercicio de la parentalidad, en las relaciones familiares y en los hijos y las hijas.
- Aumentar la capacidad de los y las participantes para autorregular sus propias emociones en su ejercicio parental.

Materiales

- Cartulinas de cinco colores en A3 (rojo, verde, amarillo, azul y gris)
- Celofán, pegamento o chinchetas
- Rotuladores negros
- Folios
- Anexo CPB 8.1. Cartulinas y colores asociados
- Anexo CPB 8.2. Caso para el role-playing

Técnicas

- Role-playing espontáneo
- Discusión dirigida

Duración

- Paso 1: 20 minutos
- Paso 2: 25 minutos
- Paso 3: 15 minutos

Tiempo total estimado: 1 hora

Desarrollo de la sesión

Esta sesión ayudará a los y las participantes a identificar claves sensoriales, cognitivas y lingüísticas asociadas a distintos estados emocionales, así como a tomar conciencia acerca de la influencia del propio estado emocional en el ejercicio de la parentalidad, en las relaciones familiares y en los hijos y en las hijas. En el primer paso, los y las participantes experimentarán diferentes emociones, tomando conciencia de las claves asociadas a cada estado emocional. En el segundo paso, se realizará un role-playing espontáneo en el que se interpretará una situación familiar cotidiana desde distintos estados emocionales. El último paso consistirá en un análisis conjunto de las situaciones de role-playing para reflexionar acerca del impacto de cada estado emocional en distintas situaciones cotidianas e identificar algunas herramientas para la autorregulación emocional.

PASO 1

En este paso la persona facilitadora guiará a los y las participantes en una primera experimentación y reflexión sobre distintas emociones, con la finalidad de que experimenten distintos estados emocionales e identifiquen las claves sensoriales, cognitivas y lingüísticas asociadas a cada emoción. Se necesitarán cartulinas de cinco colores en tamaño A3, que se asociarán a distintas emociones —roja para la ira, amarillo para la alegría, azul para la tristeza, verde para la calma y gris para el miedo, según se indica en el Anexo CPB 8.1— y que deberán distribuirse por el espacio disponible (colgadas en la pared o pegadas en el suelo). Se trata de que los y las participantes hagan un tour pasando por cada una de las emociones, en el orden que cada participante estime conveniente. La persona facilitadora podrá introducir este paso de la siguiente manera:

Hoy me gustaría que dedicáramos un tiempo a trabajar nuestro mundo interno y personal. Concretamente, me gustaría que le prestáramos atención a las emociones que sentimos en el día a día. Para ello, os propongo empezar haciendo “el tour de las emociones”. He colgado en la pared cinco cartulinas que representan cinco emociones diferentes. Cada persona tiene un rotulador negro y cinco folios. Podéis empezar por la cartulina que queráis. Poneos en frente de la cartulina e imaginaos en una situación reciente donde hayáis sentido esa emoción. Respirad y sentidla. ¿Cómo estamos cuando sentimos esa emoción? Escribid una frase o una palabra que represente la emoción experimentada en uno de los folios. Después iremos rotando por el resto de las emociones. Podéis estar en cada emoción el tiempo que necesitéis para encontrar una situación en la que hayáis sentido esa emoción. Se trata de una actividad individual, por lo que es importante hacerla en silencio.

La persona facilitadora dará algunos minutos a los y las participantes para que experimenten el primer estado emocional e irá guiándoles para que vayan avanzando por las distintas emociones y repitiendo el ejercicio en cada una de ellas. Debe asegurarse de que todas las figuras parentales pasen por todas las emociones.

En este paso es importante que los y las participantes comiencen a identificar claves sensoriales, cognitivas y lingüísticas asociadas a cada estado emocional. Para ello, la persona facilitadora puede ir lanzando preguntas que ayuden a los y las participantes a identificar estas claves, como las que aparecen en la tabla que se presenta a continuación. Es importante que el volumen y el ritmo con el que se planteen las preguntas inviten a la introspección y ayuden a mantener la actividad en el plano individual.

Tipo de expresión	Elementos	Ejemplos de preguntas
Sensoriales	Gesticulación del cuerpo Expresión de la cara Las manos	<ul style="list-style-type: none"> • <i>¿Cómo está nuestro cuerpo?, ¿recto?, ¿relajado?</i> • <i>¿Cómo está nuestra boca?, ¿ojos? ¿Los músculos de la cara están tensos?, ¿relajados?</i> • <i>¿Utilizamos las manos? ¿Dónde están las manos? ¿De qué forma se utilizan las manos? ¿Cómo es la respiración?</i>
Cognitivas	Pensamientos Ideas	<ul style="list-style-type: none"> • <i>¿Qué tipo de pensamientos se nos vienen a la mente?</i> • <i>¿Qué ideas se repiten en nuestra cabeza?</i>
Lingüísticas	Vocabulario Formas gramaticales Entonación y volumen	<ul style="list-style-type: none"> • <i>¿Cómo expresamos con las palabras?</i> • <i>¿Dónde ponemos el énfasis cuando hablamos? ¿Hablamos rápido?, ¿lento? ¿Hablamos alto?, ¿bajo?</i>

PASO 2

En este paso se realizará un role-playing espontáneo apoyado en un caso (Anexo CPB 8.2). Para el role-playing espontáneo se solicitarán dos personas voluntarias: una persona realizará el rol de padre/madre y otra de hijo/a. El caso es entregado a la persona que hace de hijo/a para que prepare una breve actuación. Se recomienda que salga del aula durante dos minutos para preparar su actuación. En paralelo, la persona facilitadora indicará a la persona que hace el rol de padre/madre que se coloque de pie en la primera emoción (calma) y que recuerde las sensaciones/pensamientos que había experimentado en el paso 1 de la actividad, pues deberá actuar como padre/madre desde dicho estado emocional. Se le dirá que su hijo/a le va a plantear una situación y que tiene que responder desde la emoción de calma. Cuando el padre/madre esté en la emoción de calma y se encuentre preparado, se indicará con la palabra ¡Acción! la entrada del hijo/a para que comience el role-playing.

Esta situación se repetirá para cada emoción, es decir, cuatro veces más en el siguiente orden: calma, tristeza, ira, miedo y alegría. De este modo, la persona que hace de padre/madre rotará por las emociones. En algunas de las emociones otra figura parental podrá sustituir a la persona que hace de padre/madre para que más integrantes del grupo participen en role-playing. Asimismo, otra figura parental también podrá sustituir a la persona que hace de hijo/a para una mayor participación del grupo.

PASO 3

El último paso de esta actividad consistirá en una discusión dirigida en gran grupo a través de preguntas guía. Se plantearán preguntas que inviten al debate, en primer lugar, a las personas voluntarias que hicieron de figuras parentales y que dramatizaron alguna situación; en segundo lugar, a las personas que hicieron de hijo/a;

finalmente, se plantearán preguntas abiertas a todo el grupo. A continuación, se ofrecen algunas preguntas que pueden servir de ayuda para guiar la discusión:

- *¿Cómo os habéis sentido cuando os relacionabais con el hijo/la hija desde cada emoción?*
- *¿Cómo estaba vuestro cuerpo? ¿Qué pensabais?*
- *¿Qué os ha sorprendido de vuestra propia reacción?*
- *¿En qué emoción os habéis sentido más cómodos o cómodas? ¿Qué emoción os ha hecho sentir más incomodidad?*

Algunas preguntas que se pueden proponer a los y las participantes que hicieron de hijo/a en la dramatización, son las que aparecen a continuación:

- *¿Qué sentíais cuando el padre/madre estaba en las distintas emociones? ¿Cuál de ellas os afectó más de forma negativa?, ¿y de forma positiva?*
- *¿Qué os ha sorprendido de vuestras reacciones?*

Por último, se le preguntará a todo el grupo, incluidos aquellas personas que no representaron ningún papel en el role-playing, algunas cuestiones que ayuden a generalizar lo aprendido en la representación y a transferir lo reflexionado a la situación particular de cada una. Con esta discusión, dirigida también, se pretende ayudar a las figuras parentales a identificar algunas estrategias que pueden emplear en su vida cotidiana para autorregular sus emociones. La persona facilitadora puede incorporar a esta reflexión final las frases/sensaciones/pensamientos que las familias escribieron en el primer paso de la actividad, invitándoles a que de forma voluntaria compartan estas cuestiones. A continuación, se presentan algunas preguntas que pueden guiar la discusión con el grupo:

- *¿Afectan por igual cada una de las emociones que hemos experimentado hoy a las relaciones familiares y a las relaciones con los hijos y las hijas?*
- *¿Alguna de estas situaciones os ha recordado a alguna situación de vuestro día a día? ¿Alguien quiere compartirla?*
- *¿Os afectan las emociones en vuestro día a día? ¿Qué emociones os afectan para bien y cuáles para mal?*
- *¿Creéis que vuestro hijos e hijas o vuestra pareja se pueden sentir identificados con lo que hemos visto en el role-playing?*
- *¿Qué sensaciones, pensamientos y palabras os surgen en cada emoción?*
- *¿Qué estrategias utilizáis cuando detectáis que la forma en que os sentís no está ayudando? ¿Se os ocurren otras estrategias que podríais poner en marcha?*
- *¿Qué habéis aprendido con este ejercicio?*

Durante la discusión dirigida, la persona facilitadora deberá asegurarse de haber trabajado, al menos, las ideas clave que aparecen recogidas en la síntesis de la actividad.

Ideas clave

- Todas las personas experimentan emociones y estados de ánimo tanto positivos como negativos.
- El estado emocional en que se encuentran las personas adultas influye en la forma en que se relacionan con otras personas, y tiene un impacto tanto en las interacciones familiares como en la forma en que niños, niñas y adolescentes aprenden a gestionar sus propias emociones, así como en el desarrollo de su autoestima y sentimiento de valía.
- Cuando las figuras parentales experimentan un estado emocional negativo (ira, tristeza o miedo) es probable que disminuya su capacidad para ser sensibles y atender adecuadamente a las necesidades de sus hijos y de sus hijas.
- Cuando las personas adultas interactúan con otros miembros de la familia desde la calma y la alegría es más probable que mantengan interacciones positivas, y que sus emociones no interfieran negativamente en dichas interacciones.
- La autoconciencia emocional, que se refiere a la capacidad de identificar, poner nombre y aceptar las propias emociones, es el primer paso necesario para aprender a gestionar adecuadamente las propias emociones.
- Las personas adultas pueden mejorar sus habilidades de autoconocimiento, expresión y autorregulación emocional a través de la reflexión, del aprendizaje de nuevas prácticas y del entrenamiento continuado de tales habilidades.
- Para hacer frente a las situaciones tensas o conflictivas de la vida familiar, las figuras parentales pueden aprender estrategias que les ayuden a autorregular su reacción emocional, de forma que puedan afrontar estas situaciones en un estado emocional tranquilo y positivo. Algunas estrategias útiles para autorregular la reacción emocional ante situaciones de tensión incluyen la relajación, la aceptación, la meditación, la búsqueda de lo positivo de la situación y el uso del humor.
- Para mejorar la gestión de las propias emociones, es importante que las figuras parentales disfruten de un espacio en el que puedan expresar sus sentimientos y preocupaciones, donde puedan aprender a poner nombre a sus emociones y a conocerse mejor a sí mismas en lo relativo a su desarrollo emocional. Expresar a través del arte, escribir un diario, así como conversar sobre estas cuestiones con la pareja o con amistades con regularidad, son ejemplos de estrategias para una mejor gestión de las emociones, particularmente en lo referido a la autoconciencia emocional.
- La forma en que las figuras parentales gestionan y expresan sus emociones es un ejemplo para sus hijos e hijas, ya que las personas adultas son un modelo fundamental del que niñas, niños y adolescentes aprenden a desarrollar estrategias de tolerancia a la frustración y de autorregulación emocional.

Practicando lo aprendido

La persona facilitadora indicará a los y las participantes que deben identificar una situación cotidiana de la vida familiar en la que suelen interactuar desde un estado emocional que resulte poco adecuado. Una vez identificada la situación, los y las participantes deben valorar cómo la emoción está afectando a la resolución de la situación, así como otras estrategias de afrontamiento que pueden desarrollar frente a la situación seleccionada.

Anexo CPB 8.1

Cartulinas y colores asociados

Tristeza

Ira

Miedo

Calma

Alegría

Anexo CPB 8.2

Caso para el role-playing

Caso (para representar una situación padre/madre - hijo)

Tu hijo te está pidiendo ir al parque otra vez. Esta semana no has podido ir con él y aún tienes mucho que hacer.

FASE ENTRENAMIENTO EN COMPETENCIAS PARENTALES BÁSICAS (CPB)

Sesión Así me veo como padre o madre (CPB 9)

Competencia parental

- Percepción adecuada del rol parental

Objetivos específicos

- Reflexionar sobre la propia percepción del rol parental.
- Tomar conciencia acerca de la diversidad de formas de vivir la parentalidad.
- Identificar fortalezas y áreas susceptibles de mejora en el propio rol parental.

Materiales

- Lápices de colores
- Rotuladores de colores
- Pegamento
- Tijeras
- Cartulinas de colores
- Otros materiales con diferentes texturas, tales como papel de seda, lana, plumas, etcétera
- Anexo CPB 9.1 Máscara

Técnicas

- Objetos auxiliares
- Técnica de expresión artística
- Discusión dirigida

Duración

- Paso 1: 30 minutos
- Paso 2: 15 minutos
- Paso 3: 20 minutos

Tiempo total estimado: 1 hora y 5 minutos

Desarrollo de la sesión

Esta sesión, adaptada del Programa para la Promoción de Parentalidad Positiva en Familias Refugiadas (Jiménez et al., 2019), servirá a los y las participantes para reflexionar sobre el propio rol parental, identificando tanto fortalezas como áreas susceptibles de mejora. Para ello, las figuras parentales tendrán que crear una máscara con la que representen cómo se ven a sí mismas como padres y madres. El primer paso será la construcción de la máscara. En segundo lugar, los y las participantes darán título a su máscara y la presentarán al resto de participantes. Finalmente, se llevará a cabo una discusión dirigida que permitirá poner en común algunas reflexiones relevantes.

PASO 1

En este paso se trata de ayudar a los y las participantes a expresar a través del arte los aspectos más relevantes acerca su percepción como padres y madres, utilizando otras formas de expresión además del lenguaje oral o escrito. Para ello, las figuras parentales construirán una máscara que represente cómo se ven a sí mismas como padres y madres, utilizando el Anexo CPB 9.1, así como materiales de muy diverso tipo y con diferentes texturas (tales como rotuladores, plumas, seda, lana, etcétera). La persona facilitadora podrá animar a los y a las participantes a incorporar materiales que representen tanto una visión estática de su percepción de competencia parental (los rasgos que les definen como padre/madre, la valoración que hacen de sí mismos y mismo al respecto) como una visión más dinámica (aquellos aspectos en los que han evolucionado durante el proceso de intervención), en caso de que la actividad se desarrolle cuando ya se hayan trabajado distintas competencias parentales. Para dar comienzo a la actividad, podrán ofrecerse unas instrucciones como las siguientes:

Hoy vamos a tratar de representar de un golpe de vista cómo os veis como padres y madres. Para ello, vamos a olvidarnos de las palabras y vamos a utilizar el arte. Vais a diseñar una máscara en la que representéis qué os define como padre o madre, cómo sois, cómo de satisfechos os sentís con vosotros mismos y vosotras mismas en este rol. Podéis dibujar, pegar materiales... Podéis pensar en las cosas que os definen ahora mismo o señalar los aspectos en los que habéis ido cambiando.

PASO 2

Una vez confeccionadas las máscaras, la persona facilitadora animará a los y las participantes a que se las pongan y, con ellas puestas, les pedirá que piensen en el título que le darían a su máscara. Una vez dado el título, los y las participantes podrán quitarse las máscaras y la persona facilitadora les pedirá que, individualmente, vayan presentando su máscara, describiendo ahora sí con palabras lo que representan los materiales y las expresiones artísticas utilizadas. Para orientar esta presentación, la persona facilitadora podrá plantear las siguientes preguntas:

- *¿Qué elementos habéis incorporado en vuestra máscara?*
- *¿Por qué los habéis incorporado?*
- *¿Qué significa cada uno de ellos?*

PASO 3

La actividad finalizará con una discusión dirigida en gran grupo, pensada para ayudar a las figuras parentales a reflexionar acerca de su propio rol parental. Para llevar a cabo este análisis, la persona facilitadora podrá realizar las siguientes preguntas:

- *¿Qué elemento es el que más os gusta de vuestra máscara? ¿Por qué?*
- *¿Hay algo que os gustaría cambiar de vuestra máscara? ¿Qué os gustaría que fuera diferente? ¿Qué podéis hacer para cambiar lo que no os gusta de vuestra máscara?*
- *¿Cómo os hace sentir cuando lleváis puesta vuestra máscara?*
- *¿En qué se parecen vuestras máscaras? ¿En qué se diferencian?*
- *¿Cómo os habéis sentido realizando la máscara?*
- *¿Qué os ha llamado la atención de las máscaras de vuestros compañeros y compañeras?*
- *¿Qué crees que dirían vuestros hijos y vuestras hijas acerca de esta máscara?*

Es posible que algunas figuras parentales tengan dificultades para identificar cómo se ven a sí mismas como padres y madres. En ese caso, es importante que la persona facilitadora sea capaz de valorar y reforzar todo aquello que las figuras parentales hayan incorporado a sus máscaras. En caso de que esta actividad se desarrolle en el marco de un proceso de intervención, en el que ya se hayan trabajado previamente otras competencias parentales, la persona facilitadora deberá hacer un esfuerzo por recoger todos los progresos de los y las participantes a lo largo del proceso de intervención y devolvérselos. En cualquier caso, en este proceso de reflexión es fundamental que se trabajen las ideas recogidas en la tabla que aparece a continuación.

Ideas a trabajar	Indicaciones de utilidad
Ser padre o madre suele ocupar un papel importante en la propia identidad.	La persona facilitadora podrá ayudar a los y las participantes a reflexionar acerca del importante papel que ocupa la paternidad y maternidad en la vida de los y las participantes.
Cada figura parental tiene una experiencia de la parentalidad diferente.	Cada máscara es única puesto que, aunque hay elementos comunes en la experiencia de la parentalidad, cada figura parental vive su rol como padre o madre de forma única e irrepetible.
Es importante confiar en las propias competencias parentales.	La persona facilitadora deberá destacar y reforzar aquellas competencias y cualidades señaladas por los y las participantes. Cuando sea necesario, puede hacer explícitas otras que conozca de los y las participantes, pero que ellos y ellas no hayan verbalizado. La persona facilitadora deberá transmitir la importancia de confiar en las propias capacidades para resolver todo lo relacionado con la educación de los hijos y las hijas.

Ideas a trabajar	Indicaciones de utilidad
<p>No existe una forma correcta o "ideal" de vivir la parentalidad.</p>	<p>No hay máscaras bien o mal hechas, ya que la máscara representa cómo cada figura parental se ve a sí mismo, y para ello no existen respuestas correctas o incorrectas. Como valoración, se trata de una cuestión subjetiva.</p>
<p>Es importante reconocer las dificultades asociadas al ejercicio de la parentalidad.</p>	<p>Uno de los aspectos que definen una percepción del rol parental saludable es que las figuras parentales sean capaces de reconocer las dificultades asociadas al ejercicio de la parentalidad. Los y las participantes pueden demostrar reconocer estas dificultades en su máscara señalando algunas debilidades o aspectos a mejorar, o reconociendo el carácter estresante que entraña algunas veces ser padre o madre.</p>
<p>La percepción del propio rol parental debe estar en consonancia con las propias competencias parentales.</p>	<p>Otro aspecto fundamental de la percepción del rol parental es que la valoración que hagan los y las participantes de sus propias competencias parentales esté en relación con el ejercicio real de dichas competencias. La persona facilitadora deberá reforzar esta sincronía cuando la observe en los y las participantes.</p> <p>Sin embargo, es posible que alguna persona presente una valoración distorsionada acerca de su percepción como padre/madre, extremadamente positiva o extremadamente negativa en relación con sus habilidades parentales reales. Si se presenta este caso, es importante que la persona facilitadora haga explícito que las valoraciones acerca de uno mismo o una misma pueden ser más o menos ajustadas.</p> <p>Deberá aprovechar este momento de análisis para ayudar a la figura parental en cuestión a reflexionar acerca de su valoración. En el caso de que se haya realizado una valoración distorsionadamente negativa, la persona facilitadora deberá empoderar al o la participante, ofreciéndole evidencias que contradigan esta visión. En caso de que se trate de una valoración distorsionadamente positiva, la persona facilitadora podrá ayudar al o la participante a identificar aspectos sobre los que poder trabajar para la mejora en su ejercicio del rol parental.</p>
<p>Es importante disfrutar del ejercicio de la parentalidad.</p>	<p>El análisis de la máscara elaborada permitirá a la persona facilitadora abordar los aspectos emocionales relativos a la percepción del rol parental, reforzando a aquellos y a aquellas participantes que muestren satisfacción con el rol parental y tratando de empoderar a quienes den muestras de insatisfacción.</p>

Participar en un programa de intervención es un indicativo del interés de los y las participantes por mejorar como padres y madres.

La elaboración de la máscara conlleva un ejercicio de reflexión acerca de las propias fortalezas y debilidades como madre o padre. La persona facilitadora deberá hacer explícito este esfuerzo, así como su importancia para mejorar en el ejercicio de la parentalidad.

En consonancia con lo anterior, la persona facilitadora podrá hacer explícito que, el hecho de haber participado en la actividad, es una muestra del interés de los y las participantes por cómo “hacerlo bien” en lo relativo al cuidado y la educación de sus hijos e hijas.

En caso de que previamente a esta actividad se hayan trabajado otras competencias parentales, la persona facilitadora aprovechará este análisis para destacar los cambios señalados por los y las participantes en el transcurso del proceso de intervención. Es posible que los y las participantes verbalicen que se ven igual que antes, que no han aprendido nada. La persona facilitadora deberá hacer un trabajo conjunto con los y las participantes en el que se explicita qué contenidos se han trabajado y qué han aprendido los y las participantes sobre estos contenidos.

Ideas clave

- Ser padre o madre suele ocupar un papel importante en la propia identidad.
- El modo en que las figuras parentales se perciben a sí mismas en su rol parental es una valoración subjetiva y, como tal, diferente para cada persona.
- No existe una forma correcta o “ideal” de vivir la parentalidad. Sin embargo, para un ejercicio positivo de la parentalidad es necesario disfrutar de una percepción realista de las propias capacidades para el cuidado y la crianza de los hijos y las hijas.
- Reflexionar acerca de las características que definen a una persona como madre/padre ayuda a hacer explícito y a construir un modelo de parentalidad propio.
- Ser padre o madre no es una tarea sencilla. Es saludable reconocer los problemas y dificultades asociados al ejercicio de la parentalidad, y que ésta puede resultar estresante en algunas ocasiones.
- Las personas adultas que confían en sus propias capacidades parentales, demuestran más competencias en todo lo relacionado con la educación de los hijos y las hijas. Confiar en las propias capacidades ayuda a afrontar con éxito nuevos retos.
- Todas las figuras parentales tienen fortalezas o características positivas como padres/madres.
- Todas las figuras parentales cuentan con áreas en las que existen posibilidades de crecimiento y optimización. Eso no significa ser “un mal padre” o “una mala madre” pues no existe el padre perfecto o la madre perfecta.

- Es importante estar satisfechos o satisfechas como padre o madre para ejercer adecuadamente la parentalidad.
- Un aspecto central de la percepción del rol parental es el interés de padres y madres por la educación de sus hijos e hijas. Muestra de dicho interés es reflexionar acerca del propio rol parental, así como intentar mejorar como padre o madre.
- Haber participado en un programa de intervención es un indicativo del interés de los y las participantes por mejorar como padres y madres.

Practicando lo aprendido

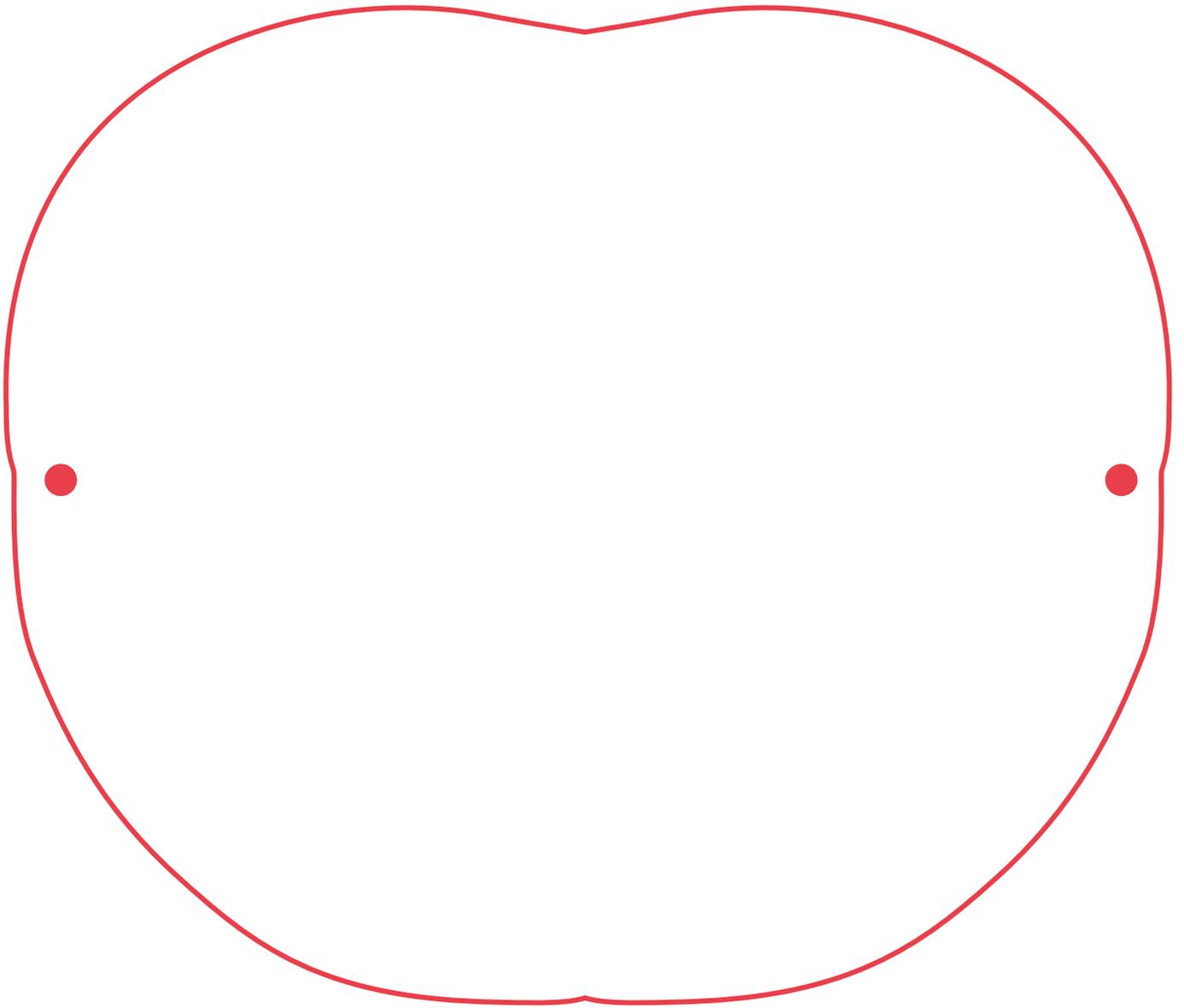
En esta ocasión, la actividad para casa consistirá en compartir con los hijos y las hijas las máscaras creadas por los y las participantes. Se les pedirá a los y las participantes que les pregunten a sus hijos e hijas qué opinan de la máscara, si les gusta y si hay algún elemento que cambiarían. Esta reflexión conjunta podrá servir como punto de partida para reforzar aspectos positivos y para generar compromisos de cambio en algunas áreas que sean susceptibles de mejora.

Material de consulta

Jiménez, L., Hidalgo, M.V., Nogales, I., Baena, S. y Maya, J. (2021). *Programa para la promoción de parentalidad positiva en familias refugiadas*. Ministerio de Inclusión, Seguridad Social y Migraciones

Anexo CPB 9.1

Máscara



FASE ENTRENAMIENTO EN COMPETENCIAS PARENTALES BÁSICAS (CPB)

Sesión Afrontamiento del estrés (CPB 10)

Competencia parental

- Afrontamiento de situaciones estresantes

Objetivos específicos

- Conocer distintas estrategias para afrontar situaciones estresantes.
- Reflexionar sobre la efectividad y el impacto emocional asociados a distintas estrategias de afrontamiento.
- Tomar conciencia de la utilidad de distintas estrategias de afrontamiento en función del grado de control sobre la situación estresante.

Materiales

- Bolígrafo
- Pegamento o cinta adhesiva
- Anexo CPB 10.1 La monitora que se pone enferma
- Anexo CPB 10.2 Solución del caso
- Anexo CPB 10.3 Carteles de estrategias de afrontamiento
- Anexo CPB 10.4 Carteles relativos al grado de control
- Anexo CPB 10.5 Preguntando por situaciones estresantes

Técnicas

- Estudio de casos
- Diálogos simultáneos
- Puesta en común
- Encuesta
- Discusión dirigida

Duración

- Paso 1: 15 minutos
- Paso 2: 25 minutos
- Paso 3: 20 minutos
- Paso 4: 15 minutos

Tiempo total estimado: 1 hora y 15 minutos

Desarrollo de la sesión

En esta sesión se pretende que los y las participantes reflexionen sobre distintas formas de afrontar las situaciones estresantes cotidianas que tienen un impacto en la vida familiar. Se abordarán tres tipos de estrategias de afrontamiento: centradas en el problema, centradas en la emoción y centradas en la evitación. En concreto, se trata de que los y las participantes analicen la efectividad de cada tipo de estrategia para afrontar distintas situaciones estresantes y el impacto emocional de dichas estrategias en las personas adultas. Además, mediante el desarrollo de esta sesión se pretende que los y las participantes reflexionen sobre la utilidad de distintos tipos de estrategias en función del tipo de situación estresante en términos del grado de control que la persona adulta tiene sobre dicha situación. Mediante un diálogo simultáneo y el estudio de un caso, en el primer paso los y las participantes conocerán distintas estrategias y reflexionarán sobre su efectividad e impacto emocional. En el segundo paso se realizará una puesta en común del trabajo realizado en el paso anterior. En el tercer paso se trabajará por parejas para responder una encuesta dirigida a reflexionar sobre la efectividad de distintas estrategias de afrontamiento en función del grado de control del adulto o adulta sobre la situación. Finalmente, en un cuarto paso, la persona facilitadora llevará a cabo una discusión dirigida con el objetivo de integrar las cuestiones trabajadas en el paso anterior.

PASO 1

En este primer paso se trabajará con el caso presentado en el Anexo CPB 10.1. En dicho anexo se presenta una situación de estrés cotidiana y distintas formas de afrontarlo: en la situación 1 se emplean estrategias de afrontamiento centradas en el problema, en la situación 2 estrategias centradas en la emoción y en la situación 3 estrategias centradas en la evitación. La persona facilitadora invitará a los y las participantes a distribuirse en tres grupos de trabajo y entregará una situación a cada grupo. Los grupos leerán la situación asignada y dedicarán un tiempo a reflexionar para responder a las preguntas indicadas debajo del caso. Una vez que los y las participantes se hayan distribuido en tres grupos, la persona facilitadora podrá explicar este paso del siguiente modo:

Todas las personas que estamos aquí sabemos bien que esto de ser madre o padre no es tarea fácil, y que es normal sentirse agobiado a veces en el día a día. Hoy vamos a pensar en cómo podemos actuar (qué estrategias podemos utilizar) en esas situaciones del día a día que nos agobian y nos

hacen sentir estrés. Para comenzar os voy a repartir un caso; el caso es el mismo para los tres grupos, pero la forma de actuar es diferente. Voy a leer el caso. La monitora del campamento se ha puesto enferma en mitad de la mañana y se ha tenido que ir. Todos los niños y las niñas de su clase tienen que volver a su casa porque no pueden estar en el campamento sin supervisión. Para que los niños y las niñas vuelvan a casa, la directora del centro comienza a llamar a sus padres y a sus madres. Ahora vamos a ver qué hacen los padres y las madres cuando reciben la llamada de la directora pidiendo que, por favor, vayan a recoger a sus hijos e hijas. Cada grupo tenéis que leer las soluciones, reflexionar y contestar a las preguntas que vienen al final del caso.

PASO 2

En el segundo paso se pondrán en común las respuestas ofrecidas por los distintos grupos. Para ello una persona portavoz en representación del grupo leerá en voz alta cómo afronta la situación cada una de las figuras parentales que aparecen en el caso. Cuando el o la portavoz lea lo que hace cada figura parental, la persona facilitadora deberá preguntarle las tres cuestiones que aparecen al final del caso y anotará en la pizarra las respuestas, quedando así reflejada la estrategia empleada (*¿qué hace?*), su efectividad (*¿ha solucionado el problema?*) y su impacto emocional (*¿cómo se ha sentido?*). En el Anexo CPB 10.2 se recoge la solución para cada situación que la persona facilitadora podrá utilizar como referencia, pudiendo complementar las respuestas de los grupos para que la solución sea similar a la presentada en dicho anexo. En caso de que las respuestas otorgadas por los o las portavoces difieran significativamente de lo indicado en el Anexo CPB 10.2, la persona facilitadora deberá formular algunas preguntas que permitan a los y las participantes replantearse sus respuestas hasta obtener consenso al respecto. A continuación, se ofrece una instrucción que la persona facilitadora podrá emplear en este punto:

Ahora vamos a ir en orden. Una persona portavoz del grupo que tiene la situación 1 va a leer lo que hace cada madre o padre en esa situación. Cuando lea lo que hace cada madre o padre me tenéis que contar lo que habéis respondido. Yo lo voy a ir anotando en la pizarra. ¡Comencemos con el primer grupo!

Una vez realizada la puesta en común por parte de los grupos y que se haya completado en la pizarra una tabla similar a la del Anexo CPB 10.2, la persona facilitadora realizará una síntesis de la información recogida en la tabla. Después, repartirá un ejemplar recortado de los carteles del Anexo CPB 10.3 a cada grupo, cada uno de los cuales se refiere a una de las estrategias de afrontamiento trabajadas (centradas en el problema, en la emoción y en la evitación) e invitará a cada grupo a reflexionar sobre qué cartel se corresponde con la situación analizada (las estrategias centradas en el problema, en la emoción y en la evitación se corresponden con las situaciones 1, 2 y 3 respectivamente). Tras una breve reflexión de cada grupo, el o la portavoz deberá levantarse y pegar cada estrategia en cada situación. En caso de que algún grupo se equivoque en la asignación, la persona facilitadora guiará al grupo hasta la solución correcta. A continuación, se presenta un discurso que la persona facilitadora podrá verbalizar para introducir este punto:

Como hemos visto, hay distintas maneras de actuar ante las situaciones que nos agobian o estresan en el día a día, y la forma en que actuamos (las estrategias que utilizamos) pueden ser más o menos útiles para resolver la situación; además no todas las estrategias en todas las situaciones nos hacen sentir de la misma forma. En este primer grupo los padres y las madres sí solucionan el problema y, a nivel general, se sienten bien por solucionar la situación. Estos padres y estas madres hacen cosas como pedir ayuda a otras personas, pensar en cómo solucionar el problema o planificar unos pasos concretos para su solución. Sin embargo, los padres y las madres de la situación 2 actúan de un modo distinto. Estos padres y estas madres se desahogan con otras personas, buscan el lado positivo, bromean, se intentan relajar antes de tomar una solución o a veces se culpabilizaban. Estos padres y estas madres pueden sentirse mal por no solucionar el problema, sin embargo, pueden sentirse mejor cuando trabajan con las emociones que les causan problemas (se desahogan, bromean...) o cuando se relajan. Además, que las personas se sientan bien les puede ayudar a solucionar las situaciones de estrés. Finalmente, tenemos en la situación 3 aquellos padres y aquellas madres que no hacen nada para solucionar el problema, actúan como si el problema no existiera y prefieren distraerse. A veces, estos padres y estas madres se sienten bien mientras se distraen, pero también se sentirán mal al no solucionar el problema y al no trabajar las emociones que la situación estresante les genera. Ahora a cada grupo os voy a repartir tres carteles. Estos carteles recogen el título que se le puede poner a estas estrategias. Pensad como grupo el título que corresponde a la situación 1, a la situación 2 y a la situación 3. Cuando lo decidáis, el o la portavoz se puede levantar para pegar el título encima de cada situación.

PASO 3

En este paso los y las participantes deberán agruparse por parejas (en caso que el número total de participantes sea impar puede formarse algún trío). La persona facilitadora volverá a entregar una nueva copia de los carteles recortados del Anexo CPB 10.3 a cada pareja, así como una copia de los carteles del Anexo CPB 10.4, también recortados. En este paso las parejas contestarán una encuesta que la persona facilitadora leerá en voz alta (Anexo CPB 10.5). Cada pareja contestará las preguntas levantando el cartel que considere oportuno, para algunas preguntas indicando el tipo de estrategia que se está empleando (carteles del Anexo CPB 10.3) y para otras señalando el grado de control que percibe la persona protagonista del caso (Anexo CPB 10.4). Las preguntas se realizarán en el orden en que figuran en el anexo correspondiente. A continuación, se ofrecen unas instrucciones que pueden ser de utilidad para introducir este paso por parte de la persona facilitadora:

Ahora nos vamos a distribuir por parejas. Os voy a repartir de nuevo los carteles de las estrategias de afrontamiento y otros nuevos carteles. Cuando todas las parejas tengan los carteles os voy a hacer algunas preguntas sobre situaciones estresantes. Debéis hablarlo brevemente con vuestra pareja, llegar a un acuerdo y “votar” para contestar a las preguntas de la encuesta levantando el cartel que habéis elegido.

A medida que las parejas vayan votando, es decir, levantando el cartel correspondiente, la persona facilitadora podrá pedir brevemente que uno de los miembros de la pareja justifique su respuesta. En caso de desacuerdo, la persona facilitadora preguntará por el motivo de las respuestas otorgadas y podrá iniciar una breve reflexión sobre las distintas perspectivas de los y las participantes.

PASO 4

En este paso final la persona facilitadora llevará a cabo una discusión dirigida en gran grupo, con objeto de ayudar a los y las participantes a reflexionar e integrar el contenido trabajado en el paso anterior de la actividad. A tal efecto, la persona facilitadora podrá plantear al grupo las siguientes preguntas guía:

- *¿En qué se parecen y en qué se diferencian las situaciones que hemos presentado? ¿Podíais solucionar todas las situaciones o algunas se escapaban de vuestro control?*
- *¿Qué estrategia habéis usado más frecuentemente en estas situaciones?*
- *¿Qué ventajas tienen las estrategias de afrontamiento centradas en el problema? ¿En qué situaciones son más útiles?*
- *¿Qué ventajas tienen las estrategias de afrontamiento centradas en la emoción? ¿En qué situaciones son más útiles?*
- *¿Qué ventajas tienen las estrategias de afrontamiento centradas en la evitación? ¿En qué situaciones son más útiles?*
- *Y, en vuestro día a día, ¿qué estrategia utilizáis habitualmente para afrontar los agobios que tienen que ver con la educación y el cuidado de los hijos e hijas?*
- *¿Qué nuevas estrategias habéis aprendido en esta actividad?*

Ideas clave

- Los estresores diarios se definen por ser acontecimientos normativos, cotidianos, irritantes, breves, que producen malestar cuando se acumulan. El ejercicio de la parentalidad es un rol que, si bien aporta gran satisfacción personal, también conlleva la experimentación de diversos estresores cotidianos, característicos de la vida familiar (tales como el llanto del bebé, el acompañamiento de un niño o una niña al centro educativo, la aplicación constante de normas o atender las necesidades de hijos e hijas).
- Las figuras parentales cuentan con estrategias de afrontamiento dirigidas a reducir el estrés psicológico. Estas estrategias se refieren a lo que cada persona piensa, hace y siente con el objetivo de adaptarse ante una situación dada.
- Las diferentes estrategias de afrontamiento pueden clasificarse en función del objetivo del afrontamiento como estrategias de afrontamiento centradas en el problema, centradas en las emociones y de evitación.

- Las estrategias de afrontamiento centradas en el problema son aquellas en las que se considera que existe la posibilidad de modificar la situación estresante, por lo que están dirigidas a alterar la situación estresante para eliminarla o cambiarla. En esta categoría se incluyen estrategias como: definir distintas alternativas para la solución de problemas, planificar las acciones que se van a llevar a cabo, establecer prioridades, buscar apoyo o reelaborar cognitivamente la situación.
- Las estrategias de afrontamiento centradas en las emociones se centran en regular aquellas respuestas emocionales que la situación le genera al individuo. Se utilizan estas estrategias cuando se cree que no se puede hacer nada por eliminar o reducir la situación estresante. Entre las estrategias que se conciben dentro de esta categoría se encuentran: culpabilizarse, imaginarse la inexistencia del problema, aceptar la situación, buscarle el sentido positivo a la situación, desahogarse emocionalmente con otra persona, emplear el humor, relajarse, meditar, rezar, etcétera.
- Las estrategias de evitación se definen por la ausencia de cualquier meta u objetivo de afrontamiento. Entre las actuaciones de estas estrategias se encuentran no hacer nada, la distracción, o evadirse y “escapar” de la situación estresante.
- La valoración de las situaciones estresantes influye en la aplicación de las estrategias de afrontamiento. Cuando las personas evalúan las demandas como modificables aumenta la probabilidad de que se pongan en marcha estrategias centradas en el problema. Al contrario, si las circunstancias no son percibidas como controlables existe una mayor predominancia de las estrategias basadas en la emoción y de las estrategias de evitación.
- No hay estrategias efectivas o inefectivas en términos absolutos, sino que su efectividad depende de en qué medida resultan útiles para la situación estresante concreta en la que se empleen.
- Las estrategias activas centradas en el problema suponen un mayor control sobre la situación. Aunque cuando el problema escapa de las posibilidades personales, la utilización continuada de estas estrategias puede provocar cierto grado de frustración. Por otro lado, la utilización de estrategias pasivas (centradas en la emoción o evitativas) suele implicar una disminución de la carga emocional de un problema, aunque utilizadas de forma habitual, pueden conllevar un sentimiento de pérdida del control sobre las situaciones vitales.
- Todas las figuras parentales pueden desarrollar recursos y estrategias de afrontamiento útiles para un ejercicio positivo de la parentalidad.
- Las figuras parentales deben tomar conciencia de las propias estrategias y recursos, así como identificar en qué situaciones suelen poner en marcha qué tipo de estrategias de acuerdo con el propio estilo de afrontamiento y sus recursos personales. Este análisis explícito y consciente es necesario para reforzar el uso de aquellas estrategias que resultan efectivas en determinadas circunstancias y para introducir cambios en aquellas estrategias que no resultan útiles ante determinados problemas.

Practicando lo aprendido

Para poder realizar la tarea para casa, los y las participantes deberán realizar una foto a la tabla elaborada en la pizarra para llevársela a casa. La persona facilitadora indicará a los y las participantes que deben pensar al final del día cómo han actuado ante las situaciones estresantes que han ido surgiendo y cómo podrían haber utilizado en alguna ocasión alguna otra estrategia de afrontamiento más efectiva y/o satisfactoria.

Anexo CPB 10.1

La monitora que se pone enferma

SITUACIÓN 1

La monitora del campamento se ha puesto enferma en mitad de la mañana y se ha tenido que ir. Todos los niños y las niñas de su clase tienen que volver a su casa porque no pueden estar en el campamento sin supervisión. Para que los niños y las niñas vuelvan a casa la directora del centro comienza a llamar a sus padres y a sus madres.

Ahora vamos a ver qué hacen los padres y las madres cuando reciben la llamada de la directora pidiendo que, por favor, vayan a recoger a sus hijos e hijas:

- **Dolores** se encuentra trabajando y no puede recoger a su hijo. Cuando recibe la llamada se siente estresada. Para solucionar el problema, ella piensa quién puede recoger a su hijo. Piensa llamar a su hermana, a una amiga o bien a otra madre de la clase. Finalmente, decide llamar a su hermana para ver si puede ir a recoger a su hijo hasta que ella salga de trabajar.
- **Ángel** había decidido ir a hacer deporte cuando recibe la llamada de la directora para recoger a su hijo. En un primer momento cuando habla con la directora se enfada y se estresa porque no estaba en sus planes recoger a su hijo, sin embargo, decide no ir a hacer deporte y recoger a su hijo.
- **Luisa** no tiene coche para recoger a su hija porque está en el mecánico. Cuando recibe la llamada de la directora empieza a sentirse estresada. Para solucionar la situación ella decide organizarse. Decide llamar a una amiga que vive al lado del campamento para que vaya urgentemente a por su hija, después cogerá el autobús, antes de llegar a casa de su amiga decide comprarle una empanada para agradecerle el favor de recoger a su hija, finalmente espera en un parque a que su marido vaya a por ella y a por su hija.

¿Qué hace cada padre y cada madre cuando recibe la llamada?

¿Han solucionado el problema?

¿Cómo se sentirá cada padre y cada madre con la decisión tomada?

SITUACIÓN 2

La monitora del campamento se ha puesto enferma en mitad de la mañana y se ha tenido que ir. Todos los niños y las niñas de su clase tienen que volver a su casa porque no pueden estar en el campamento sin supervisión. Para que los niños y las niñas vuelvan a casa la directora del centro comienza a llamar a sus padres y a sus madres.

Ahora vamos a ver qué hacen los padres y las madres cuando reciben la llamada de la directora pidiendo que, por favor, vayan a recoger a sus hijos e hijas:

- **Conchi** se encuentra trabajando y no puede recoger a su hijo. Cuando recibe la llamada se siente estresada. Cuando le cuelga a la directora ella decide hablar con su compañera de trabajo para desahogarse y decirle lo mal que se siente por no poder atender adecuadamente a su hijo.
- **Fernando** había decidido ir a hacer deporte cuando recibe la llamada de la directora para recoger a su hijo. En un primer momento cuando habla con la directora se enfada y se estresa. Para relajarse Fernando decide ir a correr. Mientras está corriendo piensa que puede ser bueno pasar una mañana con su hijo para ir a comprarle ropa.
- **Beatriz** no tiene coche para recoger a su hija porque está en el mecánico. Cuando recibe la llamada de la directora empieza a sentirse estresada. Beatriz intenta quitarle tensión a la situación, bromea con la directora y le dice que meta a su hija en un taxi y la envíe a su casa.

¿Qué hace cada padre y cada madre cuando recibe la llamada?

¿Ha solucionado el problema?

¿Cómo se sentirá cada padre y cada madre con la decisión tomada?

SITUACIÓN 3

La monitora del campamento se ha puesto enferma en mitad de la mañana y se ha tenido que ir. Todos los niños y las niñas de su clase tienen que volver a su casa porque no pueden estar en el campamento sin supervisión. Para que los niños y las niñas vuelvan a casa la directora del centro comienza a llamar a sus padres y a sus madres.

Ahora vamos a ver qué hacen los padres y las madres cuando reciben la llamada de la directora pidiendo que, por favor, vayan a recoger a sus hijos e hijas:

- **Juana** se encuentra trabajando y no puede recoger a su hijo. Cuando recibe la llamada se siente estresada. Juana decide continuar en el trabajo resolviendo todas las tareas hasta que termine su horario de trabajo al final de la mañana.
- **Carlos** había decidido ir a hacer deporte cuando recibe la llamada de la directora para recoger a su hijo. En un primer momento cuando habla con la directora se enfada y se estresa. Carlos decide hacer sus planes, ir a hacer deporte y tomarse después una cerveza con sus amigos para no pensar en la situación. Ya solucionará el centro la situación.
- **Irene** no tiene coche para recoger a su hija porque está en el mecánico. Cuando recibe la llamada de la directora empieza a sentirse estresada. Para bajar su estrés decide ponerse a ver un rato la televisión y esperar tranquilamente a que arreglen el coche.

¿Qué hace cada padre y cada madre cuando recibe la llamada?

¿Ha solucionado el problema?

¿Cómo se sentirá cada padre y cada madre con la decisión tomada?

Anexo CPB 10.2

Solución del caso

	¿Qué hacen?	¿Han solucionado el problema?	¿Cómo se han sentido?
CASO 1	¿Qué hace Dolores? <ul style="list-style-type: none"> • Plantea diferentes alternativas • Pide apoyo a otras personas 	<ul style="list-style-type: none"> • Dolores Sí lo soluciona 	<ul style="list-style-type: none"> • Dolores se sentirá bien por solucionar el problema
	¿Qué hace Ángel? <ul style="list-style-type: none"> • Prioriza la solución 	<ul style="list-style-type: none"> • Ángel Sí lo soluciona 	<ul style="list-style-type: none"> • Ángel se sentirá bien por solucionar el problema aunque mal por no hacer deporte
	¿Qué hace Luisa? <ul style="list-style-type: none"> • Planifica una plan de acción • Pide apoyo 	<ul style="list-style-type: none"> • Luisa Sí lo soluciona 	<ul style="list-style-type: none"> • Luisa se sentirá bien por solucionar el problema

	¿Qué hacen?	¿Han solucionado el problema?	¿Cómo se han sentido?
CASO 2	¿Qué hace Conchi? <ul style="list-style-type: none"> • Se desahoga/expresa sus sentimientos a otra persona • Se culpabiliza 	<ul style="list-style-type: none"> • Conchi NO lo soluciona 	<ul style="list-style-type: none"> • Conchi puede sentirse bien al desahogarse, pero mal cuando se culpabiliza y cuando no soluciona el problema
	¿Qué hace Fernando? <ul style="list-style-type: none"> • Se relaja • Le busca el sentido positivo a la solución 	<ul style="list-style-type: none"> • Fernando en un primer momento NO soluciona el problema, pero finalmente Sí consigue solucionarlo 	<ul style="list-style-type: none"> • Fernando al principio se ha sentido mal, pero al relajarse corriendo se ha sentido bien
	¿Qué hace Beatriz? <ul style="list-style-type: none"> • Utiliza el humor/bromea 	<ul style="list-style-type: none"> • Beatriz NO lo soluciona 	<ul style="list-style-type: none"> • Beatriz puede sentirse mal por no resolver la situación, pero mejor al utilizar el humor

	¿Qué hacen?	¿Han solucionado el problema?	¿Cómo se han sentido?
CASO 3	¿Qué hace Juana? <ul style="list-style-type: none"> • No hace nada para solucionar el problema • Priorizar otras actividades diferentes al problema 	<ul style="list-style-type: none"> • Juana NO lo soluciona 	<ul style="list-style-type: none"> • Juana puede sentirse mal por no solucionar la situación
	¿Qué hace Carlos? <ul style="list-style-type: none"> • No hace nada para solucionar el problema • Prefiere la distracción 	<ul style="list-style-type: none"> • Carlos NO lo soluciona 	<ul style="list-style-type: none"> • Carlos puede sentirse bien al distraerse, pero mal por no solucionar el problema
	¿Qué hace Irene? <ul style="list-style-type: none"> • No hace nada para solucionar el problema • Distraerse/evadirse 	<ul style="list-style-type: none"> • Irene NO lo soluciona 	<ul style="list-style-type: none"> • Irene puede sentirse bien al distraerse, pero mal por no solucionar el problema

Anexo CPB 10.3

Carteles de estrategias de afrontamiento

**Estrategias de
afrontamiento centradas
en la evitación**

**Estrategias de
afrontamiento centradas
en la emoción**

**Estrategias de
afrontamiento centradas
en el problema**

Anexo CPB 10.4

Carteles relativos al grado de control

**Sí puedo hacer algo
para solucionar el
problema**



**No puedo hacer
nada para solucionar
el problema**



**No sé si puedo
hacer algo para
solucionar el problema**



Anexo CPB 10.5

Preguntando por situaciones estresantes

- 1** Pensando en el caso anterior, cuando os llama la directora para recoger a vuestro hijo o hija, ¿creéis que podéis hacer algo para solucionar esta situación? (Las parejas deben elegir una de las respuestas del Anexo CPB 10.4)
- 2** ¿Qué haríais en esta situación estresante? (Las parejas deben elegir una de las respuestas del Anexo CPB 10.3)
- 3** Ahora tenéis que pensar que vuestro hijo o hija llega del colegio con el chándal roto con un agujero a la altura de la rodilla. Mañana vuestro hijo o hija se iba con su equipo de fútbol y es el único chándal que tiene, ¿creéis que podéis hacer algo para solucionar esta situación? (Las parejas deben elegir una de las respuestas del Anexo CPB 10.4)
- 4** ¿Qué haríais en esta situación estresante? (Las parejas deben elegir una de las respuestas del Anexo CPB 10.3)
- 5** Mientras vuestro hijo o hija se está duchando pega un grito y dice “¡mamá no hay agua caliente!” Cuando vais a revisar la bombona os dais cuenta de que la bombona se ha acabado, ¿creéis que podéis hacer algo para solucionar esta situación? (Las parejas deben elegir una de las respuestas del Anexo CPB 10.4)
- 6** ¿Qué haríais en esta situación estresante? (Las parejas deben elegir una de las respuestas del Anexo CPB 10.3)
- 7** El autobús que os lleva al trabajo ha pinchado la rueda y tenéis que esperar, ¿creéis que podéis hacer algo para solucionar esta situación? (Las parejas deben elegir una de las respuestas del Anexo CPB 10.4)
- 8** ¿Qué haríais en esta situación estresante? (Las parejas deben elegir una de las respuestas del Anexo CPB 10.3)
- 9** Vuestro hijo o hija ha llegado del hospital con una escayola en la pierna porque se ha roto la tibia, ¿creéis que podéis hacer algo para solucionar esta situación? (Las parejas deben elegir una de las respuestas del Anexo CPB 10.4)
- 10** ¿Qué haríais en esta situación estresante? (Las parejas deben elegir una de las respuestas del Anexo CPB 10.3)

11 Vuestro hijo o hija se levanta habitualmente de mal humor y apenas habla en el desayuno, ¿creéis que podéis hacer algo para solucionar esta situación? (Las parejas deben elegir una de las respuestas del Anexo CPB 10.4)

12 ¿Qué haríais en esta situación estresante? (Las parejas deben elegir una de las respuestas del Anexo CPB 10.4)

Ahora el miembro de la pareja más joven le cuenta al otro alguna situación estresante que haya vivido esta última semana.

13 Pensando en lo que le habéis comentado a vuestra pareja, ¿creéis que podéis hacer algo para solucionar esta situación? (Las parejas deben elegir una de las respuestas del Anexo CPB 10.4)

14 ¿Qué hicisteis en la situación estresante? (Las parejas deben elegir una de las respuestas del Anexo CPB 10.3)

Ahora el miembro de la pareja más mayor le cuenta al otro alguna situación estresante que haya vivido esta última semana.

15 Pensando en lo que le habéis comentado a vuestra pareja, ¿creéis que podéis hacer algo para solucionar esta situación? (Las parejas deben elegir una de las respuestas del Anexo CPB 10.4)

16 ¿Qué hicisteis en la situación estresante? (Las parejas deben elegir una de las respuestas del Anexo CPB 10.3)

FASE ENTRENAMIENTO EN COMPETENCIAS PARENTALES BÁSICAS (CPB)

Sesión Yo, como Marta (CPB 11)

Competencia parental

- Apoyo social

Objetivos específicos

- Identificar necesidades de apoyo en el cuidado y la educación de los hijos y las hijas.
- Reflexionar acerca de la eficacia de la propia red de apoyo social y de la satisfacción con el apoyo recibido como madre/padre.
- Conocer recursos de apoyo a la parentalidad de carácter formal disponibles en el entorno más cercano.

Materiales

- Pizarra
- Tiza o marcador de pizarra de tres colores
- Bolígrafos o lápices de tres colores distintos
- Anexo CPB 11.1 El caso de Marta
- Anexo CPB 11.2 La constelación de Marta
- Anexo CPB 11.3 Mi constelación
- Anexo CPB 11.4 Nuestro barrio

Técnicas

- Estudio de casos
- Puesta en común

Duración

- Paso 1: 20 minutos
- Paso 2: 20 minutos
- Paso 3: 15 minutos
- Paso 4: 15 minutos

Tiempo total estimado: 1 hora y 10 minutos

Desarrollo de la sesión

Esta sesión, adaptada del Programa de Formación y Apoyo Familiar (Hidalgo et al., 2011), ayudará a las figuras parentales a identificar sus necesidades de apoyo para afrontar los múltiples retos que implican ser padre o madre, así como a reflexionar acerca de la red de apoyo con la que cuentan. Para ello, en primer lugar analizarán un caso, en gran grupo, identificando y reflexionando sobre las necesidades y fuentes de apoyo con las que cuenta la protagonista del caso. A continuación, los y las participantes identificarán sus propias necesidades y su red de apoyo en materia de parentalidad, dibujando así su constelación de apoyo social. En tercer lugar, se llevará a cabo una discusión dirigida en gran grupo, para analizar las características de dichas constelaciones. Por último, los y las participantes compartirán algunos recursos de apoyo formal existentes en su entorno más cercano, con objeto de ampliar su red de apoyo.

PASO 1

En este primer paso, la persona facilitadora ayudará a los y las participantes a reflexionar sobre la importancia de contar con personas y/o recursos que puedan contribuir a cubrir las necesidades cotidianas que se presentan en el ejercicio de la parentalidad. Para esto, la persona facilitadora invitará a los y a las participantes a que analicen en gran grupo el caso de Marta (Anexo CPB 11.1) y a que identifiquen tanto las necesidades que Marta tiene en su día a día como las personas y/o recursos con los que cuenta para cubrir dichas necesidades. La persona facilitadora podrá presentar la actividad de la siguiente manera:

Ser padre o madre no es una tarea fácil y, por eso, es normal contar con la ayuda de otras personas o servicios en distintos momentos en lo relacionado con el cuidado y la educación de los hijos y las hijas. Vamos a conocer el caso de Marta, una madre a cargo de dos hijos y una hija. Vamos a empezar tratando de identificar en qué cosas a Marta le viene bien algo de ayuda.

La persona facilitadora (o cualquier miembro del grupo) leerá en voz alta el caso de Marta. Después, la persona facilitadora escribirá en medio de la pizarra el nombre de la protagonista de la historia (Marta) y, alrededor de éste, todas las necesidades que aparecen en el texto identificando, al menos, las necesidades que aparecen recogidas en el caso resuelto del Anexo CPB 11.2.

Una vez que en la pizarra estén escritas todas las necesidades, la persona facilitadora pedirá a los y las participantes que identifiquen, a partir del texto, las personas que rodean a Marta. Así, y en la medida en que los y las participantes vayan identificando a las personas que forman la red social de Marta, la persona facilitadora irá escribiendo en la pizarra (alrededor de las necesidades) el nombre de esas personas, así como el parentesco o tipo de relación que las vincula. En un color se escribirán los nombres de las personas que son familia y amistades de Marta y en otro color los de las personas de entidades sociales o servicios públicos. Esto ayudará a los y las participantes a diferenciar que la red de apoyo incluye no solo fuentes de apoyo informal, sino también recursos formales de apoyo que permiten cubrir algunas necesidades relacionadas con el ejercicio de la parentalidad. Los y las participantes irán diciendo en voz alta qué necesidades están cubiertas por qué personas; mientras que la persona facilitadora trazará una flecha que una la necesidad concreta con la persona que la cubre, como se muestra en el Anexo CPB 11.2.

Cuando los y las participantes hayan elaborado la constelación de relaciones que forma la red de apoyo de Marta, la persona facilitadora dinamizará una puesta en común a partir de las preguntas que aparecen a continuación u otras que estime necesarias:

- *¿Qué necesidades de Marta están bien cubiertas?*
- *¿Qué otras necesidades se quedan sin cubrir?*
- *¿Quién ayuda a Marta habitualmente? ¿Qué tipo de ayuda le da?*
- *¿Qué pasa si hay que “tirar” siempre de la misma persona para todo? ¿Cómo pensáis que se siente esa persona?*
- *¿Qué pensáis de que Marta busque apoyo en sus hijos e hija? Y, ¿en la trabajadora social?*
- *¿Quién pensáis que podría echarle una mano a Marta y ahora no lo hace?*
- *¿Cómo podría solucionar Marta las necesidades que no tiene cubiertas?*
- *¿Quién cuenta con Marta para pedirle ayuda? ¿Cómo creéis que se siente esa persona ante la actitud de Marta?*

PASO 2

En el siguiente paso, la persona facilitadora animará a las figuras parentales a dibujar su propia constelación de apoyo social. En este paso, cada participante tendrá que pensar cuáles son sus necesidades y con qué personas y/o recursos cuenta en lo relativo al cuidado y educación de sus hijos e hijas, igual que se hizo con el caso de Marta. Para realizar este paso, todos y todas deben tener una copia de Anexo CPB 11.3. Cada participante tendrá que escribir su nombre en la hoja y, conforme vaya pensando las necesidades que tiene como madre/padre, deberá escribirlas en verde en la primera capa de la hoja alrededor de su nombre. Una vez identificadas las necesidades, los y las participantes deberán escribir las personas y recursos que forman parte de su red de apoyo (en color morado las fuentes de apoyo informal y en color azul las fuentes de apoyo formal), dibujando una flecha hacia la necesidad que cubre cada persona o recurso. La persona facilitadora podrá explicar este paso de la siguiente manera:

La constelación de Marta nos permitió pensar en las necesidades de ayuda que tiene como madre y en los apoyos con los que cuenta. Ahora me gustaría que dibujarais vuestra propia constelación. ¿Para qué cosas necesitáis ayuda como madre o padre? ¿Con qué personas y recursos contáis? Puede tratarse de familiares, amistades, vecinos o vecinas, así como el maestro o maestra, el párroco o trabajador o trabajadora social, por ejemplo.

Este paso concluirá cuando todos los integrantes del grupo hayan identificado varias necesidades, las hayan escrito alrededor de su nombre en su copia individual del Anexo CPB 11.3 y hayan relacionado tales necesidades con las fuentes de apoyo con las que cuentan. Cuantas más necesidades identifiquen, mayor provecho podrán sacar las figuras parentales de la actividad, por lo que la persona facilitadora deberá asegurarse de que cada participante haya identificado diversas necesidades de apoyo antes de dar por finalizado este paso.

PASO 3

Una vez que cada participante haya construido su constelación de apoyo social, la persona facilitadora animará a los y las participantes a reflexionar sobre ellas. Con este fin, la persona facilitadora dirigirá una puesta en común en gran grupo, poniendo especial énfasis en que los y las participantes identifiquen necesidades que no estén siendo cubiertas y su naturaleza (material, informativo o emocional), posibles sobrecargas en la red, así como fuentes de apoyo poco adecuadas para cubrir determinadas necesidades. También animará a las figuras parentales a reflexionar acerca de la naturaleza de las necesidades de apoyo que son cubiertas por fuentes de apoyo formal y si existe un insuficiente o excesivo uso de este tipo de recursos, si existen personas cercanas que actualmente no forman parte de la red de apoyo pero que podrían serlo, el grado de reciprocidad de sus redes de apoyo y su nivel de satisfacción con el apoyo recibido. Para llevar a cabo este paso, se podrán utilizar las siguientes preguntas guía:

- *¿Qué necesidades están cubiertas en lo relativo al cuidado y la educación de los hijos y las hijas?*
- *¿Qué otras se quedan sin cubrir?*
- *¿A quién recurrís para casi todo? ¿Podéis estar sobrecargando a esa persona?*
- *¿Cómo son las personas que conforman vuestra red de apoyo como madre/padre? ¿Se trata fundamentalmente de amistades, vecinos o vecinas y familiares o más bien de servicios y recursos comunitarios?*
- *¿Qué tipo de necesidades de apoyo cubrís con las personas cercanas de vuestro entorno y qué necesidades cubrís con otro tipo de recursos y servicios?*
- *¿Quién está a vuestro lado, pero no le pedís ayuda? ¿Por qué?*
- *¿Utilizáis a vuestros hijos e hijas pequeños como fuente de apoyo?*
- *¿Os sentís satisfechos con la ayuda que os prestan las personas que habéis incluido en vuestra constelación?*

PASO 4

Para finalizar la actividad, la persona facilitadora pedirá a los y las participantes que compartan las fuentes de apoyo formales o de carácter comunitario que hayan identificado en su constelación y que utilizan habitualmente para cubrir ciertas necesidades relacionadas con el cuidado y la educación de los hijos y las hijas. La persona facilitadora escribirá en la pizarra los distintos recursos que vayan surgiendo y ofrecerá una copia del Anexo CPB 11.4 a cada figura parental, para que cada una vaya anotando los recursos que le resulten de interés. A medida que se vayan compartiendo recursos, la persona facilitadora animará a los y a las participantes tanto a informar de los mismos como a compartir su propia experiencia empleando estos recursos. La persona facilitadora también podrá participar en la puesta en común proponiendo recursos locales que considere relevantes y que no hayan sido propuestos por los y las participantes.

Ideas clave

- Ser madre/padre es una tarea compleja y que requiere afrontar múltiples retos. Contar con otras personas y recursos como fuentes de apoyo es necesario para un ejercicio positivo de la parentalidad.

- Los diferentes miembros de la red social y/o recursos formales pueden ayudar a cubrir necesidades de apoyo de distinto tipo: material, informativo y emocional.
- Es importante que la red de apoyo esté compuesta por diversas personas, de forma que las figuras parentales cuenten con distintas personas a las que acudir cuando necesiten ayuda y que no se produzca una sobrecarga de la red de apoyo.
- Una forma de mantener las fuentes de apoyo y evitar la sobrecarga es que exista cierta reciprocidad, de modo que las figuras parentales sean también fuentes de apoyo de las personas que componen su red.
- La red de apoyo es más efectiva cuando está compuesta por personas significativas para las figuras parentales, tales como familiares, amistades y vecinos o vecinas muy cercanos.
- La red social es eficaz y funcional cuando responde de manera ajustada a las necesidades de apoyo de cada individuo, de forma que resulta satisfactoria.
- Cuando la red social de apoyo no permite cubrir las necesidades relacionadas con el cuidado y la educación de los hijos e hijas, las figuras parentales tienen la responsabilidad de acudir a fuentes de apoyo formal que permitan cubrir tales necesidades.
- No todas las personas son igualmente apropiadas para cubrir las necesidades de apoyo. Hay veces que contar con los hijos e hijas pequeños como fuente de apoyo no es la mejor opción. Igualmente, las fuentes de apoyo formal pueden resultar menos efectivas para cubrir necesidades de apoyo de tipo emocional.
- Desde los servicios públicos (servicios sociales, salud, educación) y desde las entidades sociales se ofrecen de forma gratuita diversos recursos de apoyo formal útiles para las tareas relacionadas con el cuidado y la educación de los hijos e hijas. Es importante que las familias conozcan los servicios de apoyo disponibles en su entorno más cercano.
- Aunque el apoyo social formal puede ser necesario en determinados momentos, no es conveniente ni aconsejable que esta fuente de apoyo sea la única con la que cuenta una persona.
- La propias figura parentales puede contribuir a optimizar la composición de sus redes de apoyo para hacerlas más funcionales y adecuadas.

Practicando lo aprendido

La actividad para casa consistirá en que cada participante identifique una necesidad de apoyo relacionada con la parentalidad, que no esté cubierta y se comprometa a buscar una fuente de apoyo (informal o formal) para tratar de cubrirla.

Material de consulta

Hidalgo, M.V., Menéndez, S., López, I., Sánchez, J., Lorence, B. y Jiménez, L. (2011). *Programa de Formación y Apoyo Familiar (FAF)*. Ayuntamiento de Sevilla.

Anexo CPB 11.1

El caso de Marta

Marta tiene 45 años y vive sola con sus tres hijos, Luis (3 años), Carmen (7 años) y Manolo (14 años). Hace ya varios años que se separó y su exmarido no la ayuda económicamente, viniendo a ver a los hijos y la hija cuando a él le parece. Marta trabaja como cajera en el supermercado del barrio y, aunque es un empleo estable y con contrato, trabaja muchas horas y el sueldo es bajo.

Ganando poco dinero, y con tres hijos, la situación económica se pone con frecuencia algo apretada. En esos momentos Marta recurre a su madre, Juana, que a veces le ayuda con algo de dinero de su pensión, aunque no siempre puede porque cobra muy poco. Además, Marta lleva varios años recibiendo una pequeña ayuda económica de los Servicios Sociales a través de Macarena, la trabajadora social. Cada vez que acude al Centro de Servicios Sociales para recoger la ayuda, aprovecha para contarle a Macarena sus problemas.

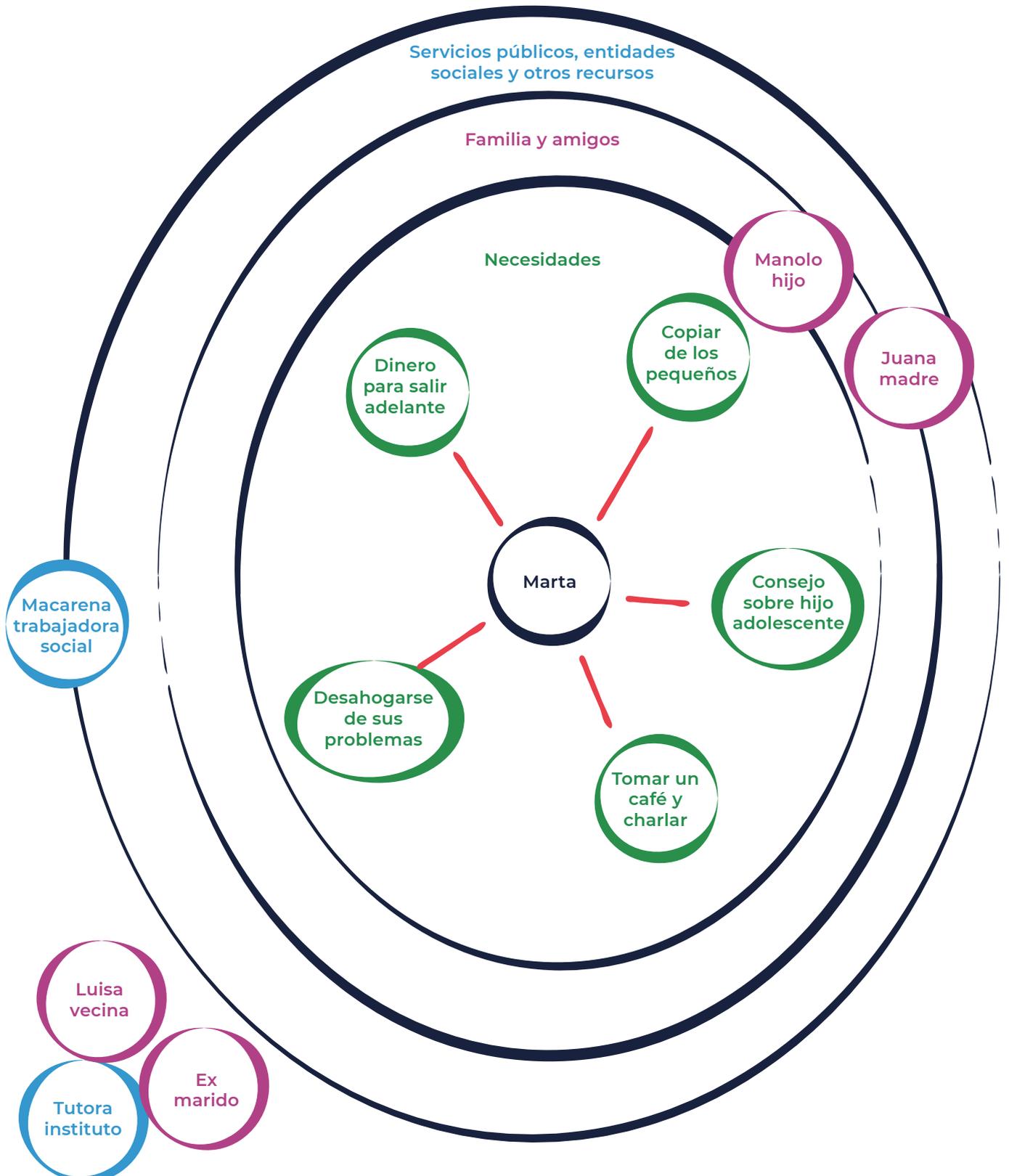
Carmen y Manolo van al colegio, pero Luis, que es el más pequeño, aún no. Todos los días se queda a cargo de su abuela hasta que sus hermanos vuelven del colegio y pueden ocuparse de él mientras Marta está fuera trabajando. Desde hace algún tiempo, Juana y Marta discuten mucho porque Juana se queja de que se está haciendo cargo de muchas de las responsabilidades de Marta y ella ya está muy mayor.

Últimamente la situación se está poniendo más difícil porque el hijo mayor, Manolo, tiene a Marta preocupada: está raro y con cambios de humor muy bruscos, se cabrea y salta por nada... Marta no sabe si todo esto es normal con la edad de Manolo, o bien puede ser señal de algo (malas compañías, quizás troteo con drogas), y no sabe a quién preguntarle ni cómo aclararse. Marta y Manolo además discuten bastante porque él quiere estar mucho tiempo fuera de casa con sus amigos, pero Marta no le deja porque entonces Manolo no puede ocuparse de sus hermanos mientras ella trabaja. Manolo está empezando a dar problemas en el colegio; de hecho, su tutora, a la que Marta no conoce, viene insistiendo en que deberían verse y hablar del tema.

Con este panorama Marta no tiene ni tiempo ni ganas de diversión, ya no se acuerda de cuándo fue la última vez que quedó para tomarse un café y charlar con su vecina, Luisa, que también está separada y vive sola con sus dos hijos, de edades parecidas a los hijos de Marta. Cuando se encuentran a veces en el ascensor Luisa siempre le insiste en que a ver cuándo quedan para salir un rato porque le gustaría que le aconsejara sobre algo que le preocupa y Marta siempre le contesta lo mismo: a ver si saco un rato, es que estoy muy liada.

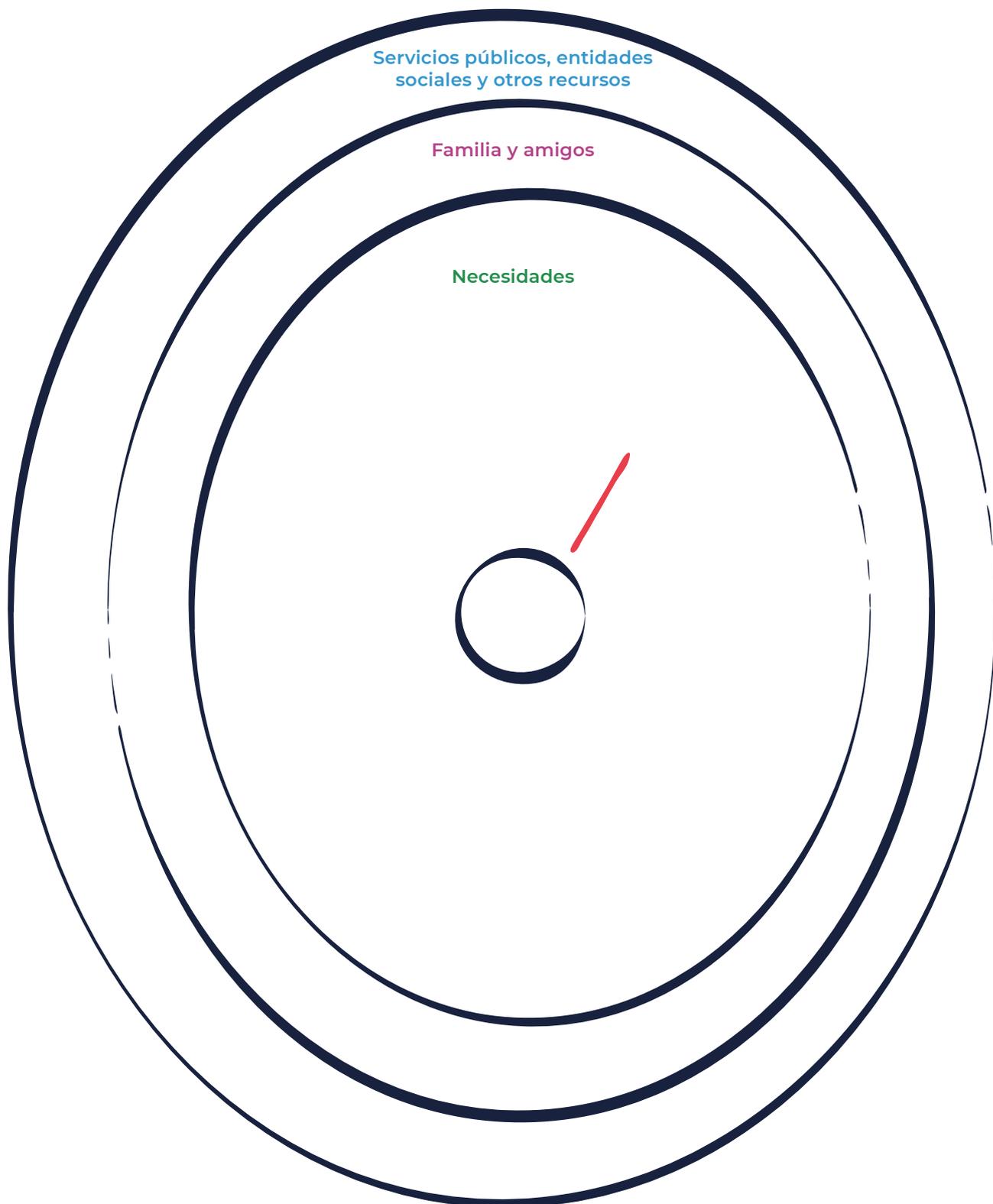
Anexo CPB 11.2

La constelación de Marta



Anexo CPB 11.3

Mi constelación



FASE ENTRENAMIENTO EN COMPETENCIAS PARENTALES BÁSICAS (CPB)

Sesión El menú semanal (CPB 12)

Competencia parental

- Gestión doméstica

Objetivos específicos

- Tomar conciencia de que una adecuada gestión doméstica requiere planificar con antelación las distintas tareas que hay que realizar.
- Aprender a planificar las distintas tareas implicadas en la realización de las comidas familiares.
- Promover la implicación de los distintos miembros de la familia en las tareas domésticas.

Materiales

- Lápices
- Cartulina o pizarra
- Anexo CPB 12.1 Nuestro menú semanal
- Anexo CPB 12.2 Tarjetas de tareas necesarias para la realización del menú
- Anexo CPB 12.3 La planificación del menú familiar

Técnicas

- Lluvia de ideas
- Construcción de imágenes
- Discusión dirigida

Duración

- Paso 1: 15 minutos
- Paso 2: 20 minutos
- Paso 3: 10 minutos
- Paso 4: 15 minutos
- Paso 5: 15 minutos

Tiempo total estimado: 1 hora y 15 minutos

Desarrollo de la sesión

Esta sesión, inspirada en una actividad del Programa de Promoción de Parentalidad Positiva en Polígono Sur (Moreno et al., 2018), tiene la finalidad de dotar a los y a las participantes de estrategias que les permitan mejorar la gestión doméstica, en concreto, practicando con la planificación de una de las principales tareas domésticas: la elaboración del menú familiar. Asimismo, se aprovechará esta planificación para promover la implicación de los distintos miembros de la familia en las tareas domésticas. La sesión está estructurada en cinco pasos. En el primer paso, se hará una lluvia de ideas acerca de las dificultades que conlleva todo lo relacionado con la preparación y realización de las comidas familiares. En el segundo paso, cada participante elaborará un menú semanal para su familia. A continuación, se hará una dinámica grupal que permitirá identificar todas las tareas implicadas en la realización del menú semanal, tareas que hay que tener en cuenta para planificarlas adecuadamente. En el cuarto paso, de forma individual, se llevará a cabo la planificación de las distintas tareas identificadas, especificando qué integrante de la familia se va a responsabilizar de cada una de ellas. Como cierre, en el quinto paso, se llevará a cabo una discusión dirigida.

PASO 1

Como forma de introducir el tema, en este primer paso la persona facilitadora llevará a cabo una lluvia de ideas con los y las participantes sobre las dificultades relacionadas con la preparación y realización de las comidas familiares. Esta primera reflexión debe permitir tomar conciencia de la importancia de la planificación de las tareas domésticas para facilitar su realización. Utilizando una pizarra, la persona facilitadora irá apuntando todas las ideas que vayan exponiendo los y las participantes. Se podrá introducir este paso con las siguientes instrucciones:

Hoy vamos a hablar sobre una de las tareas domésticas que es más importante, pero también más complicada: la preparación de las comidas de la familia. Tener una alimentación saludable y adecuada es esencial para garantizar el crecimiento de los más pequeños y pequeñas y el bienestar de todos los miembros de la familia. Pero esto no siempre nos resulta fácil. ¿Qué dificultades encontráis vosotros y vosotras en vuestro día a día con el tema de la comida? ¿Os ha ocurrido alguna vez que llegue la hora de la comida y no sepáis ni qué preparar? ¿Qué es lo que os resulta más complicado en relación con este tema? ¿Por qué?

PASO 2

A continuación de la lluvia de ideas, la persona facilitadora propondrá a los y las participantes que hagan una propuesta de menú semanal para su familia. Haciendo énfasis en la importancia de tener una alimentación saludable, la persona facilitadora dará una copia del Anexo CPB 12.1 a cada participante y les pedirá que traten de hacer un menú realista y adecuado para su familia. Para ello podrá ofrecer unas instrucciones como las siguientes:

Habéis comentado muchas dificultades relacionadas con el tema de la comida. La primera, es que a veces no sabemos ni qué preparar de comer. Para solucionar gran parte de esas dificultades, el

primer paso es planificar con antelación el menú de toda la semana. Eso nos ayudará a no tener que improvisar y asegurar que la alimentación de nuestra familia sea lo más saludable posible. Decidir lo que vamos a comer a lo largo de la semana es además algo que podemos hacer entre todos los miembros de la familia. En esta hoja que os he dado aparece una tabla que os puede ayudar a planificar el menú semanal. Quiero que cada persona piense y vaya rellenando un menú adecuado y realista para su familia.

La persona facilitadora irá comprobando que los y las participantes vayan elaborando los menús de sus familias. Es importante insistir en que no hay menús perfectos ni ideales para todas las familias; cada participante debe hacer una propuesta de menú realista y ajustado a las circunstancias y preferencias de su familia, pero siempre tratando de tener una alimentación saludable.

PASO 3

Cuando todos los integrantes del grupo hayan terminado de elaborar su propuesta de menú semanal, se llevará a cabo una construcción de imágenes en gran grupo con el objetivo de identificar y tomar conciencia de las distintas tareas necesarias para llevar a cabo la realización del menú planificado. Para la realización de este paso, la persona facilitadora deberá tener preparadas y recortadas las tarjetas del Anexo CPB 12.2, dando una tarjeta a cada participante. Cada tarjeta indica una tarea necesaria para la elaboración y realización de las comidas. La idea es que los y las participantes se pongan de pie y, en función de la tarjeta que tengan, formen una cadena humana que represente la secuencia de tareas necesarias que hay que planificar y realizar para la preparación de las comidas. Si hay más participantes que tarjetas, se pueden organizar parejas, dándole una tarjeta a cada pareja. Si hay menos participantes que tarjetas, se pueden dejar sin utilizar las tarjetas que impliquen tareas menos relevantes (por ejemplo, guardar la compra o recoger la mesa). La persona facilitadora podrá ofrecer unas instrucciones como las siguientes:

Es importante que planifiquemos las comidas con antelación para asegurar una buena alimentación de nuestra familia. Pero desde que pensamos qué vamos a comer hasta que el plato está en la mesa hay muchas cosas que hacer. Todas las tareas que son necesarias para llevar a cabo lo que hemos pensado también hay que planificarlas con antelación para evitar dificultades y que todo salga bien. Os he repartido a cada persona una tarjeta que lleva escrito una de las tareas necesarias para la preparación y realización de las comidas. Ahora vais a poneros de pie y a elaborar una cadena humana con el orden en el que tenemos que hacer esas tareas. Veamos, lo primero es hacer la propuesta del menú, lo que acabamos de hacer, ¿quién tiene esa tarjeta? Y ahora, ¿quién le seguiría?, ¿qué tarea es la siguiente?

Cuando los y las participantes hayan formado una cadena que representa la secuencia de tareas necesarias para la preparación y realización de las comidas, se llevará a cabo una reflexión utilizando preguntas como las siguientes:

- *¿Habéis visto cuántas tareas nos han salido? ¿Eráis conscientes de todas?*

- ¿Hay tareas de las que hemos identificado que os gusten más que otras? ¿Cuáles? ¿Por qué?
- ¿Son todas las tareas igualmente importantes? ¿Nos podemos “saltar” alguna?
- ¿Soléis planificar cada una de estas tareas o soléis improvisar en ocasiones?
- ¿Quién suele encargarse de cada una de estas tareas? ¿Tenéis hecho un reparto?
- ¿Vuestros hijos e hijas participan en alguna de estas tareas?
- ¿Qué ventajas tiene que los tengamos todo planificado?

PASO 4

En este paso los y las participantes volverán a trabajar con el menú que habían elaborado para su familia en el paso 2, teniendo ahora que añadir la planificación de algunas de las tareas identificadas en el paso anterior. Cada participante tendrá una copia del Anexo CPB 12.3 y un lápiz o bolígrafo. Para cumplimentar este anexo, la persona facilitadora pedirá a los y a las participantes seleccionar algunos de los platos que habían puesto en el menú y completar su planificación, concretando qué necesitan para realizarlo y quién se va responsabilizar de las distintas tareas. Es importante hacer hincapié en que todos los miembros de la familia deberían participar implicándose en alguna tarea. La persona facilitadora podrá utilizar unas instrucciones como las siguientes:

Empezamos la sesión de hoy viendo las dificultades que pueden surgir en relación con el tema de la comida y, como ha quedado de manifiesto en la cadena que hemos formado, es que para tener la comida en la mesa todos los días hacen falta muchas tareas previas: pensar qué vamos a comer, comprobar si tenemos lo que necesitamos, hacer la compra... Ahora vamos a volver al menú que habíais pensado para vuestra familia y vamos a trabajar en cómo planificar las tareas necesarias para llevarlo a cabo. Os he dado a todos y a todas una hoja en la que vais a tener que hacer una planificación lo más detallada posible de tres comidas que seleccionéis de vuestro menú. Para cada comida, tenéis que completar qué necesitáis y quién se va encargar de las distintas tareas. Recordad que la planificación del menú es una buena oportunidad para implicar a todos los miembros de la familia en las tareas de casa.

La persona facilitadora deberá intentar que en la planificación de los y las participantes no aparezca la misma persona como responsable de todas las tareas, sino que todos los miembros de la familia tengan alguna implicación.

PASO 5

En este último paso y como cierre de la sesión se llevará a cabo una discusión dirigida que debe ayudar a los y a las participantes a poner en común y sintetizar todas aquellas ideas que se han ido trabajando durante los pasos anteriores. La persona facilitadora podrá utilizar preguntas como las siguientes para esta discusión:

- ¿Os ha resultado fácil planificar lo que necesitáis para hacer la comida?

- ¿Qué dificultades habéis tenido?
- ¿Creéis que planificarlo de esta forma os ayudará? ¿Por qué?
- ¿Habéis hecho un reparto de tareas que os parece realista?
- ¿Por qué es importante incluir a todos y a todas en la planificación?
- ¿De qué tareas puede encargarse un o una adolescente? ¿Y los niños y las niñas más pequeños?
- ¿Es importante que los niños, niñas y adolescentes se impliquen en las tareas del hogar? ¿Por qué?
- ¿Cómo se podría conseguir que todos los miembros de la familia participen desde el principio en la planificación del menú?
- ¿Hay otras tareas del hogar que pueden planificarse de esta forma? ¿Cuáles?

Ideas clave

- La gestión doméstica requiere tanto la planificación de las tareas del hogar por parte de las personas adultas como un reparto adecuado de las mismas.
- Para llevar a cabo una planificación adecuada conviene dedicar un tiempo semanal a organizar las tareas domésticas que hay que realizar a lo largo de la semana, así como decidir los miembros de la familia que se van a encargar de las diferentes tareas y tener previsto lo que se va a necesitar (por ejemplo, preparar el menú semanal dejando claro quién se encarga de hacer la compra y preparar cada comida).
- Es bueno que, de acuerdo a su edad, niños, niñas y adolescentes vayan colaborando y asumiendo alguna responsabilidad en las tareas del hogar.
- Muchas de las dificultades cotidianas que las familias tienen en relación con la gestión doméstica pueden ser evitadas con una buena planificación y un reparto adecuado de las tareas.

Practicando lo aprendido

La persona facilitadora pedirá a los y a las participantes que se lleven casa su propuesta de menú semanal, que la compartan con el resto de su familia, y que traten de llevar a cabo alguna de las comidas tal y como lo han planificado en el Anexo CPB 12.3.

Material de consulta

Moreno, M.C., Díez, M., Estévez, R., Hidalgo, M.V., Jiménez, L., López, F., Román, M., Jiménez, J., Oliva, A. y Antolín-Suárez, L. (2018). *Programa de promoción de parentalidad positiva en Polígono Sur*. Universidad de Sevilla.

Anexo CPB 12.1

Nuestro menú semanal

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Desayuno							
Almuerzo							
Cena							

Anexo CPB 12.2

Tarjetas de tareas necesarias para la realización del menú

**Hago la
propuesta
del menú**

**Reviso si
tengo los
ingredientes**

**Hago la lista
de la compra**

**Compro los
ingredientes**

**Guardo la
compra**

**Pongo la
mesa**

**Preparo la
comida**

**Recojo la
mesa**

**Recojo la
cocina**

Anexo CPB 12.3

La planificación del menú familiar

Comida	¿Qué?	¿Qué necesito?	¿Quién?
Desayuno	Nombre del plato		Hacer la compra: Cocinar: Recoger:
Almuerzo	Nombre del plato		Hacer la compra: Cocinar: Recoger:
Cena	Nombre del plato		Hacer la compra: Cocinar: Recoger:

MÓDULO 3. INTERVENCIÓN GRUPAL PSICOEDUCATIVA

FASE CONSOLIDACIÓN DE APRENDIZAJE (CA)

Sesión Las competencias parentales y vida cotidiana (CA 1)

Objetivos específicos

- Fortalecer el aprendizaje de las competencias parentales adquirido en las anteriores sesiones.
- Reconocer distintas estrategias de afrontamiento en situaciones de conflicto parental.
- Ampliar la perspectiva de las figuras parentales en la resolución de situaciones difíciles desde el enfoque de la parentalidad positiva.
- Generar un clima de cooperación dentro del grupo.

Materiales

- Pinturas, preferiblemente de color azul
- Bolígrafos
- Goma removible para pegar las cartulinas (Blu-tack)
- Piezas de Lego (elementos de construcción y minifiguras que representen a miembros de una familia). Sería deseable que cada participante cuente con un kit
- Pizarra
- Tizas o rotuladores de pizarra
- Píldora formativa *Competencias Parentales* dirigida a profesionales:
 - ◇ [Competencias Parentales \(Profesionales\) - Visión de conjunto \(cruzroja.es\)](https://www.cruzroja.es)
- Píldora formativa *Competencias Parentales* dirigida a familias:
 - ◇ [Competencias Parentales \(Familias\) - Visión de conjunto \(cruzroja.es\)](https://www.cruzroja.es)
- Cartulina con el nombre y la imagen de las doce competencias parentales (material realizado en la sesión CG 2, a partir del Anexo CG 2.5)
- Anexo CA 1.1 Mi vaso de agua

Técnicas

- Exposición oral
- Técnicas de expresión artística / Construcción de figuras (metodología Lego Serious Play)

- Objetos auxiliares
- Puesta en común
- Discusión dirigida

Duración

- Paso 1: 5 minutos
- Paso 2: 10 minutos
- Paso 3: 10 minutos
- Paso 4: 40 minutos
- Paso 5: 10 minutos

Tiempo total estimado: 1 hora y 15 minutos

Desarrollo de la sesión

La sesión comenzará con la actividad *Mi vaso de agua*. Posteriormente se hará un breve repaso de las competencias parentales fundamentales para un ejercicio positivo y responsable de la parentalidad, trabajadas en sesiones anteriores. A continuación, a través de la metodología Lego Serious Play, se invitará a los y las participantes a pensar y representar con las piezas de Lego, una situación vivida con su hijo o hija en la que hayan tenido o sentido alguna dificultad. Finalmente, a nivel grupal, se fomentará la reflexión para buscar alternativas y soluciones a las situaciones descritas por cada participante.

PASO 1

Antes de iniciar la sesión, se planteará la actividad *Mi vaso de agua*, (Anexo CA 1.1). Las instrucciones que la persona facilitadora puede dar al grupo son las mismas que se dieron en *Avanzando juntos y juntas en el reto de la crianza* (Fase Creación de grupo, CG).

Tras pintar agua en el interior del vaso, cada participante mostrará si está vacío, medio o lleno, y compartirá una palabra o titular que describa cómo se siente como padre o madre en ese momento. Este anexo será recogido y custodiado por la persona facilitadora del grupo para ser analizado en una sesión posterior.

PASO 2

La persona facilitadora iniciará la sesión haciendo un breve repaso de cinco minutos aproximadamente de las competencias parentales trabajadas hasta el momento en sesiones anteriores. Recordar que el número mínimo de competencias trabajadas en la Intervención grupal psicoeducativa debe haber sido 5, aunque habrá experiencias en las que se trabaje con más o incluso con las 12 competencias. Cuando se trabajen menos de 12 competencias en la sesiones anteriores, se puede aprovechar esta sesión para recuperar alguna o algunas de las competencias no trabajadas, que se estimen útiles para el grupo de familias.

- 1 Estimulación y estructuración
- 2 Tiempo compartido en familia
- 3 Co-responsabilidad parental
- 4 Creencias y expectativas adecuadas sobre el desarrollo
- 5 Afecto, comunicación y aceptación
- 6 Implicación escolar
- 7 Normas y supervisión
- 8 Auto-regulación emocional
- 9 Percepción adecuada del rol parental
- 10 Afrontamiento de situaciones estresantes
- 11 Apoyo social
- 12 Gestión doméstica

Para ello, se mostrará a las familias el material utilizado en la sesión *Avanzamos juntos y juntas en el reto de la crianza*; una cartulina con el nombre e imágenes de las competencias. Se recomienda que conforme se describa cada una, la cartulina se coloque en un lugar visible del aula, como la pizarra o la pared, y se debata sobre cómo las diferentes competencias se relacionan entre sí. Este material ayudará a desarrollar posteriormente el paso 3. Para esta exposición, la persona facilitadora podrá apoyarse en los contenidos de las píldoras formativas online sobre competencias parentales de Cruz Roja.

Las instrucciones de la persona facilitadora podrían ser las siguientes:

A lo largo de las sesiones hemos ido descubriendo conjuntamente qué son las competencias parentales y explorando cuáles son las competencias clave para llevar a cabo de manera positiva las tareas y responsabilidades de la crianza. Antes de adentrarnos en una nueva actividad, vamos a hacer un breve repaso de lo que hemos aprendido hasta ahora sobre ellas. Os animamos, a medida que vayamos repasando en qué consiste cada una de las competencias, a reflexionar en qué medida se relacionan entre sí y pensar sobre si están incorporadas en vuestras prácticas como padres y madres.

PASO 3

A continuación, se mostrarán y se repartirán las piezas de Lego entre los y las participantes. Tras unos minutos de familiarización con el material, la persona facilitadora pedirá a las familias que lo utilicen para

representar una situación difícil con su hijo o hija. Para el desarrollo de este paso, las instrucciones podrían ser parecidas a estas:

Hoy vamos a “pensar con las manos”. Os proponemos representar con piezas de Lego una situación que recordéis con vuestro hijo o hija que os haya costado gestionar o resolver. Por ejemplo, cuando tu hija no quería comer y no supiste qué hacer, en la que tu hijo incumplió una norma, alguna situación en la que no pudiste mantener la calma.... Para ello, os vamos a dar 10 minutos para que penséis en una situación vivida recientemente y que podáis representarla construyendo una figura con las piezas de Lego.

Se podrá poner música relajante durante los minutos de construcción para facilitar la concentración y fomentar la creatividad.

PASO 4

Por turnos, cada participante expondrá al grupo la figura construida, explicando la historia que representa con el objetivo de identificar las competencias parentales que están presentes en esta situación. Asimismo, la persona facilitadora realizará a cada participante la siguiente pregunta sobre la escena representada: *¿Sabrías identificar qué competencia o competencias parentales han aparecido en la situación vivida que has representado con piezas Lego?*

Tal y como se indicaba en el paso 2, las cartulinas de las competencias parentales trabajadas estarán expuestas en un lugar visible del aula, como material de apoyo.

Seguidamente, el resto de integrantes del grupo propondrán, en relación a la situación vivida por su compañero o compañera, posibles soluciones o estrategias para afrontar la situación descrita en base a las competencias parentales. A medida que se ofrezcan soluciones, la persona facilitadora podrá ir escribiendo las ideas aportadas en la pizarra.

A continuación, vamos a ir anotando en la pizarra posibles maneras de afrontar las situaciones difíciles que queréis compartir con el grupo y que habéis representado con las piezas de legos. De tal modo que, al finalizar tendremos un listado de estrategias para abordar y afrontar las situaciones descritas. Para este ejercicio es importante que tengáis en mente tanto las competencias parentales trabajadas en las sesiones, como las demás competencias estudiadas al inicio de lo encuentros grupales, porque todas pueden darnos ideas sobre cómo prevenir, afrontar o reducir las consecuencias negativas de estas situaciones.

Una vez planteadas las posibles soluciones por parte del grupo, se pedirá a la persona que ha vivido la historia representada, que seleccione una de ellas. Para ello, las indicaciones de la persona facilitadora podrán ser las siguientes:

Como vemos, no existe un forma única, ni válida para abordar una situación o resolver un conflicto. Tras las propuestas ofrecidas por el resto de tus compañeros y compañeras, nos gustaría que, teniendo en cuenta todas las posibilidades que acabamos de ver, elijas una de ellas, la que consideres más adecuada y la que más se ajuste a tu situación personal y familiar, así como a las necesidades de tu hijo e hija que protagoniza la historia representada.

De igual forma, se podrá preguntar a la persona participante, una vez seleccionada alguna de las alternativas ofrecidas por el grupo, la siguiente cuestión:

En relación a la solución elegida para afrontar la situación vivida con tu hijo o hija ¿qué competencia o competencias parentales crees que es necesario poner en práctica?

El desarrollo de este paso debería repetirse tantas veces como situaciones diarias hayan sido representadas por los y las participantes del grupo. En el caso de que apremiara el tiempo, la persona facilitadora podría seleccionar aquellas situaciones que considerara más apropiadas para el grupo. Al finalizar este paso se recomienda que todas las situaciones sean fotografiadas para el recuerdo.

PASO 5

Cuando todos los integrantes del grupo hayan completado el paso 4, la persona facilitadora les ofrecerá mover las piezas de la figura construida, en base a la solución o estrategia elegida en el paso anterior, hasta conseguir representar la nueva escena elegida. Se podrán incorporar nuevas piezas de Lego o, por el contrario, quitar piezas a la situación inicial.

Para facilitar la concentración y fomentar la creatividad, se recomienda poner música relajante.

Ideas clave

- Las situaciones difíciles pueden tener diversas soluciones.
- Todas las figuras parentales tienen que hacer frente en su vida cotidiana a situaciones estresantes relacionadas con el ejercicio de su parentalidad.
- Escuchar otros puntos de vista y otras experiencias nos puede aportar soluciones diferentes y nuevas estrategias.
- Buscar o aceptar apoyo tanto de profesionales como de otras personas de nuestro entorno o comunidad, es una habilidad que facilita la labor de la crianza y la educación.

Practicando lo aprendido

Cada participante se comprometerá a lo largo de la semana a identificar situaciones en su vida cotidiana en las que pueda aplicar la estrategia seleccionada en el paso 4. En este ejercicio se recomendará a las familias que describan en un papel las situaciones elegidas y argumenten la idoneidad de la estrategia aplicada. Este ejercicio escrito se plantea como parte del proceso de autoexploración individual de las figuras parentales y como ayuda para reflexionar y reelaborar lo sucedido en casa de acuerdo con lo aprendido en sesión.

Anexo CA 1.1

Mi vaso de agua

Nombre y apellido(s)

Fecha



Titular de hoy

FASE CONSOLIDACIÓN DE APRENDIZAJE (CA)

Sesión Juntos y juntas somos mejores (CA 2)

Objetivos específicos

- Fortalecer la relación filio-parental en las familias.
- Facilitar a los y las participantes la identificación y expresión de las cualidades y habilidades positivas, tanto personales como las del conjunto de integrantes de su familia.
- Tomar conciencia de la importancia de reconocer en las demás personas las cualidades positivas que tienen.
- Facilitar un espacio de escucha activa y respetuosa para compartir en familia sentimientos y emociones.
- Fortalecer la autoestima y los sentimientos de seguridad y confianza en los niños y las niñas y en las figuras parentales.
- Reforzar el sentimiento de identidad familiar.

Materiales

- Pinturas
- Bolígrafos
- Etiquetas
- Rotuladores de colores
- Pegamentos de barra
- Cartulinas tamaño A3
- Pegatinas para decorar
- Anexo CA 2.1 Mi don especial
- Anexo CA 2.2 Nuestro hogar

Técnicas

- Diálogos simultáneos
- Técnicas de expresión artística
- Puesta en común
- Discusión dirigida

Duración

- Paso 1: 10 minutos
- Paso 2: 10 minutos
- Paso 3: 30 minutos
- Paso 4: 10 minutos

Tiempo total estimado: 1 hora

Desarrollo de la sesión

En esta sesión se incorporará a los hijos e hijas de las personas participantes, preferiblemente, asistirán niños y niñas a partir de los 6 años de edad.

Inicialmente, se invitará a todas las personas (adultos y menores de edad) a que cada una identifique una cualidad personal y, posteriormente, con todas las cualidades descritas, deberán elaborar en familia un recortable que representa la forma de una casa.

PASO 1

Antes de pasar a explicar la sesión y, teniendo en cuenta que es la primera vez en la que participan los hijos e hijas, la persona facilitadora dará la bienvenida e invitará a las y los asistentes a presentarse:

Se podrá apoyar en el siguiente mensaje:

En primer lugar, daros las gracias por haber aceptado nuestra invitación y, sobre todo, por acompañar a vuestra madre / padre en la sesión de hoy. Hemos preparado una dinámica/juego que esperamos os guste y que durará aproximadamente una hora. Si os parece, antes de explicaros la dinámica/juego que tenemos preparada, vamos a presentarnos y así nos conocemos un poco mejor. ¿Qué os parece si respondemos todos y todas a cuatro preguntas? Si estáis de acuerdo, puedo ser la primera persona en empezar.

- *¿Cómo te llamas?*
- *¿Cuántos años tienes?*
- *¿Cuál es tu animal favorito?*
- *¿Qué es lo que más te gusta hacer con tu familia?*

Tras las presentaciones, cada participante (figura parental y niño o niña) escribirá su nombre en una pegatina/etiqueta y se la pegará en un lugar visible.

PASO 2

Se propone al grupo realizar una actividad titulada *Nuestros dones*. Para ello, trabajarán por familia (figura/s parental/es y menor/es de edad) y a cada participante se le entregará una copia del Anexo CA 2.1 *Mi don especial*.

La persona facilitadora pedirá a las y los participantes que, de manera individual, piensen en un don, es decir, en una cualidad positiva que tenga cada una o cada uno. Las orientaciones que se ofrezcan pueden ser similares a:

Todas las personas tenemos cualidades positivas, y me gustaría que dedicarais un momento a reflexionar sobre las vuestras. Cada uno de vosotros y vosotras debe identificar en su persona un don o cualidad positiva y deberá dejarla escrita en el documento que se entrega. Por ejemplo: andar muy bien en bici, reírme mucho, ser paciente o dar muchos abrazos.

Dependiendo de la edad de los niños y niñas, la persona facilitadora les ayudará junto a su madre, padre o figura parental a escribir su don.

PASO 3

Posteriormente, se entregará a cada familia un recortable de una figura en forma de casa (Anexo CA 2.2). Es aconsejable, para evitar alargar el tiempo de la sesión, entregar a cada familia la cartulina ya recortada con el modelo de la figura.

Las orientaciones para explicar la dinámica pueden ser las siguientes:

Os acabamos de entregar la figura de una casa que debéis de montar conjuntamente en familia. Antes de explicaros los pasos que debéis de seguir para unir las lengüetas y armar la figura, tenéis que decorarla a vuestro gusto. Para ello, en primer lugar, debéis escribir en las paredes o tejado de la casa el don de cada uno y posteriormente, colorearla y adornarla utilizando los materiales que están extendidos en la mesa; pinturas, pegatinas, rotuladores, etc. Como veis es un trabajo en equipo en el que es importante que colaboréis y participéis toda la familia.

Una vez se compruebe que todas las familias han terminado de decorar y montar la casa, cada familia expondrá sus creaciones al resto y leerá los dones de cada integrante.

PASO 4

Para finalizar, la persona facilitadora conducirá al grupo a una reflexión conjunta sobre la importancia de identificar, reconocer y poner en valor las virtudes y cualidades positivas de los miembros de la familia. Para ello, podrá utilizar las siguientes preguntas:

- *¿Qué es lo que más os gustó?*
- *¿Cómo os habéis sentido jugando en equipo con vuestra familia?*
- *¿Cuál ha sido la parte más sencilla de la dinámica y cuál la más difícil?*

- *¿Añadiríais algún don más a vuestra casa? Puede ser tanto personal como de otro integrante de vuestra familia, que esté presente en el taller o que no haya podido acudir.*
- *¿Por qué creéis que es importante pensar en nuestros dones y en los dones de las personas que nos rodean?*

Como cierre, la persona facilitadora podrá reflexionar alrededor de las siguientes ideas:

- *Todas las personas tenemos dones*
- *Los dones los podemos compartir*
- *Compartir los dones nos ayuda a permanecer unidos*
- *Los dones de cada uno pueden hacer felices a los demás*
- *Reconocer los dones o aspectos positivos que tienen los hijos o las hijas, los padres o las madres, contribuye a fortalecer su relación filio-parental*

Para finalizar esta sesión, y con la finalidad de fortalecer la relación entre las familias y la persona facilitadora, se organizará una merienda.

Ideas clave

- Todos los miembros de una familia tienen virtudes y cualidades positivas (dones).
- Es fundamental para el bienestar familiar que las figuras parentales identifiquen y reconozcan tanto sus propias habilidades y capacidades, como las de sus hijas e hijos.
- Es importante generar espacios de comunicación entre las figuras parentales y los hijos e hijas para mejorar la calidad de la relación.
- Fomentar espacios para compartir experiencias entre las figuras parentales y los hijos e hijas, fortalece la relación e influye positivamente en el bienestar familiar.
- El trabajo en equipo, la cooperación y el apoyo entre los miembros de la familia, fortalece la cohesión y pertenencia familiar.

Practicando lo aprendido

La persona facilitadora invitará a cada familia a que se lleve a casa la figura realizada y que la exponga en algún lugar visible, pudiendo añadir, cuando lo deseen, algún don más de los integrantes de la familia. Además, se les pedirá como tarea que reconozcan de forma explícita o refuercen la expresión de estas cualidades positivas cuando se pongan de manifiesto en la familia.

Anexo CA 2.1

Mi don especial



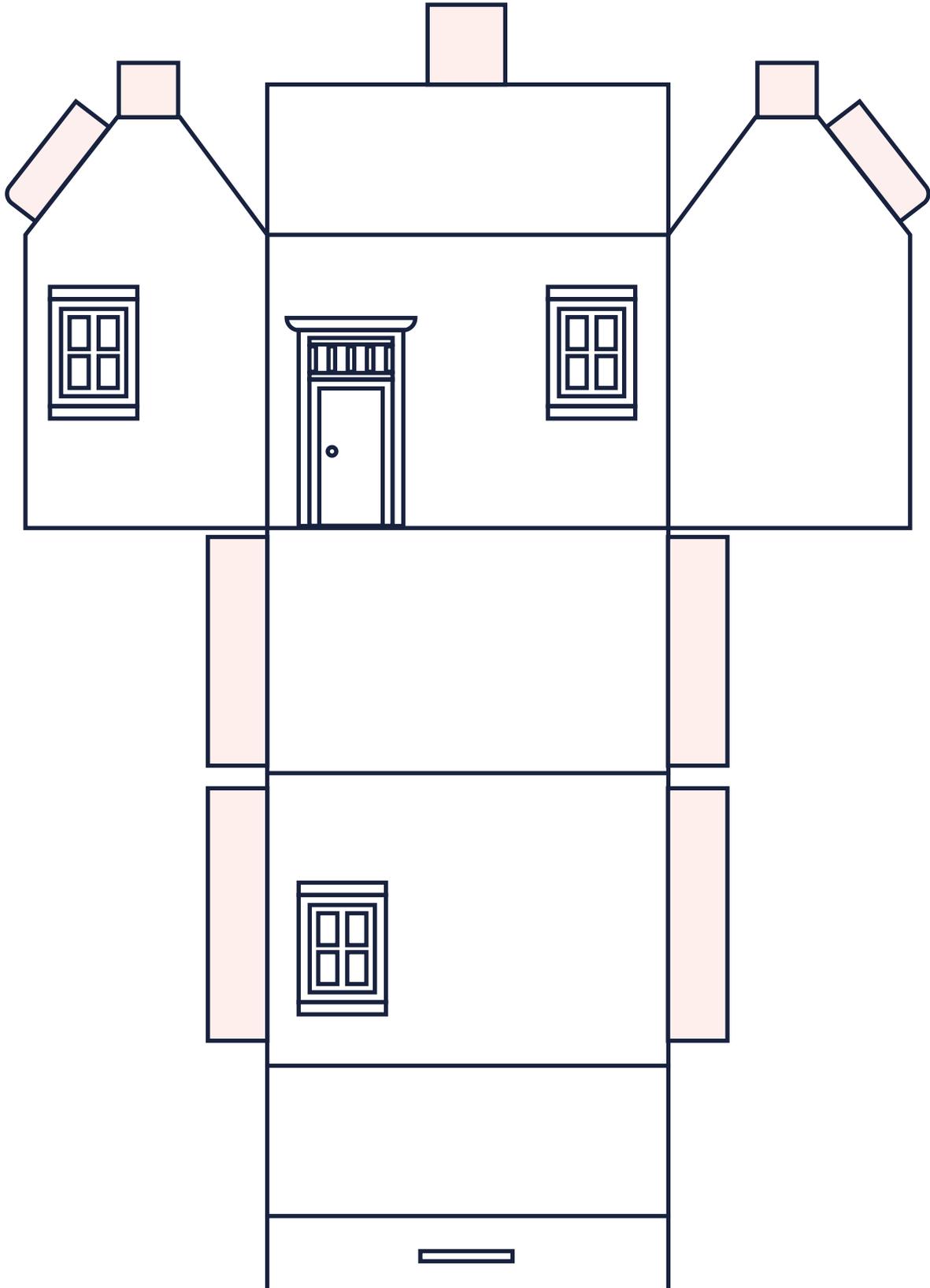
Nombre:

MI DON ESPECIAL ES...



Anexo CA 2.2

Nuestro hogar



FASE CONSOLIDACIÓN DE APRENDIZAJE (CA)

Sesión Tejiendo redes de apoyo (CA 3)

Objetivos específicos

- Fortalecer y potenciar las relaciones creadas en el grupo.
- Reconocer una red de apoyo a la crianza, más allá del entorno familiar y su utilidad.
- Favorecer el establecimiento de redes de apoyo informal.
- Entender las redes de apoyo como recurso de prevención y promoción del desarrollo de los integrantes de la familia.

Materiales

- Pinturas
- Bolígrafos
- Cartulinas
- Rotuladores
- Bolígrafos
- Anexo CA 3.1 Conociéndonos
- Anexo CA 3.2 Mi tarjeta de mensajes positivos

Técnicas

- Presentación oral
- Puesta en común
- Expresión artística

Duración

- Paso 1: 10 minutos
- Paso 2: 15 minutos
- Paso 3: 15 minutos
- Paso 4: 30 minutos

Tiempo total estimado: 1 hora y 10 minutos

Desarrollo de la sesión

Esta sesión ayudará a fortalecer el conocimiento mutuo de las personas que forman el grupo y fomentar las relaciones ya creadas para conseguir aumentar la red social de las personas participantes.

La sesión está estructurada en tres pasos, en el primero de ellos y mediante una actividad de cartas, las personas contestarán a diversas preguntas relacionadas con aspectos personales y de su relación con integrantes del grupo. En el segundo, se llevará a cabo una actividad en la que cada miembro del grupo recibirá un mensaje positivo de cada una de las personas que lo integran. Por último, el tercer paso consiste en una puesta en común del paso anterior y la creación de un espacio para compartir sentimientos y emociones vividas durante el desarrollo de la actividad.

PASO 1

La persona facilitadora fomentará la reflexión conjunta sobre la importancia de tener una red de apoyo cercana y los beneficios a nivel emocional y social. Para ello, se podrá apoyar en preguntas similares a las siguientes:

- *¿Ha cambiado vuestra red de apoyo en los últimos meses tras vuestra participación en el Programa?*
- *¿Existen personas nuevas en vuestras redes de apoyo?*
- *¿Pedís ayuda o apoyo para las mismas cosas que antes?*
- *¿Cómo de satisfechas estáis con el apoyo que tenéis en la actualidad?*

Tras esta reflexión, y a modo de resumen, el paso podría terminar con un discurso de la persona facilitadora parecido a este:

Los beneficios de tener una red social estable son numerosos y tienen un impacto directo en nuestra salud emocional y nuestro bienestar social. Nos proporcionan un sentimiento de pertenencia, lo que nos ayuda a sentirnos parte de un grupo o comunidad en la que se nos acepta por cómo somos. Nos da apoyo y reduce nuestro estrés, facilita la escucha y comprensión entre personas y nos ayuda a transitar por momentos difíciles de la vida. Asimismo, la pertenencia a un grupo mejora nuestra autoestima. Es importante sentir que nuestro grupo de amigos y amigas muestra una actitud abierta, valorándonos y ayudando a confiar en nuestras capacidades. Por otro lado, tener una red de apoyo nos permite el crecimiento y desarrollo personal, mejorando nuestro modo de afrontarnos a las situaciones, nos permite crecer y evolucionar e incluso puede ayudarnos a cambiar. El grupo de amigos y amigas es un lugar seguro para conectar con la diversión, la risa y con nuestros deseos y placeres. Para generar una relación de amistad es indispensable el conocimiento de las personas e identificar gustos o aficiones comunes.

PASO 2

Para continuar favoreciendo el conocimiento que se viene dando entre las personas del grupo y fomentar la creación de redes de apoyo, la persona facilitadora presentará la actividad *Conociéndonos*. El material que se utilizará para aplicar esta actividad es un conjunto de cartas que contienen una serie de preguntas (Anexo

CA 3.1), algunas de ellas de carácter personal y otras relacionadas con los demás miembros que conforman el grupo.

Todas las cartas se presentarán boca abajo en una mesa central. Por turnos, cada participante se levantará y cogerá al azar una de las cartas, y contestará a la pregunta que contenga. La persona facilitadora deberá favorecer la participación y comunicación de todas las personas integrantes del grupo, motivando a contestar aquellas cuestiones planteadas en las tarjetas para potenciar las relaciones creadas.

PASO 3

Se repartirá a cada participante una tarjeta (Anexo CA 3.2) en forma de felicitación en blanco, indicando que escriban su nombre y dibujen en la portada algo que les represente.

Una vez terminado, los y las participantes deberán pasar la tarjeta a la persona que esté ubicada a su izquierda, quien deberá escribir una frase o mensaje positivo que esté relacionado con alguna característica o cualidad del propietario o propietaria de la tarjeta. Se irá pasando la tarjeta a la siguiente persona, hasta conseguir que todos los miembros del grupo escriban un mensaje en todas las tarjetas. Finalmente, cada participante recibirá la suya y podrá leer los mensajes escritos.

La persona facilitadora intentará que los mensajes que se escriban sean personalizados, evitando que una persona repita los mismos mensajes.

PASO 4

En último lugar, se invitará a los y las participantes a que compartan con el resto del grupo los mensajes recibidos en la tarjeta y las emociones que les ha producido al leerlo.

Para dinamizar esta parte, la persona facilitadora podrá recurrir a las siguientes preguntas:

- *¿Cómo te has sentido leyendo los mensajes positivos que han escrito en tu tarjeta?*
- *¿Te sientes identificado o identificada con las frases que te han dedicado?*
- *¿Te ha costado escribir los mensajes a tus compañeros y compañeras?*
- *¿Os gustaría que las relaciones construidas en este grupo puedan funcionar como una red de apoyo?*
- *¿Qué podéis hacer para que las relaciones construidas en este grupo funcionen como una red de apoyo?*
- *¿Para qué puede ser útil estar dentro de una red de apoyo?*

Ideas clave

- Es importante que los miembros de un grupo se conozcan para mejorar la cohesión y pertenencia grupal. El grupo puede convertirse en una fuente de apoyo para las personas que forman parte del mismo.
- El apoyo y la ayuda entre familias promueve el sentimiento de seguridad y confianza en el ejercicio de la parentalidad.

- Las relaciones construidas en el grupo pueden funcionar como red de apoyo siempre que se sigan fortaleciendo y se mantengan vigentes.
- Contar con redes de apoyo para la crianza, como amistades, vecinos o vecinas, compañeros y compañeras de trabajo o incluso profesionales, favorece el bienestar de las figuras parentales y de los niños y niñas.

Practicando lo aprendido

Los y las participantes se llevarán a casa la tarjeta como recuerdo del grupo, pudiendo leer los mensajes escritos por el resto de las familias cuando lo deseen. Complementariamente, se pedirá a cada participante que a lo largo de la semana mande un mensaje de WhatsApp al menos a una persona, puede ser del grupo o ajena a este. El contenido del mensaje tiene que ser de agradecimiento y apoyo.

Anexo CA 3.1

Conociéndonos mejor

Describe con una palabra cómo te sientes en este grupo

¿Qué recuerdo especial te llevas del grupo?

¿A que persona del grupo le contarías un secreto?

¿A que persona del grupo le pedirías un consejo sobre crianza?

¿Qué sueño te gustaría que se hiciera realidad?

¿Crees que tenéis algo en común las personas del grupo?

¿Con que momento especial de las sesiones te quedarías?

¿Cuál ha sido el momento más feliz de tu vida?

¿Qué es lo mejor de ser madre o padre?

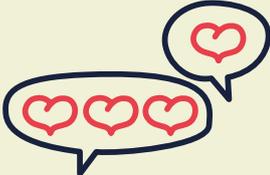
Comparte un momento especial que hayas vivido con tu hijo o hija

¿Qué es lo que más te ha sorprendido de ser madre o padre?

¿Cómo definirías en dos palabras ser madre o padre?

Anexo CA 3.2

Mi tarjeta de mensajes positivos





FASE CONSOLIDACIÓN DE APRENDIZAJE (CA)

Sesión Mi parentalidad en el futuro (CA 4)

Objetivos específicos

- Reflexionar y poner en valor los cambios logrados en el ejercicio de la parentalidad.
- Fortalecer el desarrollo de la agencia parental (en términos de autoeficacia parental, locus de control interno, acuerdo en la pareja y percepción ajustada del rol parental).
- Reflexionar sobre el tipo de parentalidad que se ejercerá a partir del paso por el *Programa*.

Materiales

- Pinturas
- Lapiceros
- Bolígrafos
- Tijeras
- Pegamentos de barra
- Lapiceros
- Sobres A4
- Anexo CA 4.1 Mi silueta en el presente
- Anexo CA 4.2 Mi silueta en el futuro
- Anexo CA 4.3 El puente de los compromisos

Técnicas

- Técnicas de expresión artística
- Puesta en común

Duración

- Paso 1: 15 minutos
- Paso 2: 15 minutos
- Paso 3: 30 minutos

Tiempo total estimado: 1 hora

Desarrollo de la sesión

En esta sesión las personas participantes podrán reflexionar e identificar los logros y cambios producidos en las últimas semanas, a través de la actividad *Mi silueta en el presente*. Posteriormente, a través de la actividad *Mi silueta en el futuro*, podrán proyectar una visión de futuro. En último lugar, a través de la actividad *El puente de los compromisos*, deberán establecer una serie de compromisos que les permitirán alcanzar los próximos logros.

PASO 1

Para facilitar la identificación de los logros conseguidos en relación a la crianza y educación de los hijos e hijas, se propondrá a los y las participantes la actividad *Mi silueta en el presente* (Anexo CA 4.1). Para ello, se entregará a cada persona una copia del Anexo CA 4.1, pinturas de colores y un lapicero. Una vez repartido el material, se les invitará a reflexionar sobre los cambios producidos durante estas últimas semanas, en relación a sus prácticas parentales, y a escribirlos en la figura humana.

Para explicar este paso, las instrucciones pueden ser similares a las siguientes:

Durante estas semanas hemos compartido experiencias, estrategias y conocimientos sobre crianza y educación, que habéis ido poniendo en práctica en vuestro día a día. Hoy vamos a centrarnos en los logros que habéis conseguido como padres y madres y en cómo os hacen sentir. Para ello, os animamos a pensar en situaciones o momentos recientes, que habéis afrontado o vivido de manera diferente a la habitual y que os hicieron sentir bien. Una decisión que tomasteis, una situación estresante que resolvisteis con tranquilidad o un momento especial que hayáis compartido con vuestros hijos e hijas. Recordad que hay que darle importancia y valor a cualquier cambio o progreso, aunque penséis que es pequeño.

A continuación, escribiréis estos logros en el papel que os hemos entregado, imaginando que la figura humana que contiene es la vuestra. Os proponemos ordenarlos de la siguiente forma:

- ◇ *Cabeza: logros relacionados con las decisiones que han funcionado ante situaciones difíciles en la crianza. Por ejemplo, negociar, consensuar una norma, reforzar una acción positiva, etc.*
- ◇ *Corazón: logros relacionados con las emociones. Por ejemplo, respirar antes de hablar, expresar mi enfado con calma, etc.*
- ◇ *Manos y piernas: logros relacionados con acciones o rutinas diarias. Por ejemplo, revisar diariamente las tareas escolares, leer todas las noches un cuento, compartir un momento al día de conversación, etc.*

Una vez que la persona facilitadora se asegure que las familias han comprendido este paso, les indicará que, en último lugar, deberán colorear la silueta en base a cómo se sienten como padres y madres en el momento presente.

Para el desarrollo de esta actividad, se recomienda poner música relajante para facilitar la concentración y fomentar la creatividad.

PASO 2

Se entregará a cada participante una copia del Anexo CA 4.2 denominada *Mi silueta en el futuro*, que contiene también una figura humana como la utilizada en el primer paso. En esta ocasión, deberán pensar en los logros que les gustaría conseguir o alcanzar en el futuro como padre o madre.

Las orientaciones que se ofrezcan pueden ser parecidas a estas:

El ejercicio anterior ha permitido identificar qué cambios habéis ido incorporando en la crianza y educación de vuestros hijos e hijas. Ahora os vamos a pedir que penséis en cómo queréis que sea vuestro futuro y qué os gustaría lograr como padres o madres. Por este motivo, os invitamos a que vayáis escribiendo alrededor de la silueta humana, esas metas u objetivos que os ayudarán a ser los padres y las madres que queréis ser. Al igual que en la actividad anterior, os animamos a que los ordenéis de la siguiente manera:

- ◇ *Cabeza: objetivos relacionados con las decisiones que se toman y con la resolución de situaciones difíciles que surgen en la crianza y educación de los niños y niñas. Por ejemplo, tener en cuenta su opinión, resaltar más sus cualidades, etc.*
- ◇ *Corazón: objetivos relacionados con las emociones. Por ejemplo: mantener la calma, decirle más te quiero, etc.*
- ◇ *Manos y piernas: objetivos relacionados con acciones o tareas diarias. Por ejemplo, compartir tiempo en familia, hacer la cena juntos o juntas, etc.*

Se podrá poner música relajante para facilitar la concentración y fomentar la creatividad.

PASO 3

Se entregará a cada participante una copia del Anexo CA 4.3 *El puente de los compromisos*, una tijera y pegamento de barra. La indicación por parte de la persona facilitadora será recortar la silueta del presente, la silueta del futuro y el puente. Una vez que estén los tres materiales recortados, se deberá pegar una silueta en cada lado del puente. En ese momento, cada participante deberá reflexionar y escribir en el puente necesidades y compromisos que deben cumplirse para poder cruzarlo y pasar del presente al futuro.

Para facilitar la reflexión, la persona facilitadora podrá hacer las siguientes preguntas:

- *¿Cómo puedo pasar del presente al futuro?*
- *¿Qué necesito para poder cruzar el puente?*
- *¿En qué me comprometo?*

Se podrá poner música relajante para facilitar la concentración y fomentar la creatividad.

Como cierre, se invitará a cada participante a mostrar y compartir lo trabajado en la sesión con el grupo, explicando brevemente los logros conseguidos hasta la fecha, los propósitos de futuro y los compromisos.

Ideas clave

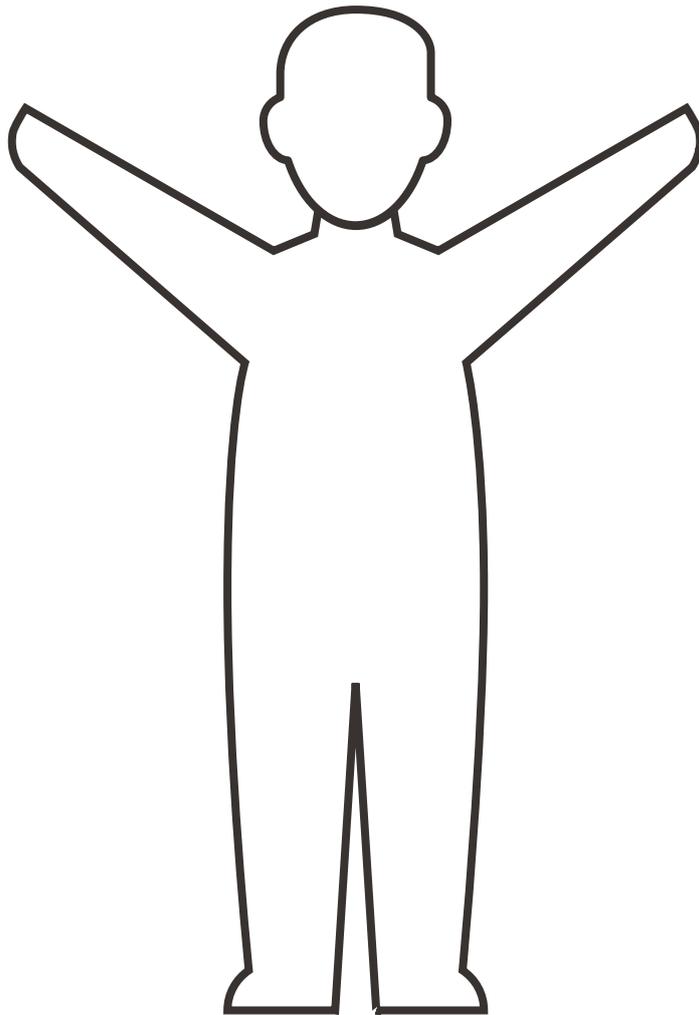
- Es importante tener presente que no existen padres o madres perfectas.
- Todas las figuras parentales tienen que afrontar situaciones difíciles o estresantes derivadas del ejercicio de la parentalidad.
- Todos los logros son importantes, tanto grandes como pequeños, y deben ser reconocidos y valorados.
- Establecer unos compromisos o metas ayudará a alcanzar nuevos logros que repercutirán positivamente en el bienestar de los niños y niñas.
- No hay que centrarse únicamente en lo que queremos conseguir para mejorar el ejercicio parental, sino en los avances y en lo que se ha conseguido hasta ahora.

Practicando lo aprendido

La persona facilitadora entregará un sobre a cada participante para que guarde sus dos figuras y pueda llevárselas a casa y tener siempre presentes sus logros y sus compromisos futuros. Se propondrá que piensen y reflexionen en una fecha o plazo para alcanzar esos objetivos futuros. Además, se les animará a que lo comenten con el resto de miembros de la familia para que entre todos contribuyan a la consecución de estos nuevos compromisos futuros.

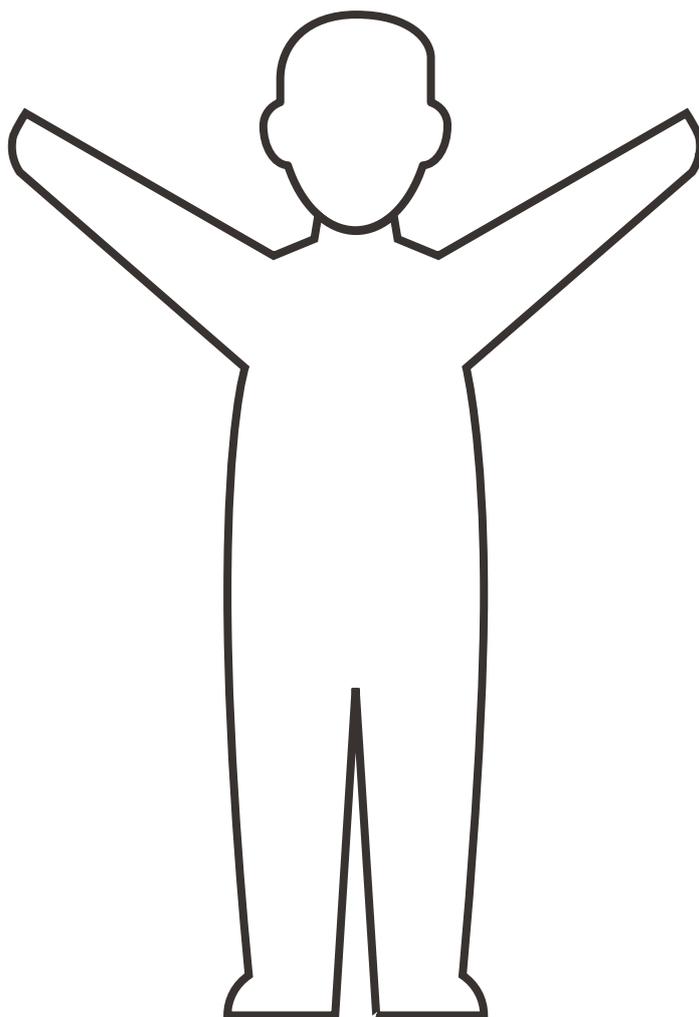
Anexo CA 4.1

Mi silueta en el presente



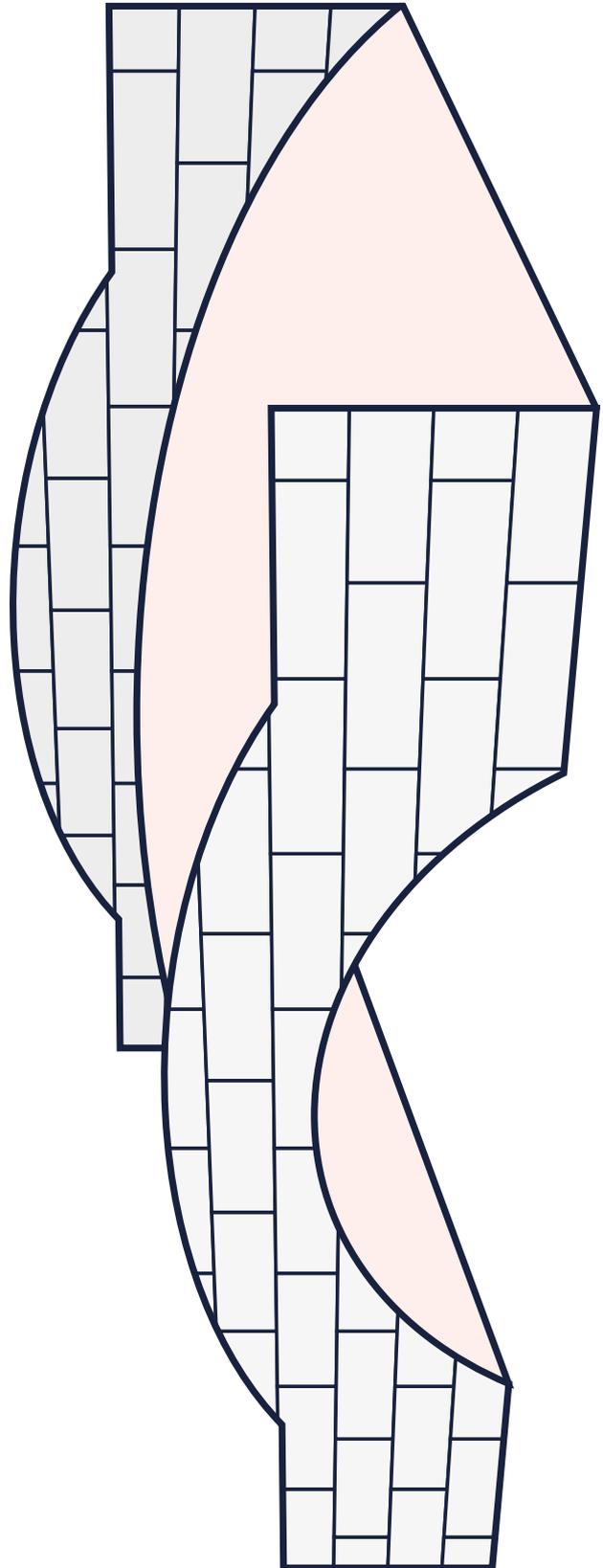
Anexo CA 4.2

Mi silueta en el futuro



Anexo CA 4.3

El puente de los compromisos



MÓDULO 3. INTERVENCIÓN GRUPAL PSICOEDUCATIVA

FASE CIERRE (C)

Sesión Mis competencias parentales antes y ahora (C)

Objetivos específicos

- Reflexionar sobre el ejercicio de la parentalidad.
- Tomar conciencia de los aprendizajes adquiridos tras la participación en las sesiones grupales del *Programa*.
- Conocer la percepción de las familias sobre los cambios producidos en las competencias parentales.
- Conocer el grado de satisfacción de las familias con la intervención grupal.

Materiales

- Goma removible para pegar las tarjetas (Blu-tack)
- Pinturas, preferiblemente de color azul
- Bolígrafos
- Pizarra
- Anexo C 1.1 Mi vaso de agua
- Anexo C 1.2 Tarjetas de emociones
- Anexo C 1.3 Cuestionario de Actuaciones Parentales Percibidas (momento 2)
- Anexo C 1.4 Cuestionario de Satisfacción con la Intervención (versión familias)
- Anexo C 1.5 Diploma

Técnicas

- Objetos auxiliares
- Puesta en común
- Encuesta

Duración

- Paso 1: 10 minutos
- Paso 2: 45 minutos

- Paso 3: 15 minutos

Tiempo total estimado: 1 hora y 10 minutos

Desarrollo de la sesión

Esta última sesión se centrará en que las familias reflexionen e identifiquen los cambios producidos en relación a sus competencias parentales y que evalúen su grado de satisfacción con el *Programa*. Tras la dinámica de *Mi vaso de agua*, se desarrollará la actividad *Tarjetas de emociones*. Esta actividad permitirá a las familias valorar su estado emocional antes y después del Módulo de Intervención grupal psicoeducativa del *Programa*. En último lugar, se recogerá información sobre los cambios detectados por parte de los y las participantes tras su paso por las sesiones grupales y la valoración del *Programa* a través de dos cuestionarios: *Cuestionario de Actuaciones Parentales Percibidas* y *Cuestionario de Satisfacción con la Intervención*.

PASO 1

Se destinarán los primeros minutos de la sesión a desarrollar la actividad *Mi vaso de agua* (Anexo C 1.1). Se podrá poner música relajante para facilitar la concentración y fomentar la creatividad.

Tras pintar agua en el interior del vaso, cada participante mostrará si está vacío, medio o lleno, y compartirá una palabra o titular que describa cómo se siente como padre o madre en ese momento. Después, la persona facilitadora repartirá los anexos de esta actividad utilizados en las sesiones CG 1 y CA 1, y pedirá a cada participante que ordene y coloque los tres documentos cronológicamente encima de una mesa. De esta forma, cada persona podrá ver y comparar su evolución durante el paso por las sesiones grupales.

PASO 2

Las persona facilitadora comenzará la sesión explicando que, en ocasiones, los cambios que realizamos en nuestro día a día pasan desapercibidos para uno mismo. Para poder reconocerlos y observarlos con detenimiento, se propondrá a los y las participantes aplicar la actividad *Tarjetas de emociones* (Anexo C 1.2).

Para su desarrollo, se utilizarán tarjetas con imágenes relacionadas con estados emocionales asociados a la crianza: cansado, estresado, aburrido, triste, saturado, alegre, divertido, seguro, inseguro, etc.

Cada participante se acercará a una mesa dónde estarán extendidas las tarjetas y elegirá al menos dos. Las tarjetas seleccionadas tendrán que responder a cada uno de los siguientes momentos relacionados con el ejercicio parental:

- 1 Cómo me sentía al inicio de las sesiones grupales del *Programa*.
- 2 Cómo me siento ahora.

Cada persona mostrará al grupo las tarjetas seleccionadas y explicará el motivo de su elección, al tiempo que las pegará con goma removible en una pizarra que estará dividida con antelación en dos columnas que

representarán el momento 1 (cómo me sentía al inicio) y al momento 2 (cómo me siento ahora). Además, centrándose en el momento 2, la persona facilitadora podrá invitar a cada participante a que cuente alguna situación reciente en la que experimentaron ese estado emocional.

Tras la intervención de cada figura parental se podrá plantear alguna de las siguientes preguntas:

- *¿Estáis de acuerdo con lo que ha dicho algún compañero o compañera? ¿Os sentís identificados con alguna imagen elegida por otra persona? ¿Por qué?*
- *Viendo las tarjetas que habéis elegido y que están expuestas en la pizarra se puede apreciar un cambio en vuestro estado emocional. ¿Creéis que lo trabajado en las sesiones ha servido para que se produzca ese cambio? ¿Por qué?*
- *De todas las sesiones grupales o momentos vividos durante el desarrollo de estas ¿cuál es la que más os ha servido o con cuál os quedáis? ¿Por qué?*
- *Durante las sesiones habéis ido comprobando como todos y todas las que formáis parte de este grupo tenéis muchos puntos en común y compartís experiencias, dudas y preocupaciones sobre la crianza de los hijos e hijas. ¿Qué os ha parecido poder compartir y aprender con otras personas que se encuentran en una situación parecida a la vuestra?*

PASO 3

En este paso se invitará a cada participante a valorar los cambios producidos en sus competencias parentales a través del *Cuestionario de Actuaciones Parentales Percibidas* (Anexo C 1.3).

Además, tras su cumplimentación, se les facilitará el *Cuestionario de Satisfacción con la Intervención* (Anexo C 1.4) para que evalúen el Módulo de Intervención grupal psicoeducativa del Programa.

Para explicar este paso, la persona facilitadora podrá basarse en el siguiente texto:

Antes de dar por finalizada esta última sesión queremos conocer los cambios que habéis detectado en vuestras competencias parentales, saber vuestra opinión sobre las sesiones grupales del Programa y si se han cubierto vuestras expectativas: si era lo que esperabáis, si han sido muy diferentes a lo que os imaginábais en un inicio, si os ha servido el trabajo grupal realizado para vuestra vida cotidiana, etc. Para ello os vamos a pasar dos cuestionarios. El primero, ya lo conocéis, es el Cuestionario de Actuaciones Parentales Percibidas, que tuvistéis que cumplimentar en la segunda sesión (CG 2 Avanzamos juntos y juntas en el reto de la crianza). En esta ocasión, tenéis que pensar en el momento actual y en los cambios que habéis identificado, y valorar el grado de presencia en vuestro día a día de las doce competencias parentales. El segundo cuestionario, que os pasaremos después, consta de ocho preguntas, y nos ayudará a conocer vuestro grado de satisfacción con las sesiones grupales del Programa. Vuestra opinión es muy importante para nosotros y nosotras, y nos ayudará a mejorar en futuras ocasiones.

Los y las participantes cumplieron el *Cuestionario de Actuaciones Parentales Percibidas* (Anexo CG 2.6) en la sesión *Avanzando juntos y juntas en el reto de la crianza CG 2*. Este cuestionario pre y post intervención permite verificar el efecto de la intervención grupal psicoeducativa en el estado de las competencias parentales desde la propia percepción de las familias.

Como cierre de la sesión y del Módulo de Intervención grupal psicoeducativa del *Programa*, se entregará un diploma o certificado de aprovechamiento a cada participante (Anexo C 1.5).

Ideas clave

- Que las figuras parentales tomen conciencia de que sus emociones, pensamientos y sentimientos facilitan la identificación de los logros y cambios producidos durante el *Programa*.
- Todas las figuras parentales tienen capacidad de aprendizaje y de superación.
- El reconocimiento y la valoración de los logros, por muy pequeños que sean, son muy importantes para las figuras parentales.
- Durante las sesiones se han ido adquiriendo nuevas estrategias y herramientas, es importante tomar conciencia de ello y seguir poniéndolas en práctica.

Anexo C 1.1

Mi vaso de agua

Nombre y apellido(s)

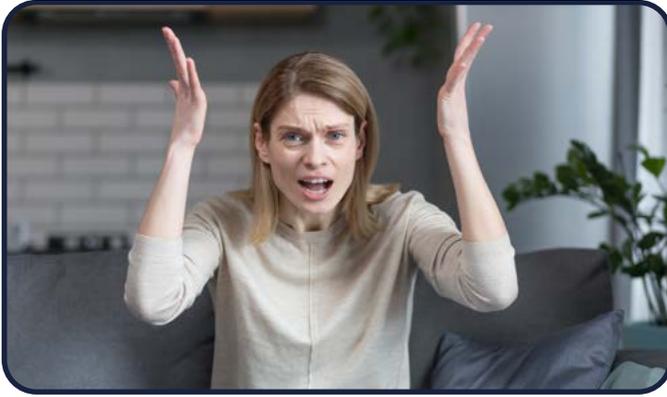
Fecha

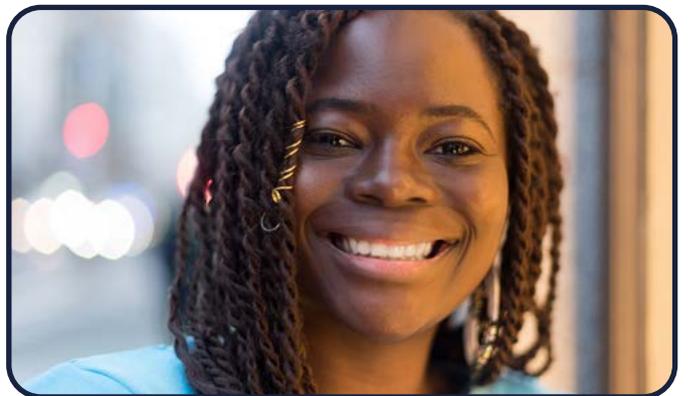
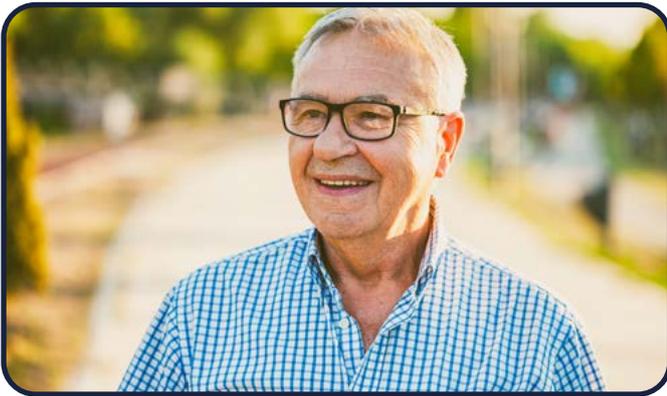


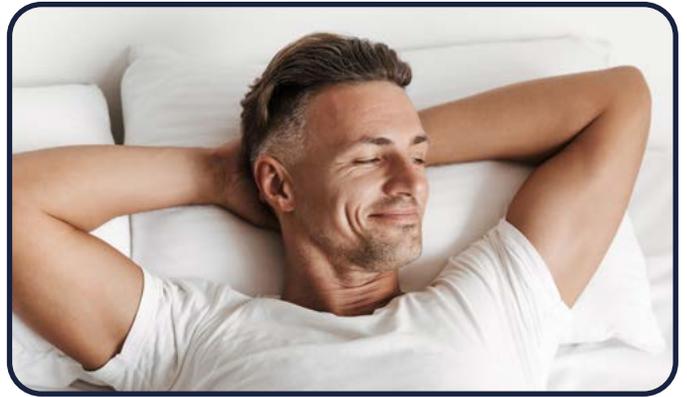
Titular de hoy

Anexo C 1.2

Tarjetas de emociones







Anexo C 1.3

Cuestionario de Actuaciones Parentales Percibidas (momento 2)

Como padre, madre o figura parental valora en qué medida has realizado las siguientes acciones en el último mes:

	Nada	Poco	Bastante	Mucho
1 Organizo el día a día de mis hijos/as incluyendo situaciones estimulantes y hábitos saludables				
2 Organizo la vida familiar para pasar tiempo todos/as juntos/as				
3 Comparto las tareas y responsabilidades educativas con el padre o la madre de mis hijos/as o con otra persona implicada, nos respetamos y nos apoyamos mutuamente en estas tareas				
4 Soy consciente de la importancia que tiene la familia para las niñas y los niños				
5 Acepto a mis hijos/as cómo son y les trato con cariño				
6 Me implicó y preocupo por la adaptación escolar de mis hijos/as				
7 Aplico normas y límites adecuados a mis hijos/as				
8 Soy capaz de entender y controlar mis emociones				
9 Me gusta cómo soy como padre/madre				
10 Considero que tengo estrategias adecuadas para afrontar las situaciones que me agobian y me estresan				
11 Cuento con personas que me ayudan y apoyan cuando lo necesito en lo relativo al cuidado y la educación de mi/s hijos/as				
12 Organizo y planifico adecuadamente las tareas domésticas y los gastos del hogar				

Anexo C 1.4

Cuestionario de Satisfacción con la Intervención (versión familias)

A continuación, encontrarás algunas frases para valorar tu grado de satisfacción con las sesiones grupales del programa en el que has participado.

Marca con una cruz (X) la opción que más se acerque a tu punto de vista:

- 1** ¿Hasta qué punto las sesiones grupales del programa han satisfecho tus necesidades en materia de crianza, educación de los hijos o hijas y han servido como apoyo a tu labor como padre, madre o figura parental?

No han satisfecho ninguna de mis necesidades

Solo han satisfecho algunas de mis necesidades

Han satisfecho bastante mis necesidades

Han satisfecho todas mis necesidades

- 2** ¿En qué aspectos de la crianza, educación y/o relación con tus hijos o hijas consideras que has mejorado?

- 3** ¿En qué aspectos de la crianza, educación y/o relación con tus hijos o hijas consideras que necesitas mejorar?

- 4** Si necesitaras de nuevo ayuda para afrontar la crianza y educación de tus hijos o hijas ¿volverías a participar en este programa?

No, en absoluto

No creo

Creo que sí

Sí, totalmente

- 5** ¿Te han ayudado las sesiones grupales del programa para afrontar tus dificultades de forma más efectiva?

No, en absoluto

No creo

Creo que sí

Sí, totalmente

- 6** En general, ¿cómo de satisfecho o satisfecha estás con las sesiones grupales del programa?

Nada

Poco

Bastante

Mucho

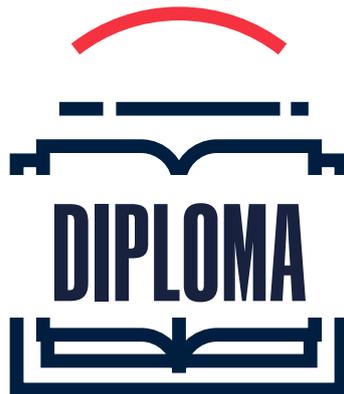
- 7** Lo que más te ha gustado es

- 8** Si pudieras cambiar algo sería

¡Gracias por participar!

Anexo C 1.5

Diploma



**Por su asistencia, participación y esfuerzo
en el Programa de promoción y apoyo a las
parentalidades en positivo de Cruz Roja, organizado
por (incluir el nombre de la entidad responsable de la implementación):**

En _____ A ____ de _____ de 202__

El / la interesado/a

Responsable del Programa

MÓDULO 4. EVALUACIÓN DEL IMPACTO EN LAS COMPETENCIAS PARENTALES

El objetivo del Módulo 4 es **evaluar el impacto de la intervención grupal realizada por las figuras parentales en sus competencias parentales**. De manera similar a cómo se plantea en el Módulo 2, este módulo está integrado por dos sesiones:

- Evaluación del impacto en las competencias parentales
- Devolución de resultados a la familia

Estas sesiones se llevarán a cabo tras la Intervención grupal psicoeducativa. Se recomienda no superar el periodo de tiempo de un mes entre estas sesiones de evaluación y la sesión de acompañamiento post evaluación del siguiente módulo. La participación de las familias en este módulo es fundamental para garantizar avances en su proceso de cambio hacia la mejora del desempeño parental.

Sesión Evaluación del impacto en las competencias parentales

El objetivo de esta sesión es recabar información sobre las competencias parentales de la familia tras la intervención grupal. La comparación de los resultados obtenidos entre la evaluación inicial y la realizada en este momento permite **analizar la evolución experimentada por las familias y el impacto de la intervención desarrollada**. Para ello, la persona facilitadora deberá administrar nuevamente la ECP-12 (Hidalgo et al., 2023) y evaluar las 12 competencias parentales que contempla esta herramienta de evaluación.

Objetivos específicos

- Obtener información actualizada del desarrollo de las competencias parentales de la principal figura parental.
- Analizar los resultados de esta evaluación de impacto y compararlos con los obtenidos en la evaluación inicial para comprobar el efecto de la intervención.
- Identificar las competencias parentales que se han visto reforzadas, así como aquellas que se han mantenido estables y/o han empeorado tras la intervención.
- Favorecer la reflexión personal en las figuras parentales en torno a su parentalidad tras la intervención.

Características

- Sesión individualizada con cada familia.
- Duración aproximada de 50-60 minutos.
- Se realiza en formato presencial.

- Se convoca a la misma figura parental de la sesión inicial de evaluación, aquella que asume mayor responsabilidad en las tareas educativas.
- Pueden estar presentes y participar otros familiares adultos que compartan funciones educativas con la figura parental, aunque no es imprescindible.
- Se programa o calendariza en consenso con la familia.

Orientaciones clave para la aplicación de la ECP-12

- La entrevista debe centrarse en el mismo hijo o la misma hija de la evaluación inicial de competencias parentales.
- Para garantizar la comparabilidad de los resultados, la persona facilitadora tiene que continuar siendo fiel a las orientaciones generales de aplicación y corrección de la herramienta recogidas en el manual técnico.
- Es necesario preparar los documentos de apoyo para la evaluación, como por ejemplo la hoja de registro de información.
- Hay que recopilar y revisar la documentación reunida hasta el momento de la familiar para tenerla en cuenta en la valoración de los indicadores.
- Es importante favorecer la participación de las familias en la sesión:
 - ◇ Informando a la familia, previo a la sesión de evaluación, de los objetivos y características de la sesión, así como adquirir su consentimiento informado de participación.
 - ◇ Acordando con la familia la fecha y hora para realizar la entrevista atendiendo a la situación y disponibilidad horaria de la familia.
 - ◇ Creando un clima agradable y de confianza en el que la entrevista transcurra en el marco de una conversación amena y las figuras parentales no se sientan juzgados/as.
- Para el análisis comparativo se ha de tener en cuenta la información cualitativa que contribuye a explicar, comprender y contextualizar los resultados obtenidos antes y después de la intervención.
- Esta sesión tiene que finalizar con la calendarización consensuada de una nueva cita para la sesión de devolución de resultados.

Sesión Devolución de resultados a la familia

En consonancia con el Módulo 2, tras la evaluación de las competencias parentales los resultados deben ser analizados por las personas facilitadoras **con el fin de hacer una devolución a las figuras parentales sobre su evolución** (Pereira, 2009).

Objetivos específicos

- Compartir con las familias los resultados de la evaluación de competencias parentales en clave de fortalezas y debilidades.
- Favorecer la reflexión personal de las figuras parentales y la toma de conciencia sobre los aprendizajes y mejoras.
- Facilitar el reconocimiento de los logros conseguidos gracias a la participación en las sesiones grupales.
- Motivar y facilitar la participación de las familias en las sesiones de acompañamiento (Módulo 5) como parte del trabajo a realizar dentro del plan de apoyo a la parentalidad.
- Acordar con las figuras parentales el plan de trabajo futuro.

Características

- Sesión individualizada con cada familia.
- Duración aproximada de 50-60 minutos.
- Se realiza en formato presencial.
- Se convoca a todas las personas que hayan participado en la sesión de Evaluación inicial de las competencias parentales.
- Se programa o calendariza en consenso con la familia.

Orientaciones clave

- La devolución la debe comunicar la misma persona que ha llevado a cabo la evaluación de competencias parentales.
- La persona facilitadora planificará con antelación esta sesión teniendo en cuenta los resultados de la evaluación inicial de las competencias parentales.
- Se debe seleccionar los resultados más relevantes.
- Se busca la participación activa y reflexiva de la familia en la presentación de los resultados de la evaluación, instando a la familia a comentar los resultados que se vayan presentando.

- Se recomienda iniciar la devolución por algo destacable y positivo de la familia, como por ejemplo resaltando su motivación, esfuerzo, interés y participación en todo el proceso de intervención.
- La presentación de los resultados tiene que apoyarse en información cualitativa y debe invitar a la reflexión en torno a la tareas o ejercicios desarrollados hasta el momento.

Como puedes ver, se observa una mejoría en la competencia relacionada con la implicación escolar. ¿Recuerdas cuando al principio nos comentabas que para ti la escuela era para aprender cosas que luego no sirven en la vida y que lo importante de la educación de tus hijos o hijas lo tenían en casa? Ejercicios como la “carrera hacia la escuela” te han ayudado a reflexionar sobre la importancia de la escuela, creo que eso ha influido para que ahora conozcas al tutor de tu hijo o tu hija y hayas acudido a la última tutoría. Esto es un cambio positivo e importante...

- La devolución debe centrarse en las mejoras de las competencias parentales, aunque también debe incluir aquellas competencias que se han mantenido estables y/o han empeorado tras la intervención.
- En la conversación debe reconocerse las circunstancias que han rodeado o influido en la participación de la familia en el *Programa*.
- La devolución de los resultados debe ser clara y comprensiva para la familia, repitiendo las cosas las veces que sean necesarias y aclarando cualquier duda que se tenga al respecto.
- La información debe llegar a todas las personas de la familia que sean relevantes según el criterio de la persona facilitadora; si alguna, no ha podido acudir a la sesión puede ser conveniente entregar por escrito un informe de devolución tras el trabajo de la sesión.
- Esta sesión debe servir para preparar y motivar a la familia para su participación en el siguiente módulo del *Programa*.

Material de consulta

Hidalgo, M.V., Jiménez, L., Lorence, B. y Sánchez, M. (2023). *Entrevista para la evaluación de competencias parentales ECP-12. Manual técnico* (ed. rev.). Cruz Roja Española. https://www2.cruzroja.es/documents/5640665/1477765791/Manual+T%C3%A9cnico+ECP-12_Espa%C3%B1ol+%28Actualizado+2023%29+%281%29.pdf/f04c6c41-2616-835a-4ff7-77f7c02e80ca?t=1696341960677

Pereira, R. (2009). Concluyendo la entrevista. La devolución en terapia familiar. *Norte de Salud Mental*, 8 (35), 8-19.

MODULO 5. ACOMPAÑAMIENTO

El Módulo 5 de Acompañamiento cumple una función de soporte y continuidad en el apoyo ofrecido a las familias para el desempeño de su función parental. La actividad central del Módulo 5 son las sesiones en las que participan las familias y las personas facilitadoras que implementan el *Programa*. Los niños, niñas o adolescentes podrán participar en estas sesiones siempre que sea de su interés, que sus figuras parentales estén de acuerdo y den el consentimiento para esta participación, y que las personas facilitadoras consideren pertinente su implicación.

Las sesiones de Acompañamiento se pueden realizar en dos momentos:

- En paralelo al Módulo Intervención grupal psicoeducativa.
- Una vez finalizado el Módulo Evaluación del impacto en las competencias parentales.

Con la finalidad de facilitar la preparación de las sesiones, se presentan algunos de los **aspectos comunes** que podrían ser trabajados y orientan la planificación de los encuentros independientemente del momento en el que se realice la sesión.

Objetivos

- Apoyar el desempeño de la labor como madre, padre o figura parental.
- Fortalecer el proceso de aprendizaje en contenidos específicos impartidos en las sesiones grupales que se perciben débiles o difíciles de llevar al ejercicio cotidiano del rol parental.
- Apoyar el proceso de cambio de padres, madres u otras figuras a nivel de competencias parentales.
- Estudiar y planificar junto a la familia alternativas de actuación ante situaciones difíciles de la vida cotidiana que influyen en el desempeño parental.
- Realizar acciones dirigidas al fortalecimiento de las habilidades y destrezas de la familia en los diferentes ámbitos relevantes para su bienestar: familiar, educativo, salud, ocio y tiempo libre.
- Derivar a la familia, según las necesidades de sus miembros, a otros proyectos o servicios que integran la red social, complementando y apoyando la intervención.
- Orientar y dar a conocer a la familia los recursos con los que cuenta en su comunidad.
- Reforzar la reflexión individual y familiar sobre el ejercicio diario de la parentalidad.

Estructura

Los contenidos que serán trabajados en estas sesiones y la forma de hacerlo, se planificarán en función de la evolución de la familia durante el desarrollo de la intervención. Por consiguiente, estamos ante sesiones “abiertas”, en cuanto a que no siempre van a tener el mismo abordaje, ni es posible describir unos pasos iguales

para el desarrollo de todas las sesiones. No obstante, se aconseja que las sesiones se organicen de acuerdo con estos tres momentos:

- **Encuadre:** presentación a la familia del objetivo específico de la sesión, relacionándolo con el proceso de fortalecimiento de las competencias parentales en clave de aprendizajes pendientes de adquirir o que requieren refuerzo y aprendizajes adquiridos que precisan continuidad y mantenimiento.
- **Desarrollo:** explicación a la familia de los pasos planificados por parte de la persona facilitadora y trabajo desde el consenso para acordar aquellas acciones que van a facilitar la consecución del objetivo de trabajo.
- **Conclusión y finalización del encuentro:** invitación a la reflexión de la familia por parte de la persona facilitadora, sobre el trabajo realizado en la sesión en términos de consecución de logros y establecimiento de compromisos.

Orientaciones clave

Durante el transcurso de las sesiones, se recomienda tener en cuenta las siguientes orientaciones, en concreto, se presentan algunas indicaciones **claves a considerar antes, durante y tras finalizar la sesión de Acompañamiento** (Escudero, 2010; Rodrigo, 2009).

- **Preparación y planificación de cada sesión:**
 - ◇ Esta modalidad de intervención será desarrollada por al menos una de las personas facilitadoras que esté o haya estado presente en el Módulo de Intervención grupal psicoeducativa.
 - ◇ Se debe buscar para el desarrollo de las sesiones un espacio que ofrezca seguridad, confianza y confidencialidad a la familia.
 - ◇ El espacio físico puede ser el mismo en el que se realiza la intervención grupal, un espacio al aire libre o incluso el domicilio familiar.
 - ◇ Se recomienda rigurosidad en la preparación de la sesión, revisando tanto la información recopilada por la persona facilitadora como las necesidades expresadas por la familia.
 - ◇ Hay que reflexionar y decidir qué personas de la familia conviene que estén presentes en la sesión e invitarlas con antelación.
- **Encuentro familiar en cada sesión:**
 - ◇ En el caso de que no sea la primera sesión, se deberán repasar los acuerdos adoptados en el anterior encuentro para hacer un seguimiento de su desarrollo.
 - ◇ Se debe fomentar la participación activa de la familia e involucrar a todas las figuras implicadas en la crianza de los niños y niñas.
 - ◇ Durante los encuentros es fundamental aplicar la escucha activa y empática.
 - ◇ Es importante mantener una actitud flexible y tolerante.

- ◇ Es importante mantener la mirada sobre las fortalezas de la familia y tener en cuenta sus conocimientos, capacidades y recursos. Con ello, se pretende fortalecer la autopercepción del desempeño parental y aportar seguridad durante el proceso.
- ◇ En caso de usar el teléfono o las aplicaciones de mensajería como complemento a las sesiones de acompañamiento a nivel de comunicación, se recomienda emplearlas para ofrecer información específica o concreta, respetando las medidas de seguridad y confidencialidad.
- ◇ Es importante facilitar el contacto de la familia con otros agentes sociales y favorecer el acceso a los recursos de la comunidad.
- ◇ Cabe recordar que los acompañamientos están encaminados a afianzar los aprendizajes adquiridos por parte de una familia durante su paso por el *Programa*, fomentando la confianza, la autonomía y la autogestión familiar.
- **Tras la finalización de cada sesión:**
 - ◇ Registro de los avances conseguidos en sesión, así como de las tareas y acuerdos adoptados para que puedan ser revisados en futuras sesiones.
 - ◇ Valoración de la motivación y grado de compromiso para el cambio de la familia, así como del vínculo interpersonal establecido entre la familia y la persona facilitadora (alianza de trabajo) basado en la conexión e implicación emocional, confianza y propósito compartido.

Promover el proceso de cambio a través de las sesiones

Como se ha comentado desde el principio, la finalidad de las sesiones de Acompañamiento es fortalecer y afianzar los procesos de mejora y cambio de las familias. Para finalizar, se presentan algunas orientaciones específicas que pueden facilitar el proceso de cambio de las familias:

- Las personas facilitadoras deben reconocer verbalmente los recursos y competencias de la familia para afrontar las situaciones educativas y dar respuesta a la crianza y cuidado de los hijos e hijas.
- Desde el enfoque de parentalidad positiva centrado en fortalezas familiares se hace hincapié en la importancia de que las figuras parentales ganen en autonomía y seguridad en el ejercicio de su parentalidad, fortaleciendo sus sistemas de apoyo y competencias parentales.
- El cambio suele ser un proceso gradual, hay que dar mucha importancia a los primeros progresos de la familia. Por ello, evaluar y reconocer los logros alcanzados por la familia, así como los elementos que contribuyeron a conseguirlos, será clave en la definición de las necesidades de apoyo y acompañamiento.
- Para el escalamiento de metas se aconseja partir de una descripción de la situación actual del problema en términos cuantitativos (días que ocurre, tiempo, o intensidad) y cualitativos (sensaciones, actitudes, o acciones con las que se acompaña) para definir con la familia los avances (metas) reales y prácticos que se van a ir alcanzando.

- Las personas facilitadoras son claves en el proceso de escalamiento de logros esperados, tienen que hacer uso de su experiencia y formación sobre los logros que puede conseguirse e ir ofreciendo a la familia los apoyos y recursos necesarios durante el proceso.
- La búsqueda de apoyos externos resulta clave en el proceso de cambio de la familia. Las personas facilitadoras deben continuar el trabajo que se había estado desarrollando hasta el momento en la intervención grupal relacionado con el fomento de competencias que favorezcan la búsqueda de apoyo y ofrecer información de recursos de interés para los desafíos de la familia.
- Para la mejora del desempeño parental resulta clave el fomento en la familia del proceso de autoobservación y autoevaluación en clave de parentalidad positiva. Con este trabajo se espera que la familia sea protagonista activa en su propio cambio y que tome decisiones reflexionadas en relación con su realidad concreta.
- Los cambios son una oportunidad de aprendizaje. Durante las sesiones de acompañamiento, la persona facilitadora debe transmitir a la familia esperanza y confianza en que el cambio es posible, aunque el proceso pueda ser lento. Insistir en la idea de que el cambio no viene solo, el cambio supone esfuerzo y tiempo de trabajo en casa.

Tipos de sesiones de Acompañamiento

Debido al carácter diferencial de las sesiones de Acompañamiento, determinado por el momento en el que se realizan, a continuación, se ofrece una descripción de los dos tipos de sesiones.

Sesión Acompañamiento en paralelo al Módulo Intervención grupal psicoeducativa

Este tipo de sesión se plantea con la finalidad de apoyar el proceso de aprendizaje que se lleva a cabo mediante la intervención grupal psicoeducativa, por tanto el número de sesiones con este objetivo dependerá de las necesidades de apoyo detectadas por la familia y la persona facilitadora, aunque se puede dar el caso de no realizar ninguna. Seguidamente, se exponen los objetivos específicos que se podrían trabajar en estas sesiones, así como las características generales que presentan.

Objetivos específicos

- Trabajar contenidos en los que se ha percibido cierta resistencia o dificultad en la familia durante alguna sesión de intervención grupal.
- Asesorar y trabajar con las familias sobre competencias o aspectos no trabajadas en la intervención grupal y en las que requiera de orientación o apoyo.
- Trabajar con la o las figuras parentales algún aspecto o contenido de interés para la familia y que requiera de un tratamiento individualizado o familiar.

- Motivar y mantener activa la participación de las familias durante la intervención grupal psicoeducativa.

Características

- No existe un número mínimo de sesiones.
- La duración aproximada de la sesión es de 50 minutos.
- Son de carácter voluntario para las familias.
- Pueden ser convocadas por las personas facilitadoras o solicitadas por las familias.
- Se realizan en formato presencial.
- Se programan o calendarizan en consenso con la familia.

Sesión Acompañamiento una vez finalizado el Módulo Evaluación del impacto en las competencias parentales

A través de este tipo de sesiones se pretende realizar un seguimiento y ofrecer apoyo a las familias tras la evaluación del impacto de la intervención grupal. Como mínimo, se llevarán a cabo **dos sesiones**. A continuación, se listan tanto los objetivos que pueden ser abordados, como las características generales de estos encuentros.

Objetivos específicos

- Realizar junto a la familia el seguimiento del grado de asimilación y generalización a la vida cotidiana de los aprendizajes en materia de competencias parentales adquiridos por parte de las madres, padres u otras figuras a raíz de su participación en el *Programa*.
- Ayudar a las familias a identificar indicadores de logro, es decir, aquello que ha funcionado bien y por qué; y reconocer el trabajo realizado.
- Revisar, reconstruir y promover compromisos de cambio a futuro.
- Fortalecer las redes de apoyo informal y promover la integración social de las familias en su comunidad.
- Identificar y analizar necesidades, tanto las que requieran continuidad en su atención para asesorarles en servicios de apoyo especializados, como nuevas necesidades.

Características

- La primera sesión se realizará durante el mes siguiente a la finalización de la Evaluación del impacto en las competencias parentales (Módulo 4).
- Se realizan como mínimo dos sesiones, con un tiempo máximo entre sesión y sesión de 3 a 4 semanas.
- Duración aproximada de una sesión 50 minutos.
- La participación de las familias es fundamental para afianzar los aprendizajes y llevarlos a la práctica.

- Serán convocadas por las personas facilitadoras.
- Se realizan en formato presencial.
- Se programan o calendarizan en consenso con la familia.

Material de consulta

Escudero, V. (2020). *Guía práctica para la intervención familiar* (2ª ed. Ampliada). Junta de Castilla y León.

Rodrigo, M.J. (2009). Una mirada integradora de la resiliencia parental: desde el contexto hasta la mente de las madres y los padres en riesgo social. *Psicologia da Educação*, 28, 51-71. http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S1414-69752009000100004&script=sci_abstract&lng=es



 POR SOLIDARIDAD
OTROS FINES DE INTERÉS SOCIAL

