



Fundación "la Caixa"



# Aprender juntos, crecer en familia

## Motivados para crecer en familia

Módulo motivacional

CaixaProinfancia





Fundación "la Caixa"

# Aprender juntos, crecer en familia

## Motivados para crecer en familia

Módulo motivacional

**Caixa**Proinfancia

## **EDICIÓN**

**Fundación "la Caixa"**

### AUTORÍA

Judit Rabassa Parés. Universitat de Barcelona

Nuria Fuentes-Peláez. Universitat de Barcelona

Ainoa Mateos Inchaurredo. Universitat de Barcelona

María José Rodrigo López. Universidad de La Laguna

### DIRECCIÓN DEL PROYECTO

Nuria Fuentes-Peláez. Universitat de Barcelona

Ainoa Mateos Inchaurredo. Universitat de Barcelona

### DISEÑO GRÁFICO

Cèl·lula, Acció Creativa

### ILUSTRACIONES

Imma Itxart

### CORRECCIÓN LINGÜÍSTICA

Caplletra SL

### IMPRESIÓN

Milimétrica Producciones SL

© de la edición, Fundación "la Caixa", 2023

Pl. de Weyler, 3 - 07001 Palma

D. L.: B 19291-2023

# Índice

Introducción .....	5
--------------------	---

## Sesión para padres y madres .... 10

Viviendo en positivo la parentalidad .....	12
--	----

Actividad 1. Ser padre y madre: los retos cotidianos .....	14
--	----

Actividad 2. ¿Desconectamos el piloto automático en nuestra parentalidad? .....	24
--	----

## Sesión para hijos e hijas ..... 33

Y nosotros, ¿qué aportamos? .....	34
-----------------------------------	----

Actividad 1. Cosas de familia .....	36
-------------------------------------	----

Actividad 2. El árbol familiar de las fortalezas .....	43
--	----

## Sesión para familias ..... 49

La familia crece en positivo .....	50
------------------------------------	----

Actividad 1. Búsqueda del tesoro en familia .....	52
---	----

Actividad 2. Juntos crecemos más .....	66
--	----



**Módulo motivacional**

# Motivados para crecer en familia

La **parentalidad** plantea retos y situaciones cotidianas que, sin los apoyos suficientes, tienen un impacto negativo en la manera en que los padres y las madres perciben y desarrollan su rol parental, hecho que a su vez repercute en el bienestar del resto de los miembros de la familia. Ante esta situación, la **parentalidad positiva** surge como un modelo de crianza y educación centrado en el comportamiento de los padres y las madres, que tiene en cuenta el interés superior del niño, niña y adolescente, que cuida, que desarrolla sus capacidades, que no es violento, que reconoce y orienta, y que establece las condiciones que permitan el pleno desarrollo del niño, niña y adolescente (Recomendación Rec (2006)19 del Comité de Ministros a los Estados Miembros, 2006).<sup>1</sup> Para ejercer la parentalidad positiva es necesario, por un lado, reconocer la motivación para el cambio que presentan los padres y las madres en su ejercicio de la parentalidad, y, por otro lado, promover la participación de los niños y niñas reconociendo sus capacidades de cambio en la dinámica familiar. Con este módulo se trata de activar la motivación para

<sup>1</sup> Recomendación Rec (2006)19 del Comité de Ministros a los Estados miembros sobre políticas de apoyo al ejercicio positivo de la parentalidad (adoptada por el Comité de Ministros el 13 de diciembre de 2006 en la 983.<sup>a</sup> reunión de los delegados de los ministros).

desarrollar las competencias de parentalidad positiva en los padres y las madres, así como también la motivación de los hijos e hijas para desarrollar habilidades que les permitan participar de forma activa y responsable en sus familias. Con el fin de lograrlo, es importante facilitar la expresión de los intereses, las necesidades y los sentimientos de todos los miembros de la familia para poder conciliarlos.

Promover la motivación para el cambio hacia la parentalidad positiva en los padres y las madres implica generar en las familias intereses, necesidades y sentimientos favorables al ejercicio de la parentalidad positiva, los cuales las llevarán a orientar su conducta hacia el logro de dicha meta. En este sentido, la motivación depende de varios factores: la predisposición de las familias al cambio; el reconocimiento de las posibilidades de cambio; las actitudes hacia el programa; el grado de autoeficacia percibida como padres, madres, hijos e hijas, y la posibilidad de cambio percibida por las familias (Chiviano *et al.*, 2016).<sup>2</sup> Estos elementos en su conjunto componen dos modos opuestos de actuar en las familias: a) una parentalidad automática con el foco centrado en los problemas del día a día, lo que desvía los recursos mentales de la necesaria atención a las necesidades de cuidado y educación de los hijos e hijas: atribución de causas externas a lo que ocurre sin autocorrección sobre su modo de actuar, lo que les lleva a estar menos motivados para el cambio; y

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



b) una parentalidad consciente en la que los progenitores actúan de modo reflexivo ante las necesidades propias y de los hijos e hijas, y ante lo que está pasando, se autocorrigen en sus pautas educativas después de haber observado sus efectos y están dispuestos a cambiar.

Para favorecer la motivación para el cambio y la parentalidad consciente entre las personas destinatarias del programa se requiere crear ambientes de aprendizaje que favorezcan el reconocimiento de las potencialidades de las familias, pero que a la vez les permitan identificar su margen de mejora en las competencias parentales y les ofrezcan herramientas para alcanzar su máximo potencial, todo ello acorde con sus intereses, necesidades y sentimientos. Estos espacios de aprendizaje grupal que promueve el programa se caracterizan por ofrecer la posibilidad de establecer vínculos entre las experiencias y características personales con los contenidos de aprendizaje del programa; crear redes de apoyo entre personas que han experimentado situaciones similares, y conocer los beneficios que el ejercicio de la parentalidad positiva aporta a la dinámica familiar (Rodrigo *et al.*, 2010).<sup>3</sup> Así, los beneficios del aprendizaje grupal contribuyen al incremento de la motivación para el desarrollo de la parentalidad positiva.

De este modo, a partir del módulo «Motivados para crecer en familia», se pretende animar a los padres y las madres a que tomen

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

conciencia de la importancia de orientar el ejercicio del rol parental hacia la parentalidad positiva y consciente, cuestionar sus prácticas si es necesario y adoptar una visión optimista hacia las posibilidades de cambio para crear un ambiente familiar favorable al desarrollo pleno de sus hijos e hijas. Del mismo modo, se promueve el desarrollo de conocimientos, actitudes y capacidades en los niños y niñas sobre su rol, y su participación activa como elemento transformador de la dinámica familiar, su influencia en el ejercicio positivo de la parentalidad y los beneficios de este para el conjunto de la familia. Así pues, se trata de que todos los miembros de la familia, de manera conjunta, reflexionen sobre sus fortalezas y sus oportunidades de aprendizaje, y activen su predisposición al cambio y las oportunidades de mejora de la vida familiar.

## Módulo motivacional

# Motivados a crecer en familia

### Objetivos del módulo

Tomar conciencia de la importancia de incluir la perspectiva de la parentalidad positiva y consciente en el ejercicio parental para promover la convivencia familiar positiva.

### Competencias parentales

- Reflexión sobre el ejercicio de la parentalidad y sus beneficios en la dinámica y el bienestar familiares.
- Reflexión en torno a las fortalezas y las áreas de mejora relacionadas con el ejercicio de una parentalidad positiva y consciente.
- Concepción de su participación en el programa «Aprender juntos, crecer en familia» como una oportunidad de aprendizaje y desarrollo de las competencias parentales.

### Competencias de los hijos e hijas

- Identificación de las habilidades y estrategias que les permiten participar de forma activa y responsable en el ámbito familiar, y que contribuyen positivamente a las relaciones familiares.
- Reflexión sobre los beneficios que aporta participar de manera activa y responsable en la dinámica familiar.

- Concepción de su participación en el programa «Aprender juntos, crecer en familia» como una oportunidad de aprendizaje y desarrollo de habilidades que contribuyen positivamente a la dinámica familiar.

### Sesión para padres y madres

*Viviendo en positivo la parentalidad*

- Actividad 1. Ser padre y madre: los retos cotidianos
- Actividad 2. ¿Desconectamos el piloto automático en nuestra parentalidad?

### Sesión para hijos e hijas

*Y nosotros, ¿qué aportamos?*

- Actividad 1. Cosas de familia
- Actividad 2. El árbol familiar de las fortalezas

### Sesión para familias

*La familia crece en positivo*

- Actividad 1. Búsqueda del tesoro en familia
- Actividad 2. Juntos crecemos más (vídeo)

# Sesión para padres y madres

**Ser padre y madre es una tarea llena de desafíos** que viene mediada por las situaciones particulares que atraviesan las familias. Por lo tanto, el ejercicio de la responsabilidad parental dependerá mucho de la situación general y particular en la que se encuentren los padres y las madres. Las exigencias del rol parental, junto con la experimentación de situaciones estresantes sin un apoyo suficiente, pueden derivar en experiencias de fracaso que afectan de manera negativa al bienestar de los niños y las niñas, así como a la valoración que los padres y las madres tienen respecto a su parentalidad. El interés que muestran los padres y las madres por el crecimiento y la educación de sus hijos e hijas y por el desarrollo de sus competencias parentales es una característica de la parentalidad positiva. Despertar ese interés y la motivación para el cambio en padres y madres desde la perspectiva de la parentalidad positiva es el objetivo de esta sesión. Dicha motivación viene especialmente determinada por el grado de autoeficacia percibida respecto al desarrollo del rol parental, por lo que, para promover el interés por el cambio, es importante favorecer la reflexión y la valoración de las propias fortalezas y destacar sus competencias siempre que sea posible, pero también facilitar que se identifiquen las áreas de mejora.

En ese aspecto, la sesión de padres y madres está dirigida a lograr que identifiquen los beneficios de la parentalidad positiva en su dinámica familiar, así como también que reconozcan sus fortalezas y las oportunidades de mejora para que se incrementen su autoeficacia percibida y su predisposición al cambio.



# Sesión

## Viviendo en positivo la parentalidad

### Objetivos

- Objetivo 1: Identificar los beneficios de la parentalidad positiva que las familias pueden alcanzar con su participación en el programa «Aprender juntos, crecer en familia»
- Objetivo 2: Reconocer las fortalezas y los elementos de mejora que las familias pretenden desarrollar mediante su participación en el programa

### Contenidos

- Contenido 1: Beneficios del ejercicio positivo de la parentalidad mediante la participación en el programa
- Contenido 2: Fortalezas y elementos de mejora relacionados con el ejercicio de la parentalidad

### Actividades

- Actividad 1. Ser padre y madre: los retos cotidianos
- Actividad 2. ¿Desconectamos el piloto automático en nuestra parentalidad?

### Materiales y recursos

- Ficha 1a. Tabla de preguntas guía para el análisis de los casos 1 y 2
- Ficha 1b. Tabla de preguntas guía para el análisis de los casos 3 y 4
- Ficha 2. Caso 1: «Colaborar en las tareas del hogar»
- Ficha 3. Caso 2: «El mundo digital hasta en la sopa. Las comidas y las TIC»
- Ficha 4. Caso 3: «Pongamos límites. Recoger o no recoger»
- Ficha 5. Caso 4: «Disfrutamos juntos en familia. ¿A qué jugamos?»
- Ficha 6. Dibujos sobre dimensiones de la parentalidad
- Ficha 7. Tabla de análisis de la parentalidad



## Caso 1

*(fill necessary information, then write down the answer)*      *(fill necessary information, then write down the answer)*

*(if possible, please write down the answer in the box)*      *(if possible, please write down the answer in the box)*

Section A			
Section B			
Section C			

## Caso 2

*(fill necessary information, then write down the answer)*      *(fill necessary information, then write down the answer)*

*(if possible, please write down the answer in the box)*      *(if possible, please write down the answer in the box)*

Section A			
Section B			
Section C			

**Multiscale questionnaire: Factors in creation, Section 5, 5.10.2015 / Page 39**

Módulo motivacional  
Padres y madres  
Actividad 1  
Ser padre y madre: los retos  
cotidianos  
Ficha 1a. Tabla de preguntas  
guía para el análisis de los  
casos 1 y 2  
Ficha 1b. Tabla de preguntas  
guía para el análisis de los  
casos 3 y 4

**Caso 4. «Disfrutamos juntos en familia. ¿Qué jugamos?»**

Se describe que por la tarde los miembros de la familia están en casa. Ana está en la sala. En el momento en que ella camina por la sala, ella ve a sus hermanos jugando juntos. Ana está preocupada. Los hermanos piensan: ¿Qué es? ¿Qué quiere ella? ¿Por qué está así? ¿Por qué está preocupada? Ana piensa que si ella y sus hermanos están jugando juntos en la sala, ella también puede jugar con ellos. Ella se acerca a ellos y les dice: «¿Puedo jugar con ustedes?». Los hermanos le dicen: «Sí, claro. ¡Tú también puedes jugar con nosotros!».

**Actividad 4.1** **Actividad 4.2** **Actividad 4.3**

El profesor puede usar esta actividad para enseñar a los estudiantes a identificar los sentimientos de los personajes en la historia. El profesor puede usar esta actividad para enseñar a los estudiantes a identificar los sentimientos de los personajes en la historia. El profesor puede usar esta actividad para enseñar a los estudiantes a identificar los sentimientos de los personajes en la historia.

Módulo motivacional  
Padres y madres  
Actividad 1  
Ser padre y madre: los retos  
cotidianos  
Ficha 5. Caso 4:  
«Disfrutamos juntos en  
familia. ¿A qué jugamos?»

**Caso 1. «Colaborar en las tareas del hogar»**

En algunas de las reuniones, usted tendrá la oportunidad de conocer a las personas que tienen la responsabilidad de enseñar a los niños a colaborar en las tareas del hogar. En estas reuniones, usted podrá aprender sobre el programa y cómo el niño puede aprender a colaborar en las tareas del hogar. Estas reuniones son importantes para que usted pueda aprender a colaborar con el personal que trabaja en el programa.

**Definición A**

El niño debe ser capaz de colaborar en las tareas del hogar.

**Definición B**

El niño debe ser capaz de colaborar en las tareas del hogar.

**Definición C**

El niño debe ser capaz de colaborar en las tareas del hogar.

Elaborado por: [illegible]

Módulo motivacional  
Padres y madres  
Actividad 1  
Ser padre y madre: los retos  
cotidianos  
Ficha 2. Caso 1: «Colaborar  
en las tareas del hogar»

Módulo motivacional  
Padres y madres  
Actividad 2  
¿Desconectamos el piloto  
automático en nuestra  
parentalidad?  
Ficha 6. Dibujos sobre  
dimensiones de la  
parentalidad

[illegible]


Módulo motivacional  
Padres y madres  
Actividad 1  
Ser padre y madre: los retos  
cotidianos  
Ficha 3. Caso 2: «El mundo  
digital hasta en la sopa. Las  
comidas y las TIC»

[illegible]

Módulo motivacional  
Padres y madres  
Actividad 2  
¿Desconectamos el piloto  
automático en nuestra  
parentalidad?  
Ficha 7. Tabla de análisis de  
la parentalidad

### Caso 3. «Pongamos límites: Recoger o no recoger»

El padre de Juan le pide a su hijo que deje de jugar al ordenador para recoger el material de la asignatura de matemáticas. El hijo se queja, pero al final decide recogerlo y se va a su habitación. El padre se vuelve con Juan, ya que tiene dudas de lo que le pidió que el ordenador no recolliera algo cuando había ido a buscarlo.



**Definición A**

El padre de Juan le pide a su hijo que deje de jugar al ordenador para recoger el material de la asignatura de matemáticas. El hijo se queja, pero al final decide recogerlo y se va a su habitación. El padre se vuelve con Juan, ya que tiene dudas de lo que le pidió que el ordenador no recollera algo cuando había ido a buscarlo.

**Definición B**

El padre de Juan le pide a su hijo que deje de jugar al ordenador para recoger el material de la asignatura de matemáticas. El hijo se queja, pero al final decide recogerlo y se va a su habitación. El padre se vuelve con Juan, ya que tiene dudas de lo que le pidió que el ordenador no recollera algo cuando había ido a buscarlo.

**Definición C**

El padre de Juan le pide a su hijo que deje de jugar al ordenador para recoger el material de la asignatura de matemáticas. El hijo se queja, pero al final decide recogerlo y se va a su habitación. El padre se vuelve con Juan, ya que tiene dudas de lo que le pidió que el ordenador no recollera algo cuando había ido a buscarlo.

Módulo motivacional  
Padres y madres  
Actividad 1  
Ser padre y madre: los retos  
cotidianos  
Ficha 4. Caso 3: «Pongamos  
límites. Recoger o no  
recoger»

## Desarrollo de la sesión

En esta primera sesión, se trata de que padres y madres identifiquen los beneficios de la parentalidad positiva, a la vez que reconocen las fortalezas y los elementos de mejora que pretenden desarrollar mediante su participación en el programa.

### Actividad 1

#### Ser padre y madre: los retos cotidianos

Estudio de casos

30 minutos

Objetivo 1

Contenido 1

##### a. Introducción

La parentalidad plantea retos y situaciones cotidianas que se deben abordar en el ámbito familiar. Cada situación requiere una actuación, la cual repercute de manera positiva o negativa en la dinámica familiar, así como también en el bienestar de los miembros de la familia. Por lo tanto, antes de abordar la situación es importante valorar si la solución es asertiva y responde a los derechos, responsabilidades, intereses, necesidades y sentimientos de las personas implicadas.

Esta actividad trata de que las familias anticipen las consecuencias y repercusiones de las decisiones que se pueden tomar para resolver una situación cotidiana a partir del análisis de casos con el fin de visualizar los distintos intereses, necesidades y sentimientos, a veces contrapuestos, y encontrar una solución satisfactoria para todos los miembros de la familia.

##### b. Desarrollo

En esta actividad se plantean 4 casos de situaciones cotidianas que retratan momentos familiares donde los padres y las madres han de actuar en un escenario de intereses, necesidades y sentimientos potencialmente en conflicto, y se dan 3 alternativas de actuación para cada caso (fichas 2, 3, 4 y 5). Se forman grupos pequeños de 4 o 5 personas y a cada uno de ellos se le asigna un caso. El caso se presenta en el grupo pequeño; después se presentan las 3 alternativas de actuación para el caso; seguidamente, el grupo reflexiona en torno a las repercusiones y los beneficios que se pueden derivar de las diferentes actuaciones; y, por último, se selecciona la actuación que se considera más positiva teniendo en cuenta los beneficios que aporta tanto a nivel familiar como individual. Los casos que se presentan son los siguientes:



**Caso 1. «Colaborar en las tareas del hogar»**

Es sábado por la mañana, está toda la familia en casa y hay que hacer las tareas del hogar. Juan y Mario (los papás), Carlos (el hermano pequeño) y Laura (la hermana mayor) están cansados y solo quieren pasarse el sábado por la mañana mirando la tele o jugando en el comedor (ficha 2).

**SOLUCIÓN A:** Juan y Mario se encargan de hacer todas las tareas del hogar.

**SOLUCIÓN B:** No se hacen las tareas del hogar ese día y deciden hacer otra actividad.

**SOLUCIÓN C:** Todos y todas colaboran para hacer las tareas del hogar.

**Caso 2. «El mundo digital hasta en la sopa. Las comidas y las TIC»**

Es la hora de cenar y todos los miembros de la familia están sentados a la mesa. Durante la cena, Mari (la mamá) y Jessica (la hija pequeña) están viendo la tele, y David (el hijo mayor) está mirando vídeos o navegando por las redes sociales. Ante esta situación, Mari se da cuenta de que durante las cenas nadie habla y todos están conectados a una pantalla, ya sea la televisión o el móvil (ficha 3).

**SOLUCIÓN A:** Siguen de la misma manera, ya que no pasa nada por usar las tecnologías durante las comidas; es un momento de paz y tranquilidad para cada uno.

**SOLUCIÓN B:** Deciden todos juntos guardar los dispositivos tecnológicos y aprovechar la cena en familia para compartir experiencias y charlar.

**SOLUCIÓN C:** Mari prohíbe el uso de las tecnologías durante las comidas y decide esconder los aparatos tecnológicos hasta que termine la cena.

**Caso 3. «Pongamos límites. Recoger o no recoger»**

El padre de Juan le pide a su hijo que deje de jugar al ordenador para recoger su habitación. Juan se niega diciendo que no le apetece y que ahora está jugando al ordenador. El padre se molesta con Juan, ya que lleva todo el día jugando con el ordenador y su habitación sigue estando hecha un desastre (ficha 4).

**SOLUCIÓN A:** El padre deja que Juan siga jugando al ordenador sin ordenar su habitación para evitar conflictos.

**SOLUCIÓN B:** Castiga a Juan sin ordenador durante un mes por no haber cumplido con su responsabilidad.

**SOLUCIÓN C:** Negocia junto con Juan el tiempo de juego en el ordenador y el momento en que va a recoger su habitación.

**Caso 4. «Disfrutamos juntos en familia. ¿A qué jugamos?»**

Es domingo por la tarde y todos los miembros de la familia están en casa. Anna (6 años) y Álex (11 años) proponen a Julia y Vanesa (las mamás) jugar a un juego de mesa todos juntos. Ante esta proposición, las mamás plantean a Anna y Álex que sean ellos quienes escojan el juego al que quieren jugar. Anna plantea jugar a la oca, un juego fácil y divertido para jugar en familia; Álex, en cambio, dice que quiere jugar a un juego de cartas más complicado e interesante para él (ficha 5).

**SOLUCIÓN A:** Julia y Vanesa deciden finalmente jugar a otro juego diferente a los propuestos, ya que Anna y Álex no llegan a un acuerdo.

**SOLUCIÓN B:** Se decide no jugar a ningún juego en familia, puesto que no han sido capaces de ponerse de acuerdo en la elección del juego.

**SOLUCIÓN C:** Se decide en familia el mejor juego para jugar juntos teniendo en cuenta la edad y las posibilidades de Anna y Álex (por ejemplo, jugar primero a la oca, dado que todos saben jugar, y luego al juego de cartas).

Para orientar a los padres y madres en la elección de la solución se pueden plantear las siguientes preguntas guía (fichas 1a y 1b):

- ¿Qué intereses, necesidades y sentimientos pueden estar en conflicto?
- ¿Qué beneficios tiene cada solución a nivel familiar?
- ¿Cómo creéis que se sentiría cada uno de los personajes del reto con cada solución?

Al finalizar la resolución de los casos y la reflexión que se ha realizado en grupos pequeños, se comparten las respuestas de la última pregunta y se abre la discusión en torno a los beneficios que padres y madres han identificado en las soluciones finales. La persona dinamizadora anotará las aportaciones de las personas participantes en un espacio visible para todo el grupo.

**c. Conclusión**

Al finalizar la actividad se concluye que, ante situaciones cotidianas de la convivencia familiar, se requiere disponer de una serie de competencias para abordarlas. Estas decisiones tienen un impacto en los diferentes miembros de la familia, por lo que antes de afrontar la situación es importante valorar si la actuación es satisfactoria y responde a los derechos, intereses y necesidades de las personas implicadas.

Por último, la persona dinamizadora realizará el cierre de la actividad recapitulando los beneficios que se derivan del ejercicio de la parentalidad positiva y que se asocian con las prácticas parentales trabajadas en los casos de la actividad:



- Favorecer espacios y oportunidades para que los hijos e hijas puedan colaborar activamente en las tareas del hogar. De esta manera se comparten las responsabilidades domésticas entre los miembros de la familia de forma colaborativa y consensuada para armonizar los **intereses, necesidades y sentimientos de unos y otros**.
- Reflexionar sobre los usos que se les da a los recursos digitales, en qué espacios es conveniente utilizarlos y en qué momentos es más o menos adecuado. De este modo, para que su uso no suponga un problema en el hogar, cabe acordar soluciones compartidas entre todos los miembros de la familia y que a la vez conlleven buenos hábitos de uso.
- Usar la negociación y la comunicación no violenta entre padres, madres, hijos e hijas como vía para la resolución positiva de conflictos. De este modo, se favorece la participación activa y responsable de los hijos e hijas en la toma de decisiones familiares, se potencia su desarrollo personal y social, y se contribuye positivamente a las relaciones familiares.
- Promover espacios de ocio y tiempo libre en familia ajustados a la edad y las posibilidades de los hijos e hijas. Esta práctica favorece las interacciones familiares, así como también el desarrollo social, afectivo, cognitivo y motriz de los hijos e hijas.

# Caso 1

¿Qué intereses, necesidades y sentimientos pueden estar en conflicto?

¿Qué beneficios tiene cada solución a nivel familiar?

¿Cómo creéis que se sentiría cada uno de los personajes del reto con cada solución?

Solución A

Solución B

Solución C

# Caso 2

¿Qué intereses, necesidades y sentimientos pueden estar en conflicto?

¿Qué beneficios tiene cada solución a nivel familiar?

¿Cómo creéis que se sentiría cada uno de los personajes del reto con cada solución?

Solución A

Solución B

Solución C

## Caso 3

¿Qué intereses, necesidades y sentimientos pueden estar en conflicto?

¿Qué beneficios tiene cada solución a nivel familiar?

¿Cómo creéis que se sentiría cada uno de los personajes del reto con cada solución?

Solución A

Solución B

Solución C

## Caso 4

¿Qué intereses, necesidades y sentimientos pueden estar en conflicto?

¿Qué beneficios tiene cada solución a nivel familiar?

¿Cómo creéis que se sentiría cada uno de los personajes del reto con cada solución?

Solución A

Solución B

Solución C

# Caso 1. «Colaborar en las tareas del hogar»

Es sábado por la mañana, está toda la familia en casa y hay que hacer las tareas del hogar. Juan y Mario (los papás), Carlos (el hermano pequeño) y Laura (la hermana mayor) están cansados y solo quieren pasarse el sábado por la mañana mirando la tele o jugando en el comedor.



## Solución A

Juan y Mario se encargan de hacer todas las tareas del hogar.

## Solución B

No se hacen las tareas del hogar ese día y deciden hacer otra actividad.

## Solución C

Todos y todas colaboran para hacer las tareas del hogar.

## Caso 2. «El mundo digital hasta en la sopa. Las comidas y las TIC»

Es la hora de cenar y todos los miembros de la familia están sentados a la mesa. Durante la cena, Mari (la mamá) y Jessica (la hija pequeña) están viendo la tele y David (el hijo mayor) está mirando vídeos o navegando por las redes sociales. Ante esta situación, Mari se da cuenta de que durante las cenas nadie habla y todos están conectados a una pantalla, ya sea la televisión o el móvil.



### Solución A

Siguen de la misma manera, ya que no pasa nada por usar las tecnologías durante las comidas; es un momento de paz y tranquilidad para cada uno.

### Solución B

Deciden todos juntos guardar los dispositivos tecnológicos y aprovechar la cena en familia para compartir experiencias y charlar.

### Solución C

Mari prohíbe el uso de las tecnologías durante las comidas y decide esconder los aparatos tecnológicos hasta que termine la cena.

## Caso 3. «Pongamos límites. Recoger o no recoger»

El padre de Juan le pide a su hijo que deje de jugar al ordenador para recoger su habitación. Juan se niega diciendo que no le apetece y que ahora está jugando al ordenador. El padre se molesta con Juan, ya que lleva todo el día jugando con el ordenador y su habitación sigue estando hecha un desastre.



### Solución A

El padre deja que Juan siga jugando al ordenador sin ordenar su habitación para evitar más conflictos.

### Solución B

Castiga a Juan sin ordenador durante un mes por no haber cumplido con su responsabilidad.

### Solución C

Negocia junto con Juan el tiempo de juego en el ordenador y el momento en que va a recoger su habitación.



## Caso 4. «Disfrutamos juntos en familia. ¿A qué jugamos?»

Es domingo por la tarde y todos los miembros de la familia están en casa. Anna (6 años) y Álex (11 años) proponen a Julia y Vanesa (las mamás) jugar a un juego de mesa todos juntos. Ante esta proposición, las mamás plantean a Anna y Álex que sean ellos quienes escojan el juego al que quieren jugar. Anna plantea jugar a la oca, un juego fácil y divertido para jugar en familia; Álex, en cambio, dice que quiere jugar a un juego de cartas más complicado e interesante para él.



### Solución A

Julia y Vanesa deciden finalmente jugar a otro juego diferente a los propuestos, ya que Anna y Álex no llegan a un acuerdo.

### Solución B

Se decide no jugar a ningún juego en familia, puesto que no han sido capaces de ponerse de acuerdo en la elección del juego.

### Solución C

Se decide en familia el mejor juego para todos teniendo en cuenta la edad y las posibilidades de Anna y Álex (por ejemplo, jugar primero a la oca, y luego al juego de cartas).

## Actividad 2

### ¿Desconectamos el piloto automático en nuestra parentalidad?

Análisis DAFO

Trabajo por parejas

20 minutos

Objetivo 2

Contenido 2

#### a. Introducción

La persona dinamizadora inicia la actividad explicando el concepto de *parentalidad positiva* o *ejercicio positivo de la parentalidad*. La parentalidad positiva implica actuar de acuerdo con las necesidades, derechos e intereses de los hijos e hijas cuidándolos, fortaleciendo el vínculo afectivo y desarrollando sus capacidades sin que el trato conlleve violencia o humillación. Se trata de una actuación parental basada en el afecto, el apoyo, la comunicación y la empatía que incluye el establecimiento de límites y la búsqueda de acuerdos compartidos para lograr el pleno desarrollo de los niños y niñas.

Por lo tanto, el objetivo de esta actividad se centra en que padres y madres identifiquen las fortalezas y elementos de mejora vinculados con su parentalidad y superen una actuación parental automática.

#### b. Desarrollo

Inicialmente, se muestra a los padres y madres ilustraciones que representan diferentes dimensiones de la parentalidad (ficha 6), entre las cuales deberán escoger por parejas aquellas que reconocen como fortalezas y aquellas que identifican como elementos de mejora. Una vez seleccionadas las ilustraciones, deberán incorporarlas a la columna correspondiente de la tabla de análisis de la parentalidad (ficha 7) según sean fortalezas o elementos de mejora, y concretar la fortaleza o el aspecto que debe mejorar de la dimensión de la parentalidad que plantee la ilustración. En este análisis, además, se ayudará a reflexionar sobre la actuación de la parentalidad diferenciando entre la automática, que atribuye causas externas para explicar la situación, y la consciente, que reconoce causas internas, así como las consecuencias que se derivan de esa actuación, y moviliza a las familias hacia el cambio. Para ello, la persona dinamizadora puede poner un primer ejemplo usando las escenas de las ilustraciones:

- «Las comidas en familia» son una fortaleza de mi parentalidad. Durante las comidas estamos todos juntos y compartimos las experiencias que hemos vivido



durante el día. Por lo tanto, me doy cuenta de que en esos momentos disfrutamos juntos y juntas, mejoramos las relaciones entre todos los miembros de la familia y es una buena oportunidad para conocer las preocupaciones e intereses de nuestros hijos e hijas. Aun así, me gustaría mejorar el «tiempo en familia», ya que me doy cuenta de que, debido a las responsabilidades del día a día, como el trabajo, las tareas del hogar y las actividades extraescolares, no encontramos momentos para disfrutar juntos en familia, y cuando tenemos tiempo libre lo usamos automáticamente para estar con el teléfono, ver la tele o realizar otras actividades en las que no estamos juntos.

Es importante enfatizar que los elementos de mejora identificados suponen oportunidades de aprendizaje que se deben cubrir mediante la participación en el programa, evitando darle un enfoque basado en el déficit o en la carencia.

### **c. Conclusión**

Ejercer una parentalidad positiva implica también tomar conciencia de nuestras fortalezas y posibilidades de cambio como padres y madres para garantizar así el desarrollo de nuestros hijos e hijas en un entorno familiar favorable al que contribuyen mutuamente todos los miembros de la familia. Así pues, identificar las fortalezas de nuestra parentalidad nos ayuda a adquirir confianza en nuestro rol como padres y madres, así como también a identificar aquellos recursos y estrategias existentes beneficiosos para la familia. Por último, desactivar los pilotos automáticos y desarrollar una parentalidad consciente nos permite identificar oportunidades de mejora y plantearnos metas para alcanzar el bienestar en la familia.

# Dibujos sobre dimensiones de la parentalidad

## Mostrar afecto en familia



## Educar a nuestros hijos e hijas



## La comunicación en la familia



## Las comidas en familia



## Conectar con la escuela



## Tiempo compartido en familia



## Afrontar el estrés y los retos cotidianos



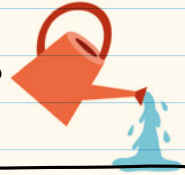
# Tabla de análisis de la parentalidad

¿Cuáles son mis mejores habilidades  
como padre o madre?



# Tabla de análisis de la parentalidad

¿Qué cosas hago automáticamente como padre o madre y qué me gustaría mejorar?



## Valoración y cierre de la sesión

La persona dinamizadora realizará el cierre de la sesión enfatizando que la motivación para el ejercicio de la parentalidad positiva pasa por sentirnos satisfechos de nuestras capacidades parentales y, a la vez, por identificar nuestras áreas de mejora. De este modo, la participación en el programa supone una oportunidad para potenciar nuestras fortalezas familiares y desarrollar nuevas capacidades que contribuyan al bienestar de toda la familia al completo.

Por último y a modo de resumen, la persona dinamizadora recapitulará los aprendizajes principales de la sesión vinculados con el ejercicio de una parentalidad positiva y consciente:

- Beneficia las relaciones entre los miembros de la familia y, así mismo, genera un entorno familiar favorable.
- Implica considerar las necesidades, los intereses y los derechos de todos los miembros de la familia para la resolución positiva y no violenta de una situación, reto o problema.
- Contribuye al bienestar de todos los miembros de la familia, así como también al desarrollo pleno de los hijos e hijas.
- Todas las familias, en algún momento de la vida, pueden vivir situaciones estresantes y retos que se deben afrontar en el contexto familiar. Para ello cabe cuestionarnos nuestras habilidades como padres y madres, e identificar aquellas que contribuyen positivamente a la familia, pero también aquellas que suponen áreas de mejora y permiten desactivar los pilotos automáticos para favorecer el desarrollo de una parentalidad consciente orientada a alcanzar metas adecuadas para el bienestar familiar.







# Sesión para hijos e hijas

**El ejercicio positivo de la parentalidad** conlleva actuar de acuerdo con el interés superior de los niños, niñas y adolescentes concibiéndoles como sujetos de derecho, reconociendo su participación activa en la familia y reconociéndolos a su vez como agentes activos en los cambios familiares. En este sentido, los niños y niñas tienen derecho a aportar su opinión en todos aquellos aspectos que les afecten, teniendo en cuenta su edad y su grado de madurez (ONU, 1989).<sup>4</sup> Para ello, cabe fomentar el desarrollo de competencias y habilidades que les permitan ejercer una participación activa y significativa en todos aquellos aspectos que promuevan su bienestar y su desarrollo integral, incluido el entorno familiar.

En la sesión dirigida a los hijos e hijas, se promueve la toma de conciencia sobre su rol y su participación en el entorno familiar, el concepto del ejercicio positivo de la parentalidad y lo que implica para ellos y ellas. Para promover esta concienciación es necesario que hijos e hijas reflexionen sobre su rol como agentes activos y capaces de hacer cambios e influir positivamente en la dinámica familiar.

Por lo tanto, en esta sesión, hijos e hijas identifican los beneficios que aporta participar de forma activa en la familia teniendo en cuenta sus necesidades, responsabilidades y derechos, y así mismo reconocen las actuaciones que pueden llevar a cabo como hijos e hijas y que favorecen la convivencia positiva entre los miembros de la familia.

<sup>4</sup> ONU (1989). *Convención sobre los Derechos del Niño y la Niña*. Madrid: Ayuntamiento de San Fernando de Henares.

# Sesión

## Y nosotros, ¿qué aportamos?

### Objetivos

- Objetivo 1: Identificar los beneficios que aporta participar activamente en la familia desde un enfoque de derechos, deberes y responsabilidades
- Objetivo 2: Reconocer las actuaciones familiares que favorecen las relaciones positivas entre los miembros de la familia

### Contenidos

- Contenido 1: Situaciones familiares en las que padres, madres, hijos e hijas ejercen sus derechos y sus responsabilidades, y que favorecen un entorno familiar positivo
- Contenido 2: Actuaciones familiares que favorecen las relaciones positivas entre los miembros de la familia

### Actividades

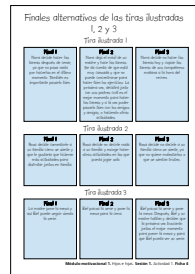
- Actividad 1. Cosas de familia
- Actividad 2. El árbol familiar de las fortalezas

### Materiales y recursos

- Ficha 1. Tira ilustrada 1: «¿Tareas o móvil?»
- Ficha 2. Tira ilustrada 2: «Tiempo de ocio en familia»
- Ficha 3. Tira ilustrada 3: «¿Poner la mesa o ver una serie?»
- Ficha 4. Finales alternativos de las tiras ilustradas 1, 2 y 3
- Ficha 5. Tablero «El árbol familiar de las fortalezas»



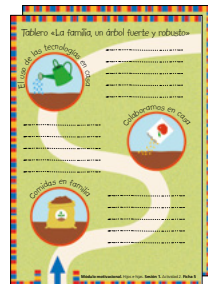
Módulo motivacional  
Hijos e hijas  
Actividad 1  
Cosas de familia  
Ficha 1. Tira ilustrada 1:  
«¿Tareas o móvil?»



Módulo motivacional  
Hijos e hijas  
Actividad 1  
Cosas de familia  
Ficha 4. Finales alternativos  
de las tiras ilustradas 1, 2 y 3



Módulo motivacional  
Hijos e hijas  
Actividad 1  
Cosas de familia  
Ficha 2. Tira ilustrada 2:  
«Tiempo de ocio en familia»



Módulo motivacional  
Hijos e hijas  
Actividad 2  
El árbol familiar de las fortalezas  
Ficha 5. Tablero «El árbol familiar de las fortalezas»



Módulo motivacional  
Hijos e hijas  
Actividad 1  
Cosas de familia  
Ficha 3. Tira ilustrada 3:  
«¿Poner la mesa o ver una  
serie?»

## Desarrollo de la sesión

En esta sesión se pretende que los hijos e hijas identifiquen los beneficios que aporta participar activamente en la familia desde un enfoque de derechos, deberes y responsabilidades, y así mismo reconocer las actuaciones familiares que favorecen las relaciones positivas entre los miembros de la familia.

### Actividad 1

#### Cosas de familia

Tiras ilustradas

Trabajo en grupos pequeños

30 minutos

Objetivo 1

Contenido 1

#### a. Introducción

En el día a día se dan situaciones y problemas en casa que se pueden resolver buscando soluciones compartidas que tengan en cuenta los intereses, las necesidades y los sentimientos de todos los miembros de la familia. No solo los padres y las madres son los encargados de garantizar el bienestar de la familia, sino que los hijos e hijas también desempeñan un rol activo y responsable ante ese propósito. De este modo, los hijos e hijas deben tomar conciencia de su rol en el desarrollo de una dinámica familiar favorable y satisfactoria para contribuir al desarrollo de la parentalidad positiva.

Para ello, mediante el análisis de casos, los niños y niñas identificarán los beneficios de plantear, ante situaciones familiares cotidianas que puedan generar conflictos, alternativas asertivas (posibles soluciones) y que tengan en cuenta los sentimientos y necesidades de todos los miembros de la familia.

#### b. Desarrollo

Para realizar esta actividad, se distribuye a las personas participantes en grupos de 4 o 5 personas. Se inicia la actividad planteando que en la vida diaria de cualquier familia se generan conflictos fruto de la convivencia. Estos se pueden resolver buscando soluciones compartidas en las que se tengan en cuenta los sentimientos y las necesidades de todos los miembros de la familia. Los hijos e hijas tienen un papel importante para que haya un buen clima y un buen funcionamiento familiar.



Esta actividad consta de tres tiras ilustradas que plantean situaciones cotidianas y que tienen tres finales alternativos cada una. El objetivo es escoger para cada tira ilustrada el final que aporte más beneficios a los miembros de la familia. Las viñetas ilustradas que se presentan son las siguientes (fichas 1, 2 y 3):

### **Tira ilustrada 1: «¿Tareas o móvil?»**

Nora es una chica de 12 años. El jueves, su profesora mandó tareas para el fin de semana. Durante el fin de semana, Nora ha quedado con sus amigos y amigas, y ha estado viendo la televisión. El domingo, el padre de Nora le recuerda que debe hacer las tareas para la semana siguiente. Nora no tiene ganas de hacer las tareas y por eso decide jugar con el móvil de su madre. El padre vuelve al cabo de un rato y le pregunta si ha hecho las tareas, a lo que ella responde que no. El padre se molesta y le dice que ya es la hora de cenar y que ha tenido toda la tarde para hacer los deberes.

**Final 1:** Nora decide hacer las tareas después de cenar, ya que no pasa nada por hacerlas en el último momento, también es importante pasarlo bien.

**Final 2:** Nora deja el móvil de su madre y hace las tareas. Se da cuenta de que está muy cansada y que no puede concentrarse para hacer bien los ejercicios. La próxima vez, decidirá junto con sus padres cuál es el mejor momento para hacer las tareas y a la vez poder pasarlo bien con los amigos y amigas, o haciendo otras actividades.

**Final 3:** Nora decide no hacer las tareas hoy y copiarlas de sus compañeros mañana a la hora del recreo.

### **Tira ilustrada 2: «Tiempo de ocio en familia»**

Rosa es una niña de 8 años con un hermano mayor, de 17 años. Los padres de Rosa trabajan todo el día y ella se pasa la mayor parte del tiempo en la escuela o en casa de sus abuelos. Su hermano mayor siempre se encierra en su habitación a jugar a videojuegos en el ordenador o queda con sus amigos. Los fines de semana, sus padres se instalan en el comedor para ver series que a Rosa no le interesan y su hermano mayor se queda solo en su habitación. Rosa está triste porque quiere pasar más tiempo con su familia y que hagan cosas juntos.

**Final 1:** Rosa decide comentarle a su familia cómo se siente y que le gustaría que hicieran más actividades para disfrutar juntos en familia.

**Final 2:** Rosa decide no decirle nada a su familia y hacer otras actividades en las que pueda jugar sola.

**Final 3:** Rosa decide no decirle a su familia cómo se siente, ya que no quiere molestarlos o que se sientan tristes.

**Tira ilustrada 3: «¿Poner la mesa o ver una serie?»**

Es martes por la noche y es la hora de cenar; la madre de Biel le dice que tiene que poner la mesa para la cena. Biel le contesta que no va a poner la mesa porque está viendo una serie y está en un momento muy interesante, de modo que la madre se molesta porque lleva todo el día trabajando, ha llegado cansada a casa y necesita que él se encargue de poner la mesa.

**Final 1:** La madre pone la mesa y así Biel puede seguir viendo la serie.

**Final 2:** Biel pausa la serie y pone la mesa para la cena.

**Final 3:** Biel pausa la serie y pone la mesa. Después, Biel y su madre hablan y deciden que la próxima vez buscarán juntos el mejor momento para poner la mesa y para que Biel pueda ver su serie.

La actividad se inicia con la lectura de la tira ilustrada en grupos pequeños. Una vez realizada la lectura, se leen en voz alta los tres finales alternativos. Seguidamente, a la cuenta de tres y sin establecer un acuerdo previo con su grupo pequeño, las personas participantes deberán señalar con el dedo el final alternativo que consideran más adecuado (ficha 4). Si hay diversidad en la selección del final (las personas participantes han indicado diferentes finales con el dedo), deberán consensuar en el grupo pequeño uno de los finales alternativos considerando las ventajas y desventajas para los miembros de la familia. Por otra parte, si se da un consenso desde el principio (las personas participantes han indicado el mismo final alternativo con el dedo), deberán comentar en el grupo pequeño los beneficios del final seleccionado.

**c. Conclusiones**

Se concluye la actividad poniendo énfasis en que en la vida diaria se dan situaciones y problemas en casa que se pueden resolver buscando soluciones compartidas en las que se tengan en cuenta los intereses, las necesidades y los sentimientos de todos los miembros de la familia. Como hijos e hijas, debemos actuar en el ámbito familiar teniendo en cuenta nuestros derechos y también nuestras responsabilidades.

En la actividad hemos visto que, en cada viñeta, los hijos e hijas tenían derechos y responsabilidades que en cierto modo no se estaban cumpliendo, y lo mismo ocurría con los padres y las madres. Todas las personas de la familia tienen responsabilidades para que el entorno familiar sea más positivo y favorable.



# Tira ilustrada 1: «¿Tareas o móvil?»



## Tira ilustrada 2: «Tiempo de ocio en familia»



# Tira ilustrada 3: «¿Poner la mesa o ver una serie?»»



# Finales alternativos de las tiras ilustradas 1, 2 y 3

## Tira ilustrada 1

### Final 1

Nora decide hacer las tareas después de cenar, ya que no pasa nada por hacerlas en el último momento. También es importante pasarlo bien.

### Final 2

Nora deja el móvil de su madre y hace las tareas. Se da cuenta de que está muy cansada y que no puede concentrarse para hacer bien los ejercicios. La próxima vez, decidirá junto con sus padres cuál es el mejor momento para hacer las tareas y a la vez poder pasarlo bien con los amigos y amigas, o haciendo otras actividades.

### Final 3

Nora decide no hacer las tareas hoy y copiar las tareas de sus compañeros mañana a la hora del recreo.

## Tira ilustrada 2

### Final 1

Rosa decide comentarle a su familia cómo se siente y que le gustaría que hicieran más actividades para disfrutar juntos en familia.

### Final 2

Rosa decide no decirle nada a su familia y escoge hacer otras actividades en las que pueda jugar sola.

### Final 3

Rosa decide no decirle a su familia cómo se siente, ya que no quiere molestarlos o que se sientan tristes.

## Tira ilustrada 3

### Final 1

La madre pone la mesa y así Biel puede seguir viendo la serie.

### Final 2

Biel pausa la serie y pone la mesa para la cena.

### Final 3

Biel pausa la serie y pone la mesa. Después, Biel y su madre hablan y deciden que la próxima vez buscarán juntos el mejor momento para poner la mesa y para que Biel pueda ver su serie.



## Actividad 2

### El árbol familiar de las fortalezas

Lluvia de ideas

Trabajo en grupos pequeños

30 minutos

Objetivo 2

Contenido 2

#### a. Introducción

Los hijos e hijas desempeñan un rol importante en el ejercicio positivo de la parentalidad. De este modo, es necesario plantear experiencias de aprendizaje en las que tomen conciencia de su aportación desde el rol de hijo o hija para contribuir positivamente al desarrollo familiar. En esta segunda actividad, identificarán aquellas actuaciones que pueden llevar a cabo para favorecer las relaciones familiares teniendo en cuenta los intereses, las necesidades y los sentimientos de todos los miembros de la familia.

#### b. Desarrollo

En esta actividad, se trata de que los hijos e hijas, en grupos pequeños, identifiquen fortalezas que como hijos e hijas poseen, así como también actuaciones que favorecen las relaciones en la familia. Para ello, la lluvia de ideas se distribuye en 6 dimensiones vinculadas con las temáticas que se trabajan en el programa «Aprender juntos, crecer en familia»:

1. Comidas en familia
2. Colaboramos en casa
3. Uso de las tecnologías en casa
4. Mostramos afecto en familia
5. Nos comunicamos bien en familia
6. Resolvemos problemas en familia

Las seis dimensiones se distribuyen en un tablero que presenta las fases del crecimiento de un árbol; cada fase corresponde a una dimensión familiar (véase la ficha 5):

Fase 1. Comidas en familia: abono

Fase 2. Colaboramos en casa: semillas

Fase 3. Uso de las tecnologías en casa: agua

Fase 4. Mostramos afecto en familia: sol

Fase 5. Nos comunicamos bien en familia: primer brote que dará lugar al árbol

Fase 6. Resolvemos problemas en familia: árbol

El objetivo es que hijos e hijas planteen actuaciones favorables de la dinámica familiar para cada dimensión hasta llegar a la fase final del crecimiento de la planta: el árbol, que simboliza un entorno familiar positivo y favorable. A las personas participantes se les plantea la siguiente historia:

- Para sentirnos bien en familia es necesario que padres, madres, hijos e hijas llevemos a cabo tareas y acciones que ayuden a crear un buen clima familiar. En este caso, la familia es como un gran árbol: para que pueda crecer fuerte y robusto debemos encargarnos de tener un buen abono, de poner las semillas que darán lugar al árbol, de regarlas y de que reciba los rayos de sol. Ahora veréis un tablero con los pasos necesarios para el crecimiento de un árbol. Cada paso representa diferentes temas relacionados con vuestra vida en familia. En cada grupo pequeño vais a ser expertos en un tema familiar y deberéis plantear acciones que podéis llevar a cabo como hijos e hijas y que ayudan a mejorar el tema que os ha tocado; esas acciones serán los ingredientes y los cuidados que ayudarán a que nuestro árbol familiar crezca fuerte y robusto.

A continuación se distribuye a los participantes en pequeños grupos de expertos, uno por cada dimensión. En cada grupo pequeño se deberán plantear acciones que favorezcan la dimensión familiar asignada. Una vez definidas las acciones, cada pequeño grupo de expertos irá colocando sus aportaciones sucesivamente en la dimensión correspondiente del tablero y las compartirá en gran grupo hasta que se llegue a la última fase de crecimiento del árbol.

En el caso de niños y niñas que no tengan suficiente dominio de la escritura, se recomienda configurar grupos heterogéneos en edad para que los niños y niñas con mayor dominio de la escritura tengan asignado el rol de secretario o secretaria del grupo pequeño y se encarguen de recoger y redactar las aportaciones de todos los miembros del pequeño grupo de expertos.

### **c. Conclusión**

Como conclusión se comentará que, al igual que el árbol necesita cuidados e ingredientes adecuados para crecer, la familia también. Como hijos e hijas, tienen responsabilidades y pueden llevar a cabo actuaciones que favorecen las relaciones positivas en la familia y que nos ayudan a sentirnos bien en ella. Para ilustrar los aprendizajes y las conclusiones, se pueden listar algunos de los ejemplos aportados por los propios participantes durante la actividad.



# Tablero «El árbol familiar de las fortalezas»

El uso de las tecnologías en casa



.....

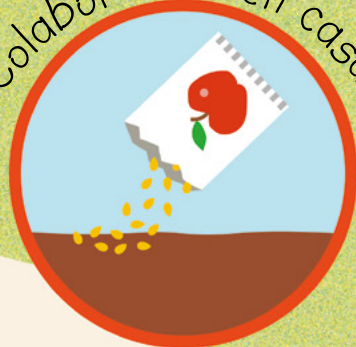
.....

.....

.....

.....

Colaboramos en casa



.....

.....

.....

.....

.....

Comidas en familia



.....

.....

.....

.....

.....





Nos

comunicamos bien en familia



Mostramos afecto en familia



Resolvemos problemas en familia



Nos

sentimos bien en familia





## Valoración y cierre de la sesión

Se concluye la sesión recordando los aprendizajes adquiridos a lo largo de las actividades. Los niños y niñas han podido identificar las actuaciones y las conductas que, como hijos e hijas, favorecen las relaciones positivas entre todos los miembros de la familia, y asimismo han podido ver que participar activamente en la familia les permite sentirse bien y consolidar su crecimiento personal. Para ello, es necesario buscar soluciones compartidas y que tengan en cuenta los intereses, las necesidades y los sentimientos de todos sus miembros. En definitiva, la familia es el lugar que les permite consolidar su crecimiento y su felicidad, por lo cual es necesario reflexionar sobre todo lo que pueden hacer para favorecer la convivencia y ayudar a establecer unas relaciones positivas entre todos los miembros de la familia.





# Sesión para familias

**Sentirse bien en familia** es una tarea compartida que implica la participación activa de los niños y niñas: que ellos sean reconocidos como agentes activos y de cambio en la dinámica familiar y que, a su vez, ellos reconozcan los elementos que necesitan los padres y madres para poder ejercer de forma adecuada la parentalidad, los cuales requieren el desarrollo de competencias que influyen en la manera en que perciben y ejercen su rol parental. De este modo, es importante crear espacios de aprendizaje destinados a generar sinergias para promocionar las responsabilidades y los derechos, así como los intereses, las necesidades y los sentimientos de todos los miembros de la familia, para el desarrollo de vínculos afectivos sanos, protectores y estables.

Por otra parte, la motivación para el cambio en padres y madres se ve influenciada en gran parte por la predisposición de sus hijos e hijas a realizar también esos cambios y mejoras en el ámbito familiar, y viceversa. Por lo tanto, incorporar espacios en que padres, madres, hijos e hijas experimenten conjuntamente los beneficios de ejercer la parentalidad positiva supone un aliciente para promover su predisposición a mejorar la convivencia familiar.

En esta sesión, las familias reflexionan sobre los derechos y responsabilidades de todos sus miembros para favorecer un entorno familiar positivo. Por último, se impulsa la motivación para el cambio a partir del testimonio de familias que han realizado el programa «Aprender juntos, crecer en familia» en ediciones anteriores.

## Sesión

### La familia crece en positivo

#### Objetivos

- Objetivo 1: Reflexionar en familia sobre los derechos y las responsabilidades de todos los miembros de la familia para garantizar un entorno familiar positivo
- Objetivo 2: Motivar a las familias para participar en el programa «Aprender juntos, crecer en familia» a partir de las experiencias de otras familias que han realizado el programa

#### Contenidos

- Contenido 1: La responsabilidad de todos los miembros de la familia para la creación de una dinámica familiar positiva
- Contenido 2: Testimonios de familias en relación con los beneficios que les ha aportado su participación en el programa

#### Actividades

- Actividad 1. Búsqueda del tesoro en familia
- Actividad 2. Juntos crecemos más

#### Materiales y recursos

- Ficha 1. Fichas de itinerario de cada grupo
- Ficha 2. Prueba 1. Ingredientes para una pizza familiar
- Ficha 3a. Instrucciones de la prueba 2. ¡Ordena y descubre!
- Ficha 3b. Material de la prueba 2. ¡Ordena y descubre!
- Ficha 4a. Instrucciones de la prueba 3. *Memory* familiar
- Ficha 4b. Material de la prueba 3. *Memory* familiar
- Ficha 5. Prueba 4. Encuestados
- Ficha 6a. Carta introductoria del tesoro
- Ficha 6b. «La familia, nuestro gran tesoro»
- USB: *APRENDER JUNTOS CAST*

## Fichas de itinerario de cada grupo

*A continuación las palabras escondidas en cada prueba*

**Grupo 1: Itinerario: Pruebas 1, 2 y 3**

Prueba 1: \_\_\_\_\_

Prueba 2: \_\_\_\_\_

Prueba 3: \_\_\_\_\_

**Grupo 2: Itinerario: Pruebas 3, 1 y 2**

Prueba 1: \_\_\_\_\_

Prueba 2: \_\_\_\_\_

Prueba 3: \_\_\_\_\_

**Grupo 3: Itinerario: Pruebas 2, 3 y 1**

Prueba 1: \_\_\_\_\_

Prueba 2: \_\_\_\_\_

Prueba 3: \_\_\_\_\_

Módulo motivacional  
Familias  
Actividad 1  
Búsqueda del tesoro en familia  
Ficha 1. Fichas de itinerario de cada grupo

**Prueba 4 Encuestados**

---

**Pregunta 1**

¿Qué vocabulario para poder entenderse en familia?

\_\_\_\_\_

---

**Pregunta 2**

¿Qué vocabulario para poder distinguir jergas en familia?

\_\_\_\_\_

---

**Pregunta 3**

Para poder afrontar los problemas en familia vocabulario apropiado: nombres \_\_\_\_\_

---

**Pregunta 4**

¿Se \_\_\_\_\_ así en buen momento para hablar y cuando bien en familia \_\_\_\_\_

---

**Pregunta 5**

Si descubrimos \_\_\_\_\_ o palabras familiares, entonces una familia más feliz.

---

Módulo motivacional  
Familias  
Actividad 1  
Búsqueda del tesoro en familia  
Ficha 5. Prueba 4.  
Encuestados

[illegible]


Módulo motivacional  
Familias  
Actividad 1  
Búsqueda del tesoro en familia  
Ficha 2. Prueba 1. Ingredientes para una pizza familiar

### Carta introductoria del tesoro

Estimadísimo Habiéis logrado abrir todos los productos de este viaje en Buenos Aires. Seguramente habréis leído, contemplado y fotografiado en este viaje muchas cosas. Es natural haber leído muchas cosas que os hacen felices y que os ayudan a mejorar. Pero hay una en especial que deslata por encima de todas las demás y es: **la prosperidad interior del todo los viajeros que desean dejar de suavidos.**

Esta cosa material que se encuentra en el interior de cada uno de nosotros es la que nos ayuda a mejorar y a aprender; pero para ello es necesario tener los sentidos y sentimientos adecuados.

*(Es así de qué se trata)*



Módulo motivacional  
Familias  
Actividad 1  
Búsqueda del tesoro en familia  
Ficha 6a. Carta intro-  
ductoria del tesoro  
Ficha 6b. «La familia,  
nuestro gran tesoro»

**Instrucciones de la prueba 2**  
**Ordena y descubre!**

En esta prueba se te presenta una sucesión de  
símbolos desordenados que representan un momento  
familiar cotidiano.

Muestrame cómo en esta prueba se ordenan los  
símbolos para poder acceder a la prueba que en ellas  
se oculta... ¡Pásala encantado!

Módulo motivacional  
Familias  
Actividad 1  
Búsqueda del tesoro en familia  
Ficha 3a. Instrucciones de la prueba 2. ¡Ordena y descubre!  
Ficha 3b. Material de la prueba 2. ¡Ordena y descubre!



Fundación "la Caixa"

Aprender  
juntos,  
crecer en  
familia  
Videos  
e historias  
animadas

CaixaProInfancia

Módulo motivacional  
Familias  
Actividad 2  
Juntos crecemos más  
USB: *APRENDER JUN-  
TOS CAST*

Módulo motivacional  
Familias  
Actividad 1  
Búsqueda del tesoro en familia  
Ficha 4a. Instrucciones de la prueba 3. *Memory* familiar  
Ficha 4b. Material de la prueba 3. *Memory* familiar

## Desarrollo de la sesión

En esta sesión, las familias reflexionarán sobre los derechos y las responsabilidades de todos sus miembros para garantizar un entorno familiar positivo. A continuación, mediante testimonios de la experiencia de otras familias que han participado en el programa «Aprender juntos, crecer en familia», se promoverá su motivación para que también asuman el compromiso de participar en él.

### Actividad 1

#### Búsqueda del tesoro en familia

Búsqueda del tesoro

35 minutos

Objetivo 2

Contenido 2

#### a. Introducción

En esta actividad, se invita a las familias a reflexionar sobre los derechos y las responsabilidades de todos los miembros para garantizar un entorno familiar positivo, todo ello mediante un circuito de pruebas que deben resolverse conjuntamente en familia.

#### b. Desarrollo

Para esta actividad, se plantea la búsqueda de un tesoro articulada en cuatro pruebas: las tres primeras se resuelven en grupos pequeños y la última prueba se resuelve en gran grupo. El objetivo es conseguir las cinco palabras escondidas en las diferentes pruebas para poder llegar al tesoro.

- **Prueba 1. Ingredientes para una pizza familiar.** Esta prueba plantea una receta con ingredientes que corresponden a elementos que favorecen las relaciones positivas en la familia. El reto consiste en ordenar las letras de los ingredientes para poder descifrar las tres palabras escondidas: *comunicación*, *amor* y *sentimientos* (ficha 2).
- **Prueba 2. ¡Ordena y descubre!** Para esta prueba se presenta al grupo una secuencia de viñetas desordenadas que corresponden a una situación familiar cotidiana. El objetivo de la prueba es ordenar la secuencia de las viñetas para poder acceder a la palabra escondida: *juego* (fichas 3a y 3b).



- **Prueba 3. Memory familiar.** El objetivo de esta prueba es obtener las siete parejas de dibujos, los cuales esconden letras que dan lugar a una palabra escondida. Para ello, se disponen en una superficie plana las 14 cartas boca abajo; cada persona participante deberá dar la vuelta aleatoriamente a una carta y luego a otra. Si se trata del mismo dibujo, las cartas quedan orientadas boca arriba; si no es el mismo dibujo, las cartas deberán ser dispuestas nuevamente boca abajo. Cuando se obtienen todas las parejas, las personas participantes deberán ordenar las letras obtenidas para conseguir la palabra escondida: *comidas* (fichas 4a y 4b).
- **Prueba 4. Encuestados.** Una vez que todas las personas participantes han completado las tres pruebas anteriores y han obtenido las cinco palabras escondidas, se reúnen para completar en gran grupo la última prueba, la cual les dará acceso al tesoro. Para esta prueba, se plantea una encuesta de cinco preguntas o frases para completar al gran grupo (ficha 5). La persona dinamizadora deberá lanzar cada pregunta o frase a las familias y la respuesta corresponde a una de las cinco palabras descifradas en las pruebas anteriores. Para esta actividad es importante que las familias dispongan de la tarjeta o cartón con todas las palabras encontradas.
- **Encuentro del tesoro. ¡La familia, qué gran tesoro!** Después de completar la prueba 4, las familias podrán obtener el tesoro. Para ello se presentará al grupo una carta que introduce el tesoro (ficha 6a). Una vez que se ha leído la carta en gran grupo, las familias podrán abrir la caja a la vez y descubrir el tesoro que contiene, el cual es un cartel que incluye el siguiente mensaje: «La familia, nuestro gran tesoro» (ficha 6b).

Para iniciar la búsqueda del tesoro, cada una de las pruebas deberá distribuirse en una estación independiente en el espacio del aula y cada estación deberá contar con las instrucciones y los materiales de la prueba en cuestión (fichas 2, 3a, 3b, 4a, 4b y 5). Para iniciar la búsqueda del tesoro, se presentará a las familias el siguiente enunciado:

- En esta actividad buscaremos el tesoro en familia. Os embarcaréis en un viaje de pruebas y retos que deberéis resolver en equipo. Las pruebas esconden palabras relacionadas con aspectos que nos ayudan a sentirnos bien en familia y que hemos trabajado en las actividades anteriores. Vuestra misión será descifrar las cinco palabras escondidas en las tres pruebas para poder llegar al tesoro.

Seguidamente se distribuye el gran grupo en tres grupos pequeños de familias, los cuales deberán pasar por las tres pruebas distribuidas en el aula. Para ello, se ofrece a cada

grupo pequeño una ficha en la que encontrará un itinerario —cada grupo con uno diferente para evitar que más de uno coincida en una misma prueba— y un espacio para anotar las palabras descifradas en cada prueba (ficha 1).

### **c. Conclusión**

Se concluye la actividad comentando que la familia es nuestro gran tesoro, ya que nos ayuda a crecer, a disfrutar y a sentirnos bien con nosotros mismos y en familia. Para ello, es necesario tener en cuenta los ingredientes que nos ayudarán a hacer de la familia un ámbito en el que disfrutar, sentirnos bien y ser felices. Algunos ya los habrán descubierto en las actividades anteriores, pero hay otros beneficios que van a descubrir en las diferentes actividades del programa «Aprender juntos, crecer en familia».



# Fichas de itinerario de cada grupo

Anota abajo las palabras escondidas en cada prueba

Grupo 1. Itinerario. Pruebas 1, 2 y 3

Prueba 1 .....

Prueba 2 .....

Prueba 3 .....

Grupo 2. Itinerario. Pruebas 3, 1 y 2

Prueba 1 .....

Prueba 2 .....

Prueba 3 .....

Grupo 3. Itinerario. Pruebas 2, 3 y 1

Prueba 1 .....

Prueba 2 .....

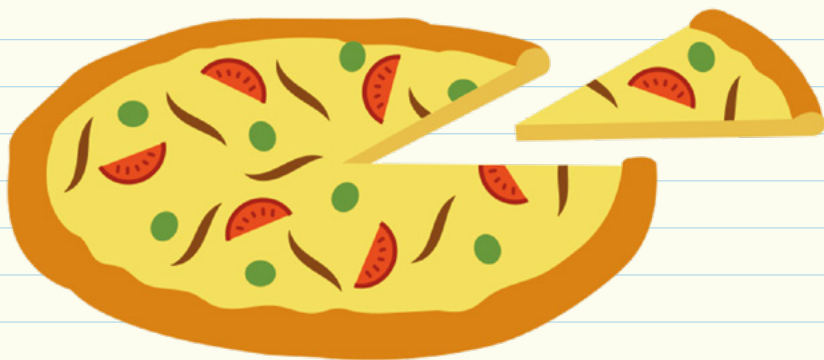
Prueba 3 .....

# Prueba 1.

## Ingredientes para una pizza familiar

Para poder hacer nuestra pizza familiar necesitamos la masa y unos buenos ingredientes para que esté sabrosa. Empezamos amasando nuestra masa y luego añadimos tomate frito, orégano y mozzarella. Una vez que tenemos nuestra base es el momento de añadir lo más importante: ¡los ingredientes para nuestra pizza familiar! ¿Podréis descubrir cuáles son?

- 150 g de NÓICACINUMOC
- 200 g de ARMO
- y una buena dosis de SOTNEIMITNES



# Instrucciones de la prueba 2.

## ¡Ordena y descubre!

En esta prueba se os presenta una secuencia de viñetas desordenadas que representan un momento familiar cotidiano.

Vuestra misión en esta prueba es ordenar las viñetas para poder acceder a la palabra que en ellas se esconde... ¿Podréis encontrarla?





## Instrucciones de la prueba 3.

### Memory familiar

Para esta prueba vais a necesitar mucha memoria. Delante de vosotros tenéis 14 cartas puestas boca abajo. Cada una contiene un dibujo y hay una pareja con el mismo. Cada jugador deberá dar la vuelta aleatoriamente a una carta y luego a otra. Si se trata del mismo dibujo, las cartas quedan orientadas boca arriba; si no, las cartas deberán ser puestas de nuevo boca abajo. El objetivo es encontrar todas las parejas.

Aun así, no es todo tan fácil... Una vez que logréis encontrar todas las parejas de cartas se os plantea otro reto y es que cada pareja esconde una letra que os llevará a una de las palabras escondidas en esta búsqueda del tesoro... ¿Lograréis descifrarla?

# Prueba 3. Memory familiar









# Prueba 4. Encuestados

Pregunta 1

¿Qué necesitamos para poder entendernos en familia?

Pregunta 2

¿Qué necesitamos para poder disfrutar juntos en familia?

Pregunta 3

Para poder afrontar los problemas en familia necesitamos expresar nuestros .....

Pregunta 4

Las ..... son un buen momento para hablar y pasarlo bien en familia.

Pregunta 5

Si demostramos ..... a nuestros familiares, seremos una familia más feliz.

# Carta introductoria del tesoro

¡Enhorabuena! Habéis logrado superar todas las pruebas de este viaje en busca del tesoro. Seguramente habréis reído, compartido y logrado superar en equipo muchos retos. En nuestra vida tenemos muchas cosas que nos hacen felices y que nos ayudan a mejorar. Pero hay una en especial que destaca por encima de todas las demás y se encuentra en el interior del cofre del tesoro que tenéis delante de vosotros...

Esta cosa misteriosa que se encuentra en el interior de este cofre nos hace felices y nos ayuda a mejorar y a aprender, pero para ello es necesario darle los cuidados e ingredientes adecuados.

¿Ya sabéis de qué se trata?



# «LA FAMILIA, NUESTRO GRAN TESORO»



## Actividad 2

### Juntos crecemos más

Vídeo de testimonios

Trabajo en gran grupo

15 minutos

Objetivo 1

Contenido 1

#### a. Introducción

La finalidad de esta actividad es motivar a las familias para que participen en el programa «Aprender juntos, crecer en familia» a partir de las experiencias de otras familias que también han realizado el programa. Para ello, se visualizará un vídeo en el cual aparecen los testimonios de familias que explican su experiencia en el programa. Previamente se introducirá a las familias participantes en el contenido del vídeo comentando que todas las familias experimentan retos que afectan a la dinámica familiar, pero que todos y todas tenemos la oportunidad de identificar las fortalezas y los elementos de mejora que nos permitan contribuir a ella de forma positiva, tal como verán en el próximo vídeo, en el cual aparecen los testimonios de familias que nos cuentan su evolución después de su paso por el programa «Aprender juntos, crecer en familia». Es importante hacer hincapié en que se trata de familias reales, no de actores o actrices, que nos explican y comparten su experiencia.

Por otra parte, se anticipará a las familias que después de la visualización del vídeo se iniciará un espacio de debate y reflexión en gran grupo sobre el mismo.

#### b. Desarrollo

La actividad se inicia con la visualización del vídeo con testimonios de familias que han participado en el programa «Aprender juntos, crecer en familia», en el cual comparten los principales retos familiares con los que se encontraron, cómo han logrado resolverlos a partir de su participación en el programa y el impacto que este ha tenido en la convivencia familiar.

Tras la visualización del vídeo, se plantea a las familias las siguientes preguntas para fomentar la conexión entre la experiencia propia y el contenido del vídeo, así como para identificar las áreas potenciales de aprendizaje y de mejora que se deben trabajar a partir del programa:

1. ¿Qué experiencias de las que aparecen en el vídeo son similares a las vuestras?
2. ¿Qué aspectos os gustaría mejorar de vuestra vida en familia?
3. ¿En qué os puede ayudar a nivel familiar participar en el programa?



Mientras las familias realizan sus aportaciones, la persona dinamizadora las anotará en un espacio visual al alcance de todas las personas participantes (pizarra, papelógrafo, mural, etc.). Por otra parte, durante el espacio de reflexión en gran grupo, es importante que la persona dinamizadora garantice el equilibrio en la participación de padres, madres, hijos e hijas. Es importante que todas las personas se sientan escuchadas. Esta sesión nos permitirá, como personas dinamizadoras del programa, conocer los retos que se plantean las familias y sus expectativas respecto al programa.

### **c. Conclusión**

Se concluirá la actividad haciendo hincapié en que todas las familias pueden presentar retos y dificultades en su día a día que pueden afectar a la dinámica familiar, tal como han podido observar en las familias del vídeo. Aun así, todos y todas tenemos la oportunidad de marcarnos metas de aprendizaje que nos ayuden a contribuir positivamente al bienestar de nuestra familia.

## **Valoración y cierre de la sesión**

Se concluirá la sesión haciendo hincapié en que la parentalidad positiva vela por contribuir positivamente a la dimensión familiar. Todos los miembros de la familia (padres, madres, hijos e hijas) tienen una responsabilidad compartida y un compromiso negociado para procurar que la familia sea un espacio en el que sentirse bien y garantizar un desarrollo pleno y positivo.

La parentalidad plantea desafíos que se deben abordar en el ámbito familiar. Todas las familias se enfrentan diariamente a diversos retos y dificultades; lo importante es encontrar espacios para analizar y comprender la situación, valorar los recursos y estrategias de los que disponemos y pensar en la mejor manera de actuar de acuerdo con las necesidades, los intereses, los sentimientos y el bienestar de todos los miembros de la familia.

A continuación se introducirá brevemente el objetivo principal del programa «Aprender juntos, crecer en familia», el cual se centra en potenciar el desarrollo de las capacidades de los padres y madres en el cuidado y la educación de sus hijos e hijas. Todo ello, mediante sesiones grupales en las que aprenderán a contribuir al bienestar familiar mediante el afecto, la comprensión y la comunicación. Por último, se les dará las gracias por su participación, así como también la bienvenida al programa «Aprender juntos, crecer en familia».



Tipos de papel utilizados en esta publicación.

Papel de la cubierta:

Vandia, cartulina gráfica FSC de 200 g

Papel interior:

Navigator, ófset blanco FSC de 100 g

Estos papeles provienen de bosques regenerados de forma sostenible.



Fundación "la Caixa"