

A colorful illustration of a family of four holding a large white sign. On the left, a man with dark hair and a blue plaid shirt holds the top left corner. On the right, a woman with long brown hair and a red dress with white polka dots holds the top right corner. In the bottom left, a young girl with dark hair in a ponytail, wearing a red dress with a yellow striped sleeve, holds the bottom left corner. In the bottom right, a young boy with brown hair, wearing a yellow and blue striped shirt, holds the bottom right corner. A small white dog with brown spots is sitting next to the boy. The background is a textured teal color.

# INTERVENCIÓN VINCULAR en SISTEMAS FAMILIARES

Con niñas y niños preescolares  
y escolares en situación  
de vulneración de derechos



Opción

Por los derechos de los niños y niñas

# INTERVENCIÓN VINCULAR en SISTEMAS FAMILIARES

Con niñas y niños preescolares  
y escolares en situación  
de vulneración de derechos



**Opción**  
Por los derechos de los niños y niñas

## **INTERVENCIÓN VINCULAR EN SISTEMAS FAMILIARES**

Con niñas y niños preescolares y escolares  
en situación de vulneración de derechos

**Corporación OPCIÓN**

Carlos Justiniano 1123 | Providencia, Santiago, Chile.  
[www.opcion.cl](http://www.opcion.cl)

**Textos:** Alicia Cruzat

**Edición:** Catalina Lastarria

**Ilustraciones:** Marcelo Baeza

© 2012 Corporación OPCIÓN

ISBN 978-956-8112-15-8

Registro de Propiedad Intelectual: 213754

### **Derechos reservados.**

Ninguna parte de esta publicación podrá ser reproducida, almacenada o transmitida en cualquier forma o medio: electrónico, mecánico, óptico o químico, incluidas las fotocopias, sin previa autorización expresa y escrita del editor.

Impreso en Imprenta LOM.

# Índice

## **Prólogo**

Página 5

## **Presentación y Fundamentación**

Página 7

## **Descripción general del Taller**

Página 12

## **Sesión 1**

### **Mejorando la relación con mi hijo(a)**

Página 20

## **Sesión 2**

### **El hijo que fui y el padre que quiero ser**

Página 34

## **Sesión 3**

### **¿Cómo es mi hijo(a)?**

Página 42

## **Sesión 4**

### **¿Cómo soy realmente como padre? Parte I**

Página 52

## **Sesión 5**

### **¿Cómo soy realmente como padre? Parte II**

Página 62

## **Sesión 6**

### **Poner en palabras lo que sucede**

Página 70

## **Sesión 7**

### **¡Me la voy a jugar por mi hijo(a)!**

Página 80

## **Sesión 8**

### **Mi compromiso por mejorar la relación con mi hijo(a)**

Página 90



# Prólogo

El principal desafío que subyace a la multiplicidad de ciencias, áreas y dominios del conocimiento que se centran en el ser humano, radica en buscar la respuesta a tres tipos de preguntas (Mahoney, 1991):

- 1) ¿Pueden los seres humanos cambiar?;
- 2) ¿Cuáles son los mecanismos que operan en los procesos de cambio humano?
- 3) ¿Pueden los seres humanos hacer a otros seres humanos cambiar?

Con respecto a la primera pregunta, la experiencia cotidiana y cultural nos muestra que los seres humanos sí son capaces de modificar sus patrones de comportamiento/pensamiento/experiencia. Sin embargo, la evidencia ha demostrado que, por un lado, estos procesos de cambio son más restringidos y acotados en relación a lo que las personas desearían, o a lo que muchos modelos o filosofías prometen (Oyama, 2000). En segundo lugar, la tasa e intensidad del cambio depende del momento evolutivo de la persona, confirmándose la Hipótesis de la Sensibilidad del Ambiente (Bowlby, 1973) que postula que a menor edad, mayor flexibilidad y plasticidad en el cambio (en todos los niveles).

En el caso de la segunda y tercera pregunta, se pueden abordar desde dos aproximaciones diferentes. Primero, entender que solo la explicitación de mecanismos de tipo neurobiológico, genético, mental, social, etc., podrá conducir a una verdadera comprensión de los procesos de cambio humano (Bolton & Hill, 2004). Esta aproximación esencialmente empírica ha dado interesantes frutos en diversas áreas del conocimiento humano, aunque no necesariamente traducibles a la ayuda concreta de las personas. La segunda aproximación plantearía que en el fondo, ambas preguntas se responden mutuamente. Es decir, que el mecanismo de cambio de las personas son las relaciones afectivas con otras personas (Lecannelier, 2009). Dado que el ser humano es un ser intrínsecamente social e intersubjetivo, los procesos de cambio de una persona siempre estarán inextricablemente conectados con las acciones, intenciones, comunicaciones de otras personas, debido a un proceso evolutivo de millones de años de haber desarrollado mecanismos psico-sociales para estar con los otros (estando a su vez con uno mismo). (Blaffer Hrdy, 2011).

Esta segunda alternativa es bien interesante, ya que ha podido ser demostrada empíricamente a nivel de la psicoterapia de adultos (Roth & Fonagy, 2005), de niños (Weisz & Kazdin, 2010), y de la implementación de programas de intervención a mayor escala en niños (Shonkoff, Meisels, & Zigler, 2000). Es decir, que no son los programas, modelos y teorías, en sí mismo lo que genera la efectividad y eficacia de las ayudas que podemos hacer, sino que son "las otras personas" el principal mecanismo de cambio en el ser humano.

Todo lo anteriormente dicho, se aplica con mayor fuerza en el caso de todos los programas de intervención destinados a fomentar un apego seguro, vínculos familiares saludables, parentalidad positiva, entre otros, debido principalmente al hecho de que en este tipo de intervenciones el

mecanismo de cambio es la relación afectiva que se establece entre los hijos y sus padres, los padres y el terapeuta, el niño y el terapeuta, y la familia con toda la comunidad (Lieberman & Van Horn, 2008). Es decir, que se ha demostrado que aquellas intervenciones que buscan fortalecer la calidad de la relación afectiva al interior de la familia, suelen ser las más efectivas, especialmente en el caso de familias vulnerables/das y de alto riesgo psicosocial (Berlin, Zeanah, & Lieberman, 2008; van Ijzendoorn, Bakerman-Kranenburg, & Juffer, 2005). Más aún, la tendencia actual en lo que a intervención con familias y niños vulnerados en sus derechos ha demostrado es que, a diferencia de lo que se pensaba anteriormente, si es posible trabajar de un modo exitoso con estos cuidadores, pero dependiendo siempre de la calidad del compromiso, seguridad, empatía, continuidad, predictibilidad y seriedad del profesional facilitador (Zeanah, Berlin, & Boris, 2011).

Pienso que este es justamente el presupuesto nuclear de la propuesta que el equipo de la **Corporación OPCIÓN** presenta al elaborar este interesante manual de intervención titulado **Intervención Vincular en Sistemas Familiares**. Su oferta sobre fortalecer los factores protectores, contrarrestar los factores de riesgo, interviniendo específicamente en las competencias de los cuidadores principales y en sus hijos, está en absoluto acorde y sintonización con lo que la evidencia demuestra que son los mejores programas preventivos en parentalidad y apego. Del mismo modo, el uso de una metodología didáctica y variada, que incluye diversos materiales y modalidades de intervención, tanto para el relator como para la familia, proporciona un plus muy interesante a esta propuesta de intervención. Más aún, el hecho de que el propio taller siempre incluya un sistema de evaluación en las etapas pre y post-intervención le suma un valor agregado a la búsqueda de evidencia sobre la eficacia y eficiencia de este programa.

Considero un importante avance para la promoción en la infancia en los países de habla hispana que se publique un manual de intervención de este tipo, el que viene a reforzar la tendencia actual sobre la búsqueda de programas de intervención manualizados, sistemáticos, prácticos y coherentes con los enfoques actuales del desarrollo (Lecannelier, 2007; Lecannelier et al., 2010a; Lecannelier, Flores, Hoffmann, & Vega, 2010b). Es justamente este tipo de intervenciones lo que posibilita un cambio desde la noción abstracta de los derechos del niño hacia una ayuda real que les posibilite un desarrollo integral sano e integrado.

La propuesta de la **Corporación OPCIÓN** es de los mejores programas que me ha tocado observar.

Felipe Lecannelier A.

Enero del 2012

# Presentación

El presente documento corresponde a la manualización del Taller Vincular **Mejorando la relación con mi hijo(a)** implementado en Programas PIB de la Corporación OPCIÓN.

En su estructura el libro consta de una Guía para el relator y Cartillas para los padres. Además contiene un CD con las presentaciones del taller y los materiales necesarios para su implementación.

La Guía del relator es el documento central del libro, ya que en ella se ha contenido el marco contextual, los fundamentos teóricos y técnicos, y el diseño metodológico de los talleres, de manera que profesionales y/o técnicos del ámbito psicosocial puedan replicar la experiencia en su quehacer laboral.

# Fundamentación

## Programas PIB

Los Programas PIB de la Corporación OPCIÓN abordan, desde un enfoque preventivo focalizado, la situación de niños y niñas que viven vulneración de derechos. Estas situaciones, de carácter menos grave y leve, afectan la integridad física y psíquica de niños y niñas. Ejemplos de estas vulneraciones de derechos son la violencia intrafamiliar no constitutiva de delito, el maltrato psicológico, la pre deserción escolar, entre otras.

Las dificultades en el ejercicio del rol parental es uno de los problemas más frecuentes en los sistemas familiares de niños y niñas atendidos. Los factores de riesgo para niños y niñas presentes en dichos sistemas familiares, se asocian a la dificultad parcial del ejercicio del rol protector, dinámicas violentas, baja escolaridad, desempleo o condición laboral precaria y baja participación en redes sociales. Entre los factores protectores se reconocen, motivación por modificar pautas de crianza y cuidado favorables para niños y niñas, compromiso y participación en el proceso de intervención y reconocimiento de espacios protectores como, por ejemplo, la escuela.

En este marco, se entiende por prevención focalizada, el fortalecer los factores protectores o contrarrestar los factores de riesgo específicos de los sistemas familiares intervenidos, reconociendo sus propias particularidades de forma de potenciarlas. Esta focalización, por tanto, considera las características propias de la situación de vulneración como es el grupo etario de niños y niñas a intervenir, así como las competencias y habilidades que el adulto o cuidador principal desarrollará durante la intervención, entre otros.

La metodología de trabajo busca intervenir con el cuidador principal (adulto responsable), con el niño(a) víctima de vulneración de derechos, en la relación entre ambos y en el contexto en que esta relación se da (familia y comunidad).

## **La Convención sobre los Derechos del Niño**

La intervención en el contexto familiar, constituye uno de los focos fundamentales de trabajo desde un enfoque de derechos. Desde este enfoque se entiende “la familia como un derecho y como un espacio para el ejercicio de los derechos”.

En la Convención sobre los derechos del Niño (CDN), los artículos 9, 18 y 27, reconocen el derecho de todo niño(a) a crecer y desarrollarse en su familia y a vincularse con ésta cuando se encuentran separados. De esta forma, se reconoce que la socialización primaria de niños y niñas debe ocurrir de forma primordial en su entorno familiar. Esto supone la participación activa de niños y niñas en las decisiones respecto de su vida actual y futura.

Se entenderá por familia todas aquellas personas que comparten lazos consanguíneos y/o vínculos afectivos significativos, conformando un grupo dentro del cual cada uno se identifica como un miembro de ella y reconoce a los otros como parte de ella. Es fundamental en la concepción de familia, la influencia y aporte que la transgeneracionalidad tiene en los procesos internos, ya que es a partir de las experiencias que cada persona tuvo en su familia que construye su visión de la misma, los roles, tareas, entre otros.

La CDN es profundamente respetuosa de la relación Niño – Familia - Estado, enfatiza el rol de las políticas sociales básicas y de protección de la niñez y la familia, limitando la intervención tutelar del Estado a una última instancia, sólo cuando han fallado los esfuerzos de la familia y los programas sociales generales (Cillero, 1998); es así como una intervención de esta índole, debe ser respetuosa de los procesos particulares, tendiendo al desarrollo y potenciando las propias capacidades o recursos de sus integrantes, en este caso de los cuidadores principales.

## **Enfoque Vincular y de Apego**

Bolwby, en los años sesenta del siglo XX, observó sistemáticamente la conducta de niños y niñas frente a la separación de su cuidador principal o frente a condiciones o estímulos ambientales que, se dedujo, estaban facilitados filogenéticamente para generar temor, como lo son el caso de la oscuridad, el acercamiento de un extraño, etc. (Bolwby, 1973). De estas observaciones, propuso la existencia de un sistema motivacional básico denominado de “Apego”.

Este sistema motivacional impulsaría a las personas a desarrollar y establecer vínculos afectivos duraderos, y activaría particulares conductas en la búsqueda de seguridad y regulación del estrés en el contacto con el otro (Lecannelier, 2007).

A partir de estas observaciones, se inició un amplio campo de investigación empírica centrada en la acumulación de evidencia que permitiera comprender la configuración de conductas de apego que los niños(as) presentaban, su conexión con la configuración de conductas de cuidado que presentaban sus madres (o cuidador principal), y las diversas manifestaciones sintomáticas o patológicas derivadas de estos escenarios en el curso de desarrollo de esos niño(a)s (Cicchetti, 2006).

Se plantea que la oferta relacional del cuidador hacia el infante, exige la elaboración de una estrategia adaptativa por parte de éste. Si los padres o cuidadores regulan las activaciones y respuestas de estrés del bebé, este genera un patrón de apego específico con dicho cuidador.

Si el cuidado materno (o su sustituto) es sensible a las necesidades del niño(a), es decir si detecta y responde adecuada y contingentemente a sus desregulaciones, posibilita que éste desarrolle capacidades de autorregulación afectiva en el futuro (Shore, 2002 en Lecannelier 2006).

Cuidados menos sensibles generan estrategias evitativas o ambivalentes de adaptación relacional. La primera implica la generación de un patrón de inhibición afectiva en el niño o niña y la segunda, contrariamente, un patrón de desinhibición (Cantón y Cortés, 2000).

Contextos más disfuncionales generan patrones más graves de vinculación, como lo son los apegos desorganizados y los trastornos reactivos del apego. Cada uno de ellos se asocia a particulares consecuencias psicopatológicas en las trayectorias de desarrollo de niños y niñas (Rygaard, 2008; Lyons-Ruth, 2004).

Los vínculos afectivos desarrollados en la primera infancia operan posteriormente en las personas a través de estructuras cognitivo/afectivas llamadas "Modelos operantes de apego" (Bowlby, 1980). Estos modelos constituyen mapas epistémicos para conocer el mundo, los otros y el sí-mismo, y por tanto regulan o median la experiencia posterior del individuo (Fonagy y Target, 1997). Para Bowlby, el ser humano nunca deja de estar apegado a otros: "La conducta de apego es característica de los seres humanos desde la cuna hasta la tumba" (Bowlby, 1979, pp.129).

Por otra parte, los enfoques denominados "intersubjetivos" dan un giro paradigmático en la psicología del desarrollo infantil. Se entiende intersubjetividad como "la capacidad de comunicarse, coordinarse y sintonizarse afectivamente con los otros, a través de procesos preverbales y verbales, de un modo diferente que con los objetos" (Lecannelier, 2007).

## Intervención Vincular

Por intervención en primera infancia, entenderemos las diversas modalidades de intervención y evaluación destinadas a prevenir e intervenir toda serie de problemas psicosociales, afectivos y físicos que puedan ocurrir desde el embarazo hasta los tres a cuatro primeros años de vida del infante.

Este corte etario se fundamenta en evidencia psicológica y neurobiológica que da cuenta de cómo en este período se desarrollan los principales circuitos neuronales asociados, no sólo a las condiciones biológicas y fisiológicas básicas, sino también a la funcionalidad emocional y relacional, claves para el adecuado desenvolvimiento psicológico del niño(a) en su desarrollo y evolución futura.

*“Los primeros ocho años de la vida del niño(a) son fundamentales, especialmente los tres primeros años, que son la base de la salud, el crecimiento y del desarrollo en el futuro. Durante este período los niño(a)s y niñas aprenden más rápidamente que en cualquier otra época. Los recién nacidos y niño(a)s de corta edad se desarrollan con mayor rapidez y aprenden más rápidamente cuando reciben amor y afecto, aliento y estímulos mentales, así como alimentos nutritivos y una buena atención en salud” (UNICEF 2002).*

Ya en la gestación, por ejemplo, el mundo representativo que los padres se hacen de sus bebés, sumado a las de ellos como padres, cumplen un papel importante en determinar el carácter de la relación que mantienen o mantendrán efectivamente con sus hijo(a)s. Existe numerosa investigación que pone a prueba estos constructos y su valor predictivo respecto de la salud mental del infante, y la calidad de los vínculos que establece con sus cuidadores principales (Taskin y Okman 2004; Pajulo, Helenius y Mayes, 2006).

Por otra parte, la complejidad de las dinámicas familiares y sociales que sostienen la diada madre (cuidador) - hijo han requerido la incorporación de nuevos elementos conceptuales (Fivaz-Depeursinge, 1999; Kretchmar y Jacovitz ,2002; Cowan, 1997). Así por ejemplo, la Teoría de Sistemas se ha venido incorporando progresivamente a los mapas conceptuales de la teoría del apego y de los enfoques de intersubjetividad.

Como síntesis, el trabajo de intervención con niños y niñas infantes o preescolares se fundamenta en su potencial preventivo y promocional: *“La niñez es un período muy importante para prevenir los desórdenes mentales y para promover el desarrollo mental y físico...es lógico intentar intervenir de un modo muy temprano en las vidas de los niño(a)s, antes que los problemas se conviertan en rasgos estables de la persona” (DHHS en Lecannelier, F. 2007).*

Dado el impacto del vínculo temprano en el desarrollo normativo posterior del niño y la niña, la intervención en los estilos vinculares de las díadas padres-hijo(a)s, se constituye en la estrategia fundamental de intervención en pos de favorecer los factores protectores de sistemas familiares con niños y niñas preescolares que viven situaciones de vulneración de derechos.

Es relevante señalar, para los efectos del presente Taller, que la complejidad del desarrollo humano ofrece múltiples alternativas y/o caminos de intervención. Ello implica que, si bien esta etapa de desarrollo es clave y ofrece un momento privilegiado en términos costo-efectivos de trabajo, no es determinista respecto del desarrollo futuro de lo niños y niñas.

# Descripción general del Taller

## Objetivo General

- Mejorar indicadores vinculares de díadas padres-hijos preescolares y escolares en situación de vulneración de derechos.

## Objetivos Específicos

- Mejorar, en una evaluación antes –después, indicadores vinculares en juego libre con juguetes en las díadas padres-hijos intervenidos.
- Mejorar, en una evaluación transversal durante la implementación del taller, la apreciación subjetiva de cada padre respecto de la calidad vincular sostenida con su hijo(a).

## Metodología de la Intervención

El presente taller utiliza la modalidad de taller grupal. Las premisas tras esta metodología de trabajo son:

- **Co-construcción del conocimiento, generar un espacio participativo:** si bien el relator ofrece información y la oportunidad de acceder a conocimientos específicos sobre el desarrollo funcional durante la primera infancia, este se va entretrejiendo desde la conversación entre los padres y el relator, de tal manera que lo que surja devenga de la sinergia o encuentro entre todos los participantes del taller.
- **Respetar las diferencias individuales para cada actividad (dar alternativas):** si bien existe un formato general para cada actividad, es importante estar atento a las posibles necesidades o condiciones particulares de cada participante y adecuar la actividad a esa realidad.
- **Los padres poseen recursos y fortalezas;** confiar en sus capacidades; posibilidad de replicar las buenas prácticas: el conocimiento también surgirá de la interacción ENTRE LOS PADRES, por lo tanto es fundamental que el relator permita y de tiempo a estas interacciones y participe de ellas como mediador en la dirección del objetivo planeado para cada sesión. La aceptación incondicional de cada participante debe comunicarse explícitamente sin desmedro que podría no estarse de acuerdo con los contenidos de sus aportes o expresiones.

- **Instructores como facilitadores y organizadores del conocimiento que se co-construye:** si bien el relator propone ideas y caminos desde su expertice, es fundamental que esté abierto a la experiencia de cada participante, la valore y reconozca su potencial funcional. Más que corregir aquello que pudiera dirigirse a una relación poco saludable deben AMPLIFICARSE aquellos recursos que surgen espontáneamente de las historias y que SIEMPRE aparecen. Si la experiencia de los participantes devela situaciones que pone al niño o niña en “riesgo” inminente, debe explicitarse la urgencia de detener dicha situación señalando el daño que genera en el niño(a).
- **El grupo es capaz de contenerse a sí mismo:** ante momentos de intensidad emocional, no sobre intervenir. Permitir que el grupo desarrolle sus propias estrategias de contención. Para ello intervenciones del tipo: “Alguien podría hacer o decir algo que ayudara a este papá a sentirse mejor”, son favorecedoras de este proceso. La premisa fundamental del taller es que “una vinculación saludable” es un factor protector fundamental para el desarrollo integral de las personas. Esto también debe favorecerse en la relación ENTRE los papás participantes.
- **La importancia de evaluar antes después:** una premisa de trabajo es evaluar pre-post taller, indicadores vinculares definidos previamente. Esto permite otorgar validez al proceso de intervención realizado.
- **El facilitador debe tener competencias teóricas y prácticas:** teóricas respecto de Teoría del Apego y prácticas en términos del manejo de grupos en general y de dinámicas familiares en particular. Igualmente, debe administrar adecuadamente el tiempo que debe destinarse a los diálogos y el tiempo que debe destinarse al proceso lectivo durante cada jornada del taller. Se sugiere que una dupla profesional guíe el trabajo, estando uno de ellos a cargo del proceso y el otro apoyando y colaborando con él.

## **Materiales de apoyo**

Cada sesión cuenta con una guía diseñada para el relator, una cartilla diseñada para cada padre y un archivo en powerpoint (PPT) de apoyo al trabajo.

Igualmente, se requerirá de otros materiales que se señalarán en la descripción de cada sesión.

## Infraestructura

Se requiere una sala cómoda con sillas para cada padre ubicadas en círculo, un telón y data show.

## Perfil de ingreso al Taller

- Madres y padres de sistemas familiares con niño(a)s o niñas preescolares y escolares que presenten vulneración de derechos resultantes de negligencia parental de carácter leve o moderado.
- Por madre o padre se entiende la figura del cuidador principal que esté con el niño(a).
- Para efectos del lenguaje de esta cartilla cada vez que se hable de “padres” debe entenderse cuidador principal.
- Los padres asistentes deberán mostrar motivación inicial por participar y, en caso de requerirlo, podrán recibir apoyo individual.
- Número de asistentes por taller: 8 padres.

## Criterios de exclusión del Taller

- Madres adolescentes
- Adultos que no sean cuidadores principales del niño o niña
- Adultos con patología psiquiátrica grave

**Importante:** El presente taller requiere lectoescritura de los padres. Si hubiera dificultades en ello, dicho padre debe recibir el apoyo correspondiente de parte del relator.

## Instrumentos de evaluación

Para la evaluación antes - después, se realizará una grabación audiovisual de cinco minutos de juegos con juguetes entre los padres participantes al taller y sus hijo(a)s respectivos. Se sugiere aplicar la Escala Massie Campbell para tabular calidad vincular en el caso de niños(as) menores de 3 años y una pauta cualitativa de observación en el caso de niños(as) mayores.

Para la evaluación transversal se utilizará un registro diario de la calidad vincular percibida por el padre (Termómetro Vincular).

## Conceptos

- Estilos de Apego
- Mentalización y automentalización
- Sensibilidad materna (paterna)
- Regulación Emocional
- Juego

Cada uno de estos conceptos serán desarrollados en las sesiones respectivas (cartilla para padres, cartilla del relator y PPT)

## Cómo prepararse para dictar este taller

Para dictar este taller Ud. debe:

- Leer detenidamente el manual del relator
- Leer detenidamente la cartilla de cada sesión a ser entregada a los asistentes
- Leer detenidamente los PPT de cada sesión
- Se sugiere que el relator a cargo no esté en conocimiento de los procesos y realidades particulares de las familias partícipes del taller pues ello puede influir en su ejecución

Para preparar cada sesión tenga en mano la cartilla de esa sesión, su manual del relator en la sección de dicha sesión y el archivo en PPT correspondiente.

## Temáticas y estructura general de cada sesión

A continuación se especificará cuál es la estructura general de cada una de las 8 sesiones. La información que a continuación se detalla debe abordarse en cada sesión. Por lo tanto debe tenerla presente en la preparación de cada jornada de trabajo.

Es importante respetar el orden de cada encuentro pues ello permite otorgarle estructura y ofrecer un espacio ordenado y predecible a los padres o cuidadores. Cada sesión está diseñada para desarrollarse en aproximadamente 2 horas y tiene la siguiente estructura:

## Índice de clases

- 1 Agenda de hoy y noticias
- 2 Repaso sesión anterior
- 3 Revisión de tareas
- 4 Nuevo material
- 5 Tareas



### Agenda de hoy y noticias

Al inicio de cada encuentro el relator debe dar a conocer a cada padre cuáles serán los contenidos o etapas del trabajo a desarrollar ese día.

Debe darse luego un espacio en que, tanto relatores como alguno de los participantes, puedan dar a conocer algún evento o noticia que les parezca relevante. *“¿Alguien desea dar a conocer alguna noticia que le parezca relevante?”*. Asimismo, los papás pueden dar a conocer algún evento que les parezca importante (por ejemplo un cumpleaños o algun evento familiar).



### Repaso sesión anterior

Luego debe invitarse a los padres a mencionar a viva voz qué recuerdan de la semana pasada. Que mencionen qué se hizo la jornada anterior y con qué ideas se quedaron: *“La semana pasada hablamos sobre diversas cosas (temas, asuntos, etc.). Puede alguien señalarme ¿qué es lo que recuerda que hicimos, con qué idea se quedó o en qué se quedó pensando luego de la jornada que tuvimos?”*

Es importante no sólo detectar cuál es la conclusión que sacó cada papá de la jornada anterior sino, aún más relevante, qué inquietudes le surgieron, qué dudas o qué cuestionamientos respecto de su propio actuar. Debe aprovecharse esa instancia para:

- Reforzar (felicitar) a los papás que den un buen reporte de algún concepto o idea clave para los objetivos del taller.
- Alentar a los papás a que expresen sus dudas o comentarios respecto de lo que se trabajó.
- Reforzar la idea o concepto trabajado, enunciándolo nuevamente y cerciorándose de que efectivamente fue bien comprendido.

- Permitir que, frente a preguntas o inquietudes, sean primero otros papás quienes puedan responder o ayudar. El relator puede dar una conclusión final o re direccionar el tema hacia el concepto o idea que se está reforzando.

El repaso general se concluye con la lectura del resumen presente en la cartilla de los padres que se muestra a través de la diapositiva correspondiente al PPT de esa jornada.

Como pueden surgir contenidos emergentes en cada sesión es importante modificar y actualizar el powerpoint de repaso si fuera necesario.



### **Revisión de tareas**

Este taller fundamenta su efectividad en el hecho de que los padres puedan implementar cambios conductuales durante la semana en su casa. Es por ello que el espacio de revisión de tareas debe tener un estatus central en la estructura de cada sesión. Para ello el relator debe enfatizar este momento y dedicarle **TODO EL TIEMPO QUE SEA NECESARIO**. En esta fase de la jornada cada padre debe dar cuenta de su Termómetro Vincular (tarea a desarrollarse en todas las clases) y la tarea correspondiente a esa semana (y tareas optativas si es que las realizaron).

Señalar: *“Como saben, el objetivo fundamental de este taller es acompañarlos a realizar cambios para mejorar la relación que cada uno de Uds. tiene con su hijo(a). Para ello la realización de las tareas es fundamental. ¿Quién quisiera partir contándome cómo le fue en la realización de sus tareas durante estos días en que no nos hemos visto?”.*

Luego de que el primero realiza su reporte, se señala: *“¿Quién quisiera continuar?”.*

Se debe revisar las tareas con cada padre presente. Es frecuente que los padres no realicen las tareas o que las hagan de manera parcial. Se debe profundizar con ellos: *“¿Qué crees te impidió poder realizar estas tareas?”.* Según los argumentos que den, es importante acompañarlos a buscar alternativas (con ayuda de los otros participantes) que les permitan superar dichos obstáculos. Después, el moderador debe alentarlos a realizarlas para la próxima sesión.



### **Nuevo material**

Cada sesión desarrolla una temática particular que pretende otorgar herramientas en la dirección de facilitar una relación más saludable padre/hijo(a). Este material es desarrollado inicialmente con una experiencia práctica o actividad a realizar por los padres y luego sistematizado, de manera lectiva, con la entrega de información conceptual relevante desde el punto de vista vincular. La entrega de nuevo material es apuntalado por el PowerPoint de cada sesión. La cartilla de los padres también detalla dicha información. Es fundamental que el relator se interiorice de la información que aporta este Manual y el PPT de cada sesión. Entre estas dos fuentes encontrará toda la información que le permitirá guiar adecuadamente el presente taller.



### **Tareas**

Al final de cada sesión se lee y explica en detalle la tarea de esa semana. Es fundamental motivar a los padres a realizarla.

### **Cierre de cada sesión**

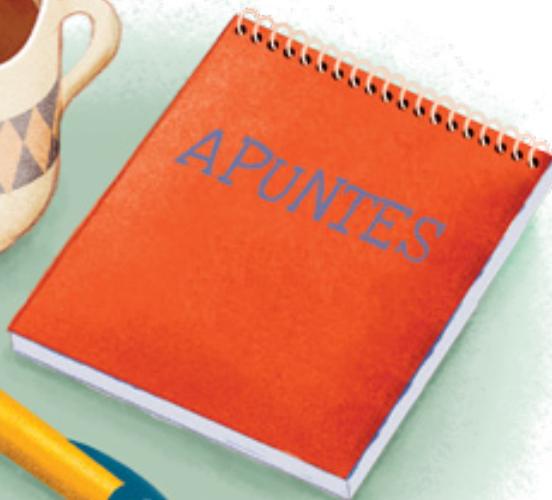
Como una manera de reforzar el trabajo realizado en cada sesión, se sugiere terminar con un aplauso señalando: *“Esta jornada hemos visto ... (hacer un resumen de los trabajado). Hemos hecho un estupendo trabajo. Ello gracias al empeño y compromiso que cada uno de ustedes ha puesto en esto. Merecemos terminar felicitándonos con un gran aplauso”*.

### **Orden de las sesiones**

Seguir el orden de las sesiones es importante, sin embargo es posible que Ud. pudiera no alcanzar a realizar la actividad de la jornada o la revisión del nuevo material porque ello pudiera requerir extenderse demasiado en el tiempo. Si fuera el caso, en la sesión siguiente debe abordarse el material faltante.

A continuación se describirá cada sesión. Entre comillas aparecerán sugerencias de cómo explicitar ideas o conceptos en específico. Estas son sólo orientativas y se espera que cada relator en particular desarrolle su propio estilo “vincular” con los asistentes respetando, por supuesto, los contenidos, estructura y énfasis señalados explícitamente en cada caso.

# GUIAS de TRABAJO





sesión

1

## Mejorando la relación con mi Hijo(a)

## 1. Presentación del relator

La primera sesión tiene como propósito generar la vinculación necesaria con cada padre para facilitar su permanencia en el taller, además de señalar los objetivos y estructura del taller a desarrollar.

Se sugiere que el relator inicie la jornada presentándose y en ello enmarcar, y modelar lo que tendrá que ser la participación futura de cada padre.

## 2. Entrega de cartilla

Luego se hace entrega de la cartilla correspondiente a la sesión (y un lápiz) señalando: *“Cada sesión les haremos entrega de una cartilla como esta, diseñada especialmente para ustedes, en la cual se detalla la estructura de cada jornada de trabajo y toda la información que podrían necesitar para ir avanzando hacia una relación más saludable con su hijo(a). También existen los espacios para quien quiera ir tomando notas o apuntes. Queremos destacar, además, que en dicha cartilla se señalan al final las tareas “para la casa” que como verán son claves para ir avanzando en este taller”.*

## 3. Lectura de la agenda de la sesión

Luego, siguiendo la estructura general de todas las sesiones, se deberá dar a conocer la agenda de la jornada. En ella se explicita a los asistentes cada etapa que tendrá el trabajo ese día; la actividad que se desarrollará y qué material se trabajará.

## 4. Lectura propósitos del Taller

Se debe leer con detención cada uno de los propósitos del taller, pues ellos constituyen el eje central del trabajo durante las 8 semanas de duración.

## 5. Actividad de la jornada

Luego de hacer lectura de los propósitos y explicarlos brevemente, se debe realizar la actividad de presentación detallada en la cartilla de los padres.

Es importante que el relator se detenga a conversar con cada participante para favorecer el conocimiento de los integrantes del grupo.

## 6. Lectura reglas de participación

Al terminar las presentaciones dar a conocer cuáles son las reglas de participación en el trabajo. Señalar cada una y dar ejemplos didácticos para que se comprenda el sentido de la norma. Por ejemplo:

### **Regla N°9: No tiene que hacer nada que NO desee hacer.**

*“Como profesionales conocemos algunas formas de compartir nuestra experiencia con cada uno de ustedes. Aprender implica participar activamente. Nadie aprende bien sentado escuchando a otro. La mejor manera de aprender es haciendo y ejercitando cosas (si yo quisiera enseñarles a andar en bicicleta mostrándoles en un libro cómo se hace, lo más probable que luego de la “clase” se suban a la bicicleta y se caigan). Los estaremos invitando constantemente a hacer cosas. Ud. NO está obligado a hacerlas. Es por ello que el éxito de este trabajo depende en gran medida de Ud.”*

## 7. Exposición del nuevo material

Luego se desarrolla de manera lectiva el material para esta jornada. Esta se construye sobre el PPT y la lectura de la cartilla distribuida a cada asistente.

### **¿Qué es un Vínculo?**

- **El vínculo emocional es el lazo emocional y el profundo cariño que comienza a desarrollarse entre el padre y la madre y cada uno de sus hijo(a)s.** Debe enfatizarse que el vínculo es una relación entre dos personas que tiene particularidades que lo hacen único. Una persona se relaciona con mucha gente, pero sólo con algunas tiene un vínculo emocional.
- **Un buen vínculo padre-hijo(a) debe ser estable y predecible.** El vínculo emocional se genera si la relación tiene una historia en común y se tiene la sensación que se puede “contar” con esa persona. Para que uno pueda contar con alguien debe haber tenido la experiencia que cuando se necesitó *“la persona siempre estuvo ahí, disponible para mí”*.

- **Este lazo se pone a prueba durante momentos difíciles para el niño(a) y cómo es reconfortado o consolado allí por el adulto.** Es fundamental ratificar que el vínculo emocional saludable es aquel en donde se está disponible cuando el niño(a) lo necesita, en términos de estar “allí” en momentos difíciles...no sólo cuando estoy bien, sino cuando se está en problemas. En las buenas, pero sobre todo en las “malas”
- **Existen “estilos” o maneras distintas de vincularse entre padres e hijo(a)s.** Mencionar que esto se desarrollará en detalle en las próximas jornadas.

### ¿Qué afecta la calidad de este vínculo?

1. **Cómo fue el vínculo con sus propios padres.** *“La historia de uno como hijo(a) afecta el cómo deseo ser como padre. Uno desea evitar lo que consideró que los padres hicieron mal con uno. Es frecuente descubrir que uno como padre termina haciendo lo mismo que los papás le hicieron... aunque usted lo trató de evitar”.*
2. **Qué le pasa a Ud. cuando está preocupado o se pone ansiosa(o)** (trabajo, quehaceres domésticos, conflictos con otras personas, salud, problemas financieros, etc.) *“Es muy importante como estoy yo emocionalmente pues de eso depende cómo me comportaré con mis hijos(as)”.*
3. **Qué le pasa a su hijo(a) cuando se pone ansioso.** *“Todo niño(a) tiene características que lo hacen único. Hay niños (as) que se calman con facilidad y otros no. Cada uno de los hijo(a)s requiere particulares maneras de ser tratado para desarrollarse mejor”.*
4. **Cómo calma a su hijo(a) cuando le sucede algo.** Este punto es fundamental y el relator debe detenerse en él pues es el eje del taller. Mencionar que *“existen muchas investigaciones que demuestran que la forma en que un cuidador calma a su hijo(a) cuando este tiene una emoción negativa, determina importantemente el futuro desarrollo emocional de ese niño(a)”.*
5. **Cómo juega con su hijo(a).** *“Detenerse a pensar cuanto juego con mi hijo(a) y por lo tanto cuanto tiempo le dedico exclusivamente a él”.*

Luego de señalar estos aspectos, se deben enunciar cada uno de los mitos dispuestos en el PPT y dar libremente a los papás la posibilidad de opinar sobre ellos. Al final de la ronda de comentarios frente a cada mito señalar lo errado de estas ideas presentes en la sabiduría “popular”.

### Reflexionemos sobre estas ideas:

- **Tomar mucho en brazos a un niño(a) lo malcría.** *“Existen investigaciones que demuestran que mientras más se tome a un niño(a) en brazos cuando lo necesita en sus primeros años de vida, más independiente y autónomo será en la edad escolar”.*
- **Si cada vez que lloran, uno se esmera en calmarlos se hacen más dependientes y débiles.** Si un niño(a) tiene la experiencia de ser efectivamente calmado por el adulto que lo cuida cuando es pequeño, este desarrolla los recursos para eficazmente calmarse “sólo” a futuro.
- **Es bueno dejar llorar a un niño(a) para que aprenda a calmarse solo. Además lo hace más fuerte.** Un niño(a) que es forzado a calmarse solo aprende una cosa: *“que no cuento con nadie, así que mejor debo ocultar mis emociones negativas pues ellas alejan a la gente que quiero”.* A futuro estos son niños(as) que tienen problemas emocionales importantes (internalizantes como depresión, cuadros ansiosos, etc.)
- **El llanto de los niños(as) es para manipular a los grandes.** Un niño(a) no manipula. La manera que posee para pedir ayuda al no tener lenguaje es el llanto y la búsqueda de cercanía.
- **Los niño(as) que no lloran y no molestan son bien criados.** Más bien son niños (as) que han aprendido a ocultar sus emociones negativas.
- **Los niños(as) que lloran mucho son mal criados.** *“Son niños (as) que se permiten comunicar lo que les pasa pues han tenido la experiencia de sentir que son importantes para alguien (su cuidador/a)”.*

## 8. Explicación de las tareas de la semana

Para finalizar explicar las tareas de esa semana. Detenerse especialmente en el termómetro vincular que será revisado en **todas las sesiones**. El como se usa aparece explicado en la cartilla para padres correspondiente.

### Materiales para la clase:

Tarjetas de presentación en blanco y plumones. Lápices pasta. Alfileres.

## SESIÓN 1:

# Mejorando la relación con mi hijo(a)

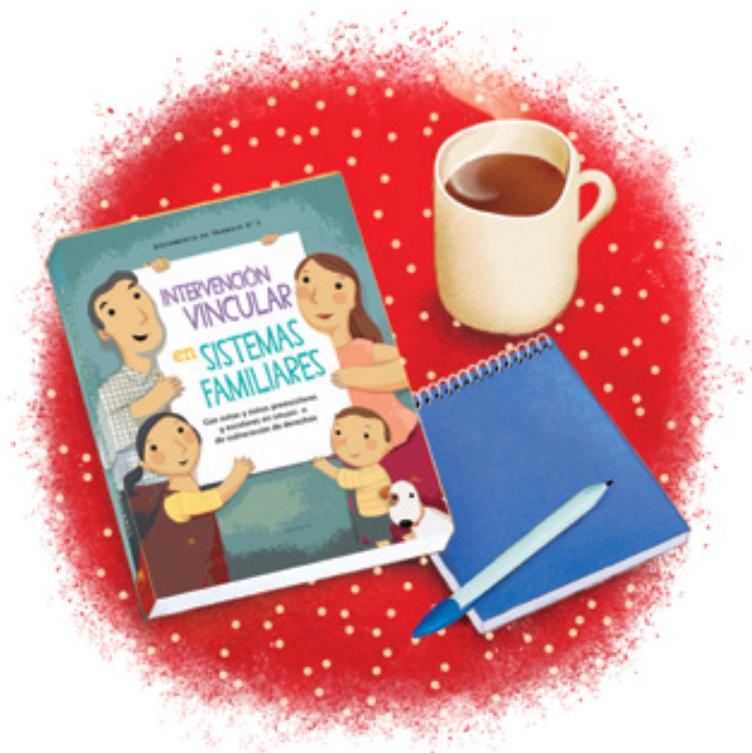
1. Propósito del taller
2. Presentaciones
3. Las reglas de las sesiones
4. Las 8 clases de este taller
5. Nuevo material
6. Tareas: Termómetro Vincular



## Propósito del taller

En este taller Ud. aprenderá lo siguiente:

- 1 Maneras más saludables de relacionarse con su hijo(a).
- 2 Maneras de conocerse a sí mismo como papá/mamá/cuidador/a.
- 3 Maneras de conocer más a su hijo(a) y sus necesidades para que pueda enseñarle cómo manejar sus emociones ante situaciones difíciles de la vida.
- 4 Maneras de comunicarse y hacerse entender mejor con su hijo(a).
- 5 También tendrá la oportunidad de hablar con otros papás y tener un grupo de personas con quienes podrá intercambiar ideas e inquietudes respecto de cómo relacionarse mejor con su hijo(a).



## Presentaciones

- 1 Recuerde cómo lo llamaban sus padres. Piense si ello dependía si estaban enojados o contentos con Ud. Escriba en la etiqueta dichos nombres o posibles "apodos" y póngaselos en la solapa.
- 2 Señale cuántos hijos/as tiene.
- 3 Señale a qué se dedica.
- 4 Mencione aquello que crea pueda ayudar a los demás a conocerlo(a) mejor.
- 5 ¿Qué le gustaría aprender en este taller?



## Apuntes

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



## Reglas de la Clase



- 1** Trate de asistir a todas las sesiones.  
Si no puede asistir por favor de aviso.



- 2** Llegue a tiempo.



- 3** Todo es confidencial: lo que se habla en el grupo se “queda” en el grupo.

Excepciones o temas que no pueden mantenerse confidenciales:

- A) Que algún niño/a esté siendo abusado o descuidado
- B) Que un mayor de 65 años esté siendo abusado o descuidado
- C) Que alguien esté en peligro de hacerse daño a sí mismo o a otro



- 4** Escuche y apoye a sus compañeros de grupo.



- 5** Respete el punto de vista de sus compañeros.  
No todos pensamos igual.



- 6** Comparta el tiempo con las demás personas (deje que todos participen).



- 7** Haga semanalmente sus tareas.



- 8** Háganos saber si está descontento(a) con las sesiones.



- 9** No tiene que hacer nada que NO desee hacer.



- 10** Comparta sólo lo que Ud. desee pues tiene derecho a su privacidad.



## Cómo puede ayudarlo este taller

- 1 Ayudándolo a desarrollar una relación mas saludable con su hijo(a).
- 2 Ayudándolo a conocer su propia ansiedad.
- 3 Ayudándolo a conocer qué pone ansioso a su hijo(a).
- 4 Ayudándolo a conocer mejores formas de calmar y lidiar mejor con las emociones de sus hijos/as.
- 5 Ayudándolo a jugar mejor con su hijo(a).
- 6 Ayudándolo a tener usted como padre un mejor apoyo (emocional, práctico, información, etc.).

## Las 8 clases de este taller

**Estas son las 8 clases que componene el curso:**

- 1 Mejorando la relación con mi hijo(a).
- 2 El hijo(a) que fui y el padre que quiero ser.
- 3 Cómo es mi hijo(a).
- 4 Cómo soy realmente como padre I
- 5 Cómo soy realmente como padre II
- 6 Poner en palabras lo que sucede.
- 7 ¡Me la voy a jugar por mi hijo(a)!
- 8 Mi compromiso por mejorar la relación con mi hijo(a)





## Nuevo material

### ¿Qué es un vínculo emocional padre/madre hijo(a)?

- El vínculo emocional es el lazo emocional y el profundo cariño que comienza a desarrollarse entre el padre y la madre y cada uno de sus hijos/as.
- Un buen vínculo padre-hijo(a) debe ser estable y predecible.
- Este lazo se pone a prueba durante momentos difíciles para el niño/a y cómo es reconfortado o consolado allí por el adulto.
- Existen “estilos” o maneras distintas de vincularse entre padres e hijos.

### ¿Qué afecta la calidad de este vínculo?

- 1 ¿Cómo fue el vínculo con sus propios padres?
- 2 ¿Qué le pasa a Ud. cuando está preocupado o se pone ansiosa(o) (trabajo, quehaceres domésticos, conflictos con otras personas, salud, problemas financieros, etc.)?
- 3 ¿Qué le pasa a su hijo(a) cuando se pone ansioso/a?
- 4 ¿Cómo calma a su hijo(a) cuando le sucede algo?
- 5 ¿Cómo juega con su hijo(a)?





## Plenario

- ¿Qué situaciones vivo que están dificultando mi relación con mi hijo(a)?

.....

.....

.....

- ¿Qué problemas tengo que me impiden concentrarme en mis hijos/as?

.....

.....

.....

- ¿Puedo hacer algo al respecto?

.....

.....

.....



“Como calmo a mi hijo es un cheque a fecha de como se calmará cuando sea grande”



## El Termómetro Vincular

### Tarea para la Casa

¿Cómo ha estado la relación con mi hijo(a)? La idea de esta tarea es que Ud. lleve un registro de cómo ha sentido su relación con su hijo(a) cada día de la semana.

Aplique el sistema que le mostramos en las páginas 32 y 33 de este manual y tómese el pulso a sus progresos.



## Tareas optativas

Escoja una de las siguientes actividades y hágalas si así lo desea:

- 1 Hable con sus propios padres acerca de este curso y qué espera de él.
- 2 Anote distintos momentos difíciles en su infancia y cómo recibió apoyo de sus padres en ellos:

.....

.....

.....

.....



## El Termómetro Vincular

¿Cómo ha estado la relación con mi hijo(a)? Este instrumento le servirá para llevar un registro de cómo ha sentido su relación con su hijo(a) cada día de la semana.

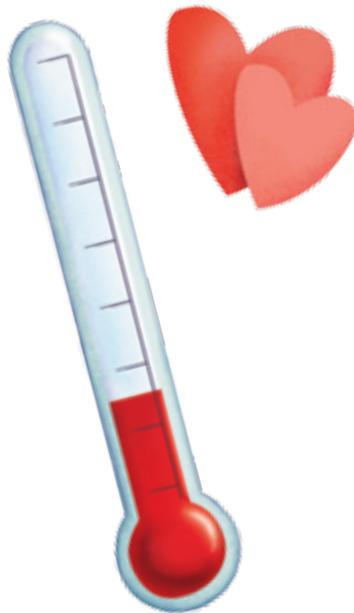
### Instrucciones:

Las 7 columnas corresponden a cada día de la semana. Escriba la fecha arriba. Al final de cada día (antes de acostarse) piense en el día y marque qué nota le pondría a la relación con su hijo(a), siendo un 1.0 la nota más baja y un 7.0 la nota más alta.

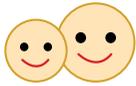
- Si la relación estuvo regular o sin grandes novedades marque el 4.0
- Si la relación estuvo mala (peleas, conflictos, distancia pues no se hablaron, etc.) marque menos de 4.0
- Si la relación estuvo buena (jugaron, fue grata, acordaron cosas, conversaron, etc.) marque más de 4.0.

**Sugerencia:** Ponga este termómetro al lado de su cama, así se acordará de usarlo todas las noches. Mientras más lo use más fácil será hacerlo. Recuerde que NO hay una respuesta correcta.

**Importante:** Debe calificar cómo Ud. se ha relacionado con su hijo(a) y NO si su hijo(a) se ha portado bien o mal.



# El Termómetro Vincular

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
Fecha:	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....
							
7							
6							
5							
4							
3							
2							
1							
							



sesión  
**2**

**El hijo que fui  
y el padre que quiero ser**

## 1. Entrega de cartilla

Al inicio de esta segunda sesión, luego de dar la bienvenida, hacer entrega de la cartilla correspondiente.

## 2. Lectura de la agenda de la sesión

Luego, siguiendo la estructura general de todas las sesiones dar a conocer la agenda de la jornada. En ella se explicita a los asistentes cada etapa que tendrá el trabajo ese día: cómo se llama esta jornada, qué actividad se desarrollará y qué material se trabajará.

## 3. Repaso de la sesión anterior

Luego de explicitar la agenda, se debe realizar el repaso de la sesión anterior con el apoyo del PPT.

## 4. Revisión de tareas

Iniciar en detalle la revisión de tareas por cada asistente.

## 5. Actividad de la sesión

Dar unos 20 minutos para realizar la actividad descrita en la cartilla para padres. Si existe un número impar de padres designar un grupo de a tres personas.

## 6. Exposición del nuevo material

Luego se desarrolla de manera lectiva el material para esta jornada. Esta se construye sobre el PPT y la lectura de la cartilla distribuida a cada asistente.

El material consiste en dar a conocer los cuatro estilos vinculares clásicos (evitante, ambivalente, desorganizado y seguro). Debe evitar utilizar dichos nombres pues por sí mismos pueden distorsionar su comprensión por parte de los asistentes.

Es importante enfatizar que los estilos vinculares no dependen exclusivamente de cómo lo haga el papá o como sea el niño(a), es la interacción entre ambos lo que lo define. Un mismo padre puede tener estilos vinculares distintos con cada uno de sus hijos (**¡uno no es el mismo**

**papá con cada hijo(a)!).** Así como un niño(a) puede tener un estilo vincular distinto con cada papá o cuidador.

## **7. Explicación de las tareas de la semana**

Para finalizar esta jornada recuerde explicar las tareas de la semana detalladas en la cartilla de los padres.

### **Materiales para la clase:**

Tarjeta de presentación con nombres de participantes.

## SESIÓN 2:

# El hijo que fui y el padre que quiero ser

1. Agenda de hoy y noticias
2. Repaso sesión anterior
3. Revisión de tareas
4. Nuevo material
5. Tareas



## ¿Alguna noticia?

.....

.....

.....

.....

.....



## Repaso sesión anterior

### ¿Qué es lo que recuerda de la sesión de la semana pasada?

- 1 El lazo vínculo afectivo se construye desde el nacimiento.
- 2 Su calidad varía por múltiples situaciones que lo afectan a ud., a su hijo(a) y a la relación que ambos tienen.
- 3 Se ha demostrado que uno de los factores que más dice relación con la calidad del vínculo es la manera de calmar al niño/a cuando a este le sucede algo y vive alguna emoción intensa (temor, dolor, rabia, etc.)
- 4 Calmar no es lo mismo que hacer lo que el niño quiere. Es ayudarlo a regular sus emociones.
- 5 Existen muchos mitos respecto de cómo tratar a los niños. Muchos son erróneos y dañan a los niños/as.



## Revisión de tareas

1 Revise su termómetro vincular.

2 ¿Hizo alguna otra tarea?

- ¿Habló sobre este taller con alguien?
- ¿Pensó en cómo sus papás lo calmaban?

Si no hizo ninguna de estas tareas ¿cuáles fueron los obstáculos que le impidieron realizarlas?  
¿Qué podría ayudar a que sí pudiera hacerlas esta semana?



## Actividad: lo que me tocó vivir...

Recordar el nombre o apodo con el que era llamado por su padre o madre en momentos de cercanía (estando contentos) o en momento de distancia (estando en conflicto), nos permiten pensar y descubrir qué hacían sus padres cuando Ud. estaba estresado o tenía problemas.

**Piense en algún momento de niño/a en que tuvo que enfrentar un gran problema.**

- ¿Qué hacía Ud. para demostrar a sus papás o a quienes lo cuidaban lo que le pasaba?
- ¿Cómo reaccionaban ellos ante sus emociones?
- ¿Cómo se sentía?
- ¿Qué rescata y qué desecha de estas experiencias?
- Ya de adulto, ¿cómo valora lo que vivió?

Júntense en grupos de dos personas y describa a su compañero(a) qué sucedía cuando era niño/a y necesitaba apoyo o que lo consolaran. Cuando termine, escuche la experiencia de su compañero(a).

### Indicaciones

Cuando Ud. sea el que esté hablando, ponga atención a lo siguiente:

- ¿Su compañero/a lo está escuchando?
- ¿Cómo se da cuenta de que efectivamente lo escucha?
- ¿Cómo se siente mientras habla?
- ¿Su compañero/a hizo algo que lo hiciera sentir escuchado?

Cuando Ud. sea el que está escuchando:

- Haga cosas para que su compañero(a) se sienta escuchado por Ud.
- ¿Está entendiendo lo que le está diciendo? Compruebe que sea así.
- Pregúntele cómo se siente mientras habla con Ud.
- ¿Qué es lo más importante que Ud. cree que dijo?





## Nuevo material: Los Estilos Vinculares

Diversos estudios señalan que existen cuatro estilos de vínculo. Estos dependen de cómo los padres reaccionan frente a las emociones negativas de los niños/as y cómo ellos/as aprenden a relacionarse con sus padres.



- 1 Existen niños/as que cuando les pasa algo negativo suelen no expresarlo, se alejan y aparentan estar tranquilos. Son niños que “no dan problemas” cuando están estresados o se sienten mal.

Los padres de estos niños lo alientan a que sea independiente desde temprano, que trate de calmarse sólo, sin ayuda.

¡Atención! No todo niño tranquilo está “evitando” mostrar sus afectos.



- 2 Existen niños/as que cuando les pasa algo negativo expresan sus afectos de manera exagerada: pataletas, frustración, se aferran a sus padres, y pareciera que no quieren separarse de ellos.

Los padres de estos niños/as no tienen muy claro cómo hacerlo, a veces son muy cariñosos y sobre protectores y otras (cuando se cansan por ejemplo) no responden a las necesidades del niño/a, no lo calman, o lo dejan sólo. Estos niños/as no saben bien cómo reaccionar y exageran sus afectos para asegurarse de que sus padres los tomen en cuenta.



- 3 Existen niños/as que cuando les pasa algo negativo, suelen hacer conductas extremas (golpearse, rasguñarse, se quedan congelados, etc.). Los padres de estos niños se descontrolan y pueden llegar a asustarlos, hacen cosas bruscas e inesperadas o los maltratan gravemente. A veces también son padres que parecieran tener “temor” al niño/a y se asustan cuando el niño/a se acerca.



- 4 Existen niños/as que cuando les pasa algo negativo, suelen expresar directamente lo que les pasa y buscan a sus padres para calmarse, pues saben que ellos lo harán. Los padres de estos niños están atentos a las necesidades de sus hijos/as y los calman eficientemente cuando lo necesitan.



## Plenario

El estilo vincular de sus cuidadores y su propio estilo vincular.

**“Lo que viví con mis padres (cuidadores) afecta cómo soy ahora como padre”**



## Apuntes

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....





## El Termómetro Vincular

### Tarea para la Casa

¿Cómo ha estado la relación con mi hijo(a)? La idea de esta tarea es que Ud. lleve un registro de cómo ha sentido su relación con su hijo(a) cada día de la semana.

Aplique el sistema que le mostramos en las páginas 32 y 33 de este manual y tómese el pulso a sus progresos.



## Tareas

Durante la semana ponga atención a algún momento en que Ud. haya enfrentado un problema y sintió emociones negativas (rabia, frustración, pena, etc.).

- ¿Qué le sucedió? Describa la situación

.....

.....

.....

- ¿Qué emoción tuvo que enfrentar? (miedo, rabia, pena, angustia, etc.)

.....

.....

.....

- ¿Qué hizo para calmarse y poder seguir adelante?

.....

.....

.....

- ¿Le funcionó?

.....

.....

.....



## Tareas optativas

**Escoja una de las siguientes actividades y hágalas si así lo desea.**

- 1 Pida a algún ser querido que le diga qué cosas ha observado que Ud. utiliza para calmarse.

- 2 Realice un registro diario de cuantos minutos destinó por día a jugar con su hijo(a).

.....

.....



sesión  
**3**

¿Cómo es mi hijo(a)?

## 1. Entrega de cartilla

Al inicio de esta tercera sesión, luego de dar la bienvenida, hacer entrega de la cartilla correspondiente.

## 2. Lectura de la agenda de la sesión

Luego, siguiendo la estructura general de todas las sesiones, dar a conocer la agenda de la jornada. En ella se explicita a los asistentes cada etapa que tendrá el trabajo ese día: cómo se llama esta jornada, qué actividad se desarrollará y qué material se trabajará.

## 3. Repaso de la sesión anterior

Luego de explicitar la agenda, se debe realizar el repaso de la sesión anterior con el apoyo del PPT.

## 4. Revisión de tareas

Iniciar en detalle la revisión de tareas por cada asistente.

## 5. Actividad de la sesión

Dar unos 30 minutos para realizar la actividad descrita en la cartilla para padres. Es importante que luego cada padre muestre su trabajo al resto. El relator debe fomentar la profundización de lo que va señalando cada padre con preguntas como: “¿Y qué le gusta hacer a su hijo(a)?, ¿qué le disgusta hacer?, ¿qué le da miedo?, ¿qué piensa?”, etc. Todas preguntas que ponen en evidencia cuanto el cuidador se ha propuesto y ha logrado conocer íntimamente al niño(a).

## 6. Exposición del nuevo material

Luego se desarrolla de manera lectiva el material para esta jornada. Esta se construye sobre el PPT y la lectura de la cartilla distribuida a cada asistente. Es importante hacer hincapié en la importancia de conocer las características particulares de cada hijo(a) para poder desarrollar estrategias más eficaces de calmarlo cuando está en situaciones de estrés.

## 7. Explicación de las tareas de la semana

Para finalizar esta jornada recuerde explicar las tareas de la semana detalladas en la cartilla de los padres.

### **Materiales para la clase:**

Tarjeta con nombre del participante, material para hacer manualidades de todo tipo: papeles, lápices, plumones, revistas, pegamento, goma eva, etc.

### SESIÓN 3:

## ¿Cómo es mi hijo(a)?

1. Agenda de hoy y noticias
2. Repaso sesión anterior
3. Revisión de tareas
4. Nuevo material: Los Estilos Temperamentales.
5. Tareas



### ¿Alguna noticia?

.....

.....

.....

.....

.....



### Repaso sesión anterior

#### ¿Qué recuerda de la sesión de la semana pasada?

- 1 Existen cuatro estilos vinculares padres e hijos/as.
- 2 Todos tienen que ver con cómo los padres calman a sus hijos/as cuando estos experimentan emociones negativas.
- 3 Existen estilos en que:
  - A. Los padres actúan esperando que los niños/as se calmen solos.
  - B. Los padres actúan siendo demasiado aprehensivos o intrusivos algunas veces y otras distantes.
  - C. Los padres maltratan o no consideran en absoluto las necesidades de sus hijos/as.**Todos estos estilos se asocian a futuro con dificultades emocionales en los niños/as.**
- 4 Existe un estilo en que los padres calman a los niños/as cada vez que ellos lo requieren de manera eficaz y oportuna.  
**Este estilo se asocia con niños/as emocionalmente más saludables en el futuro.**
- 5 Es importante hacer cosas concretas para que los niños/as sientan que están siendo escuchados.



## Revisión de tareas

1 Revise su termómetro vincular.

2 Durante la semana, ¿puso atención a algún momento en que Ud. haya necesitado calmarse?

¿Qué hizo para lograrlo?

- Describa la situación

.....

.....

.....

- ¿Qué emoción fue la que vivió?

.....

.....

.....

- ¿Qué hizo para calmarse?

.....

.....

.....

- ¿Le funcionó?

.....

.....

.....

3 ¿Hizo alguna otra tarea?

- ¿Pidió a algún ser querido que le diga qué cosas ha observado que Ud. utiliza para calmarse?
- ¿Realizó un registro diario de cuantos minutos destinó por día a jugar con su hijo(a)?

Si no hizo ninguna de estas tareas ¿cuáles fueron los obstáculos que le impidieron realizarlas?

¿Qué podría ayudar a que sí pudiera hacerlas esta semana?



## Apuntes

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



### Actividad: ¿cómo es mi hijo(a)?

Si bien compartimos día a día con nuestros hijos/as, pocas veces nos detenemos a pensar en cómo son, qué piensan y qué sienten.

Con los materiales que están a su disposición, dibuje a su hijo(a) y anote aquello que más lo represente.

- ¿Qué piensa su hijo(a)?
- ¿Qué siente?
- ¿Cómo se comporta?

Recuerde que los demás no conocemos a su hijo(a) y deseamos que nos cuente en detalle cómo es para conocerlo. Anote cómo Ud. le dice o llama cuando:

- Lo felicita por algo.
- Lo reta por algo.

Anote dichos apodosos y colóqueselo en la solapa.

#### Indicaciones:

- Intente presentar a su hijo(a) como si Ud. fuera él. Para ello trate de ponerse en su lugar.
- Trate de pensar ¿cómo lo está pasando su hijo(a) en este momento de su vida?
- ¿Qué imagen tendrá su hijo de Ud.?
- ¿Es la imagen que desearía que tuviera?



## Nuevo material: Los Estilos Temperamentales

No todos los niños/as son iguales. Se observan importantes diferencias en cómo experimentan sus emociones y responden al mundo. A esta manera de reaccionar ante el mundo se le denomina **Temperamento**. Existen comportamientos que nos indican qué tipo de temperamento tiene un niño/a:

- Nivel de actividad: ¿está en permanente movimiento o puede estar tranquilo?
- Ritmos biológicos, hábitos de sueño.
- Adaptación ante lugares o personas nuevas: ¿es fácil o difícil para él o ella poder contactarse o comunicarse con otros?
- Estado de ánimo: ¿sus emociones son mayoritariamente positivas o negativas?, ¿es estable emocionalmente o cambia rápidamente de humor?
- Intensidad de las reacciones emocionales.
- Sensibilidad a estímulos del medio ambiente: ¿se molesta fácilmente con ciertos estímulos?
- Puede mantener la atención: ¿puede mantenerse centrado en una tarea o actividad?
- Persistencia: ¿se frustra con facilidad o persiste?



### ¿Cuántos temperamentos existen?

Se han descrito, en relación a estos comportamientos, tres estilos de temperamento:

**1 Dócil:** Disfrutan su rutina, pero se adaptan fácilmente cuando existen cambios. Son más tranquilos al expresar sus emociones y pueden esperar su turno. Tienden a tener un ánimo positivo. Es importante tener presente que, a pesar de que dan pocos problemas, merecen recibir la atención de sus papás!!!.



**2 Tímido:** Necesita más tiempo para adaptarse a situaciones nuevas. Son más bien callados y se alejan cuando se sienten exigidos. Necesitan una rutina para sentirse seguros. Ante situaciones difíciles necesitan mucho de la seguridad que les pueda brindar un adulto. Los cuidadores deben ser muy pacientes y darles tiempo a estos niños/as. Acompañarlos en su proceso de adaptarse. Respetar sus ritmos y alentarlos y reforzarlos en sus logros.



**3 Activo:** Inquietos, habladores. Expresan abierta e intensamente sus emociones. Ante los cambios de rutina se desestructuran con facilidad (es necesario anticiparles lo que sucederá). Es importante ser muy flexible, estar atento a lo que les interesa y alentarlos a que permanezcan en alguna actividad por más tiempo. Suelen ser agresivos y necesitan reglas muy claras de lo que es aceptable o no. Es importante un entorno muy tranquilo para ayudarlo a manejarse.

La mayoría de los niños/as cae en alguna de estas categorías. Un tercio es una mezcla entre los tres.



**“Trate de ver el mundo con los ojos de sus hijos/as”**



## Plenario

¿Me he dado el tiempo de conocer bien a mi hijo(a)?

**“La mejor manera de ayudar a mi hijo(a) a regular sus emociones es conociendo bien cómo es y lo que le sucede”**



## Apuntes

.....

.....

.....

.....

.....



## El Termómetro Vincular

### Tarea para la Casa:

¿Cómo ha estado la relación con mi hijo(a)? La idea de esta tarea es que Ud. lleve un registro de cómo ha sentido su relación con su hijo(a) cada día de la semana.

Aplice el sistema que le mostramos en las páginas 32 y 33 de este manual y tómese el pulso a sus progresos.



## Tareas

Durante la semana identifique tres eventos negativos o estresantes para su hijo(a). Observe atentamente lo que sucedió y describa lo siguiente:

### Evento 1

- ¿Qué le sucedió a su hijo(a)? ¿Qué fue lo que provocó en su hijo(a) dicha reacción?

.....  
.....  
.....

- ¿Qué emoción observó en su hijo(a)? (miedo, rabia, pena, angustia, etc.)

.....  
.....  
.....

- ¿Qué hizo su hijo(a) ante esa emoción? (lloró, se "amurró", se aisló, etc.)

.....  
.....  
.....

- ¿Qué hizo el niño/a en relación a Ud. en ese momento? (se acercó, se alejó, etc.)

.....  
.....  
.....

### Evento 2

- ¿Qué le sucedió a su hijo(a)? ¿Qué fue lo que provocó en su hijo(a) dicha reacción?

.....  
.....  
.....

- ¿Qué emoción tuvo que enfrentar su hijo(a)? (miedo, rabia, pena, angustia, etc.)

.....  
.....  
.....

- ¿Qué hizo su hijo(a) ante esa emoción? (lloró, se "amurró", se aisló, etc.)

.....  
.....  
.....

- ¿Qué hizo el niño en relación a Ud. en ese momento? (se acercó, se alejó, etc.)

.....  
.....  
.....





sesión  
**4**

# ¿Cómo soy realmente como padre? Parte I

## 1. Entrega de cartilla

Al inicio de esta cuarta sesión, luego de dar la bienvenida, hacer entrega de la cartilla correspondiente.

## 2. Lectura de la agenda de la sesión

Luego, siguiendo la estructura general de todas las sesiones, dar a conocer la agenda de la jornada. En ella se explicita a los asistentes cada etapa que tendrá el trabajo ese día: cómo se llama esta jornada, qué actividad se desarrollará y qué material se trabajará.

## 3. Repaso de la sesión anterior

Luego de explicitar la agenda, se debe realizar el repaso de la sesión anterior con el apoyo del PPT.

## 4. Revisión de tareas

Iniciar en detalle la revisión de tareas por cada asistente. Es fundamental profundizar en el relato de cada tarea pues el reporte de lo que observó cada padre respecto de cómo funciona su hijo(a) bajo estrés es central para el presente taller. Si la descripción es muy superficial o posee calificativos “estereotipados” respecto del niño(a) invite al padre o al resto de los asistentes a profundizar en la tarea de **“ponerse en el lugar del niño(a)”** para entender su reacción. Conectar la conducta del niño(a) con su **“historia de relación con dicho cuidador”**. Por ejemplo, si el padre se “queja” pues su hijo(a) hizo una pataleta por no haber comprado un helado al salir de paseo, indagar con el padre si acaso cuando salen él tiende a comprarle cosas o *“¿de dónde aprendió que podía pedir helado al salir a pasear?”*. Siempre considere al resto de los padres como fuente de ideas o alternativas de explicación frente a las descripciones dadas en las tareas.

## 5. Exposición del nuevo material

Luego se desarrolla de manera lectiva el material para esta jornada. Esta se construye sobre el PPT y la lectura de la cartilla distribuida a cada asistente. Es importante hacer hincapié en la importancia de reconocer que uno no es consciente de lo que demuestra al niño(a) y detenerse en ello puede ayudar mucho a mejorar la relación con él.

## 6. Explicación de las tareas de la semana

Para finalizar esta jornada recuerde explicar las tareas de la semana detalladas en la cartilla de los padres.

### **Materiales para la clase:**

Tarjeta con nombre del participante, material para hacer manualidades de todo tipo: papeles, lápices, plumones, revistas, pegamento, goma eva, etc.

## SESIÓN 4:

# ¿Cómo soy realmente como padre? Parte I

1. Agenda de hoy y noticias
2. Repaso sesión anterior
3. Revisión de tareas
4. Nuevo material: ¿Cómo soy realmente?
5. Tareas



## ¿Alguna noticia?

.....

.....

.....



## Repaso sesión anterior

### ¿Qué recuerda de la sesión de la semana pasada?

- 1 La mejor manera de tener una relación de calidad con mi hijo(a) es conocer bien cómo es.
- 2 Todos los niños/as son distintos. Parte de estas diferencias tienen que ver con su TEMPERAMENTO.
- 3 Existen tres tipos de temperamento. Muchos niños/as muestran una mezcla entre los tres.
- 4 Los niños con temperamento dócil se caracterizan por ser tranquilos, se concentran en las tareas que enfrentan y las llevan a término y en general, tienen un ánimo positivo.
- 5 Los niños con temperamento tímido son lentos para adaptarse a nuevas situaciones, y necesitan tiempo y seguridad antes de decidir explorar y “soltarse”.
- 6 Los niños de temperamento activo se caracterizan por ser inquietos, les es difícil mantenerse centrados en tareas que requieren mantenerse tranquilos y viven intensamente sus emociones.
- 7 Cada estilo de temperamento requiere particulares conductas en sus padres o cuidadores para poder cuidarlos y guiarlos bien.



“Para poder ayudar mejor a mi hijo a regularse debo observar qué tipo de temperamento posee”



## Revisión de tareas

1 Revise su termómetro vincular.

2 Durante la semana, identificó tres eventos negativos o estresantes para su hijo(a). Observó en ellos:

- ¿Qué le sucedió? ¿Qué fue lo que provocó en su hijo(a) dicha reacción?
- ¿Qué emoción tuvo que enfrentar su hijo(a)? (miedo, rabia, pena, angustia, etc.)
- ¿Qué hizo su hijo(a) ante esa emoción?
- ¿Qué hizo el niño/a en relación a Ud. en ese momento? (se acercó, se alejó, etc.)

3 ¿Hizo alguna otra tarea?

- ¿Destinó 10 minutos de su día para jugar con su hijo(a) a lo que él o ella desee pero **sin interrupciones**?
- ¿Pensó en algunos panoramas que a futuro le gustaría realizar con su hijo(a) a solas y los anotó?

Si no hizo ninguna de estas tareas ¿cuáles fueron los obstáculos que le impidieron realizarlas? ¿Qué podría ayudar a que sí pudiera hacerlas esta semana?



## Nuevo material: ¿cómo soy realmente?

Cuando nos hacemos la pregunta de cómo somos realmente, debemos considerar que si bien somos un todo integrado, las descripciones de su persona variarán según sea Ud. mismo quien se describa u otra persona que lo conozca, y según cuán consciente sea usted u otros de sus características más íntimas.

Existe un cuadro, denominado la Ventana de Johari, que grafica bien este tema:

		YO	
		LO QUE CONOZCO DE MI	LO QUE IGNORO DE MI
LOS DEMÁS	LO QUE CONOCEN DE MI	I. YO ABIERTO	III. YO CIEGO
	LO QUE IGNORAN DE MI	II. YO OCULTO	IV. YO DESCONOCIDO



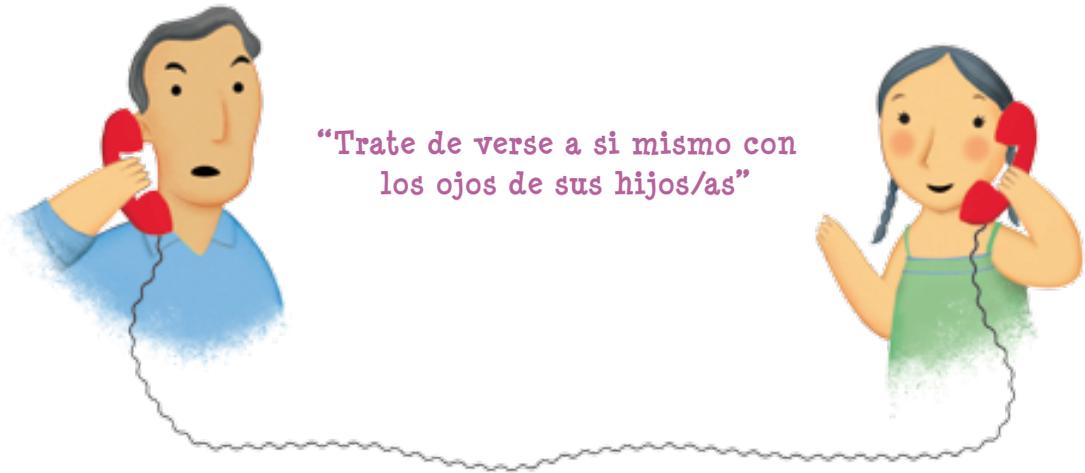
Los gestos y acciones dicen mucho más de cómo somos realmente, que las descripciones o creencias que tenemos de nosotros mismos.

**Si quiere conocerse realmente observe con detención:**

- Qué pensamientos tiene frente a ciertas situaciones.
- Qué emociones tiene frente a ciertas situaciones.
- Cómo se comporta frente a ciertas situaciones.

**Si desea conocer cómo es con su hijo(a), observe con detención:**

- Qué piensa de él, de Ud. y de la situación en cuestión.
- Qué siente respecto de él, respecto de Ud. y respecto de la situación en cuestión.
- Qué hace o cómo se comporta con él y frente a la situación en cuestión.



“Trate de verse a si mismo con los ojos de sus hijos/as”



## Plenario

¿Me he dado el tiempo de observar qué estoy comunicando a mi hijo(a)?

**“Es importante, para poder ayudar a mi hijo(a) a regular sus emociones, conocer bien lo que le estoy comunicando con mis gestos y acciones”**



## Apuntes

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



## El Termómetro Vincular

### Tarea para la Casa

¿Cómo ha estado la relación con mi hijo(a)? La idea de esta tarea es que Ud. lleve un registro de cómo ha sentido su relación con su hijo(a) cada día de la semana.

Aplique el sistema que le mostramos en las páginas 32 y 33 de este manual y tómele el pulso a sus progresos.



## Tareas

Durante la semana identifique tres eventos negativos o estresantes para su hijo(a). Observe atentamente lo que le sucede a Ud. y describa lo siguiente:

### Evento 1

- ¿Qué sucedió?

.....

.....

.....

- ¿Qué pensó de su hijo(a), de Ud. mismo(a) y de la situación en ese momento?

.....

.....

.....

- Pensé que mi hijo(a) es un

.....

.....

.....

- Pensé que yo soy un

.....

.....

.....

- ¿Qué emoción le surgió a Ud. frente a esos pensamientos? (miedo, rabia, pena, angustia, etc.)

.....

.....

.....

- Me sentí

.....

.....

.....

- ¿Qué hizo Ud. en relación al niño/a en ese momento? (se acercó, se alejó, etc.)

.....

.....

.....

- ¿Qué pasó después?

.....

.....

.....

## Evento 2

- ¿Qué sucedió?

.....

.....

.....

- ¿Qué pensó de su hijo, de Ud. mismo/a y de la situación en ese momento?

.....

.....

.....

- Pensé que mi hijo(a) es un

.....

.....

.....

- Pensé que yo soy un

.....

.....

.....

- ¿Qué emoción le surgió a Ud. frente a esos pensamientos? (miedo, rabia, pena, angustia, etc.)

.....

.....

.....

- Me sentí

.....

.....

.....

- ¿Qué hizo Ud. en relación al niño/a en ese momento? (se acercó, se alejó, etc.)

.....

.....

.....

- ¿Qué pasó después?

.....

.....

.....

## Evento 3

- ¿Qué sucedió?

.....

.....

.....

- ¿Qué pensó de su hijo, de Ud. mismo/a y de la situación en ese momento?

.....

.....

.....

- Pensé que mi hijo(a) es un

.....

.....

- Pensé que yo soy un

.....

.....

- ¿Qué emoción le surgió a Ud. frente a esos pensamientos? (miedo, rabia, pena, angustia, etc.)

.....

.....

.....

- Me sentí

.....

.....

.....

- ¿Qué hizo Ud. en relación al niño/a en ese momento? (se acercó, se alejó, etc.)

.....

.....

.....

- ¿Qué pasó después?

.....

.....

.....



## Tareas optativas

**Escoga una de las siguientes actividades y hágalas si así lo desea.**

- 1 Ensaye nuevas formas de calmarse cuando su hijo(a) le genera emociones negativas. Pida consejo a algún ser querido.
- 2 Consulte a alguien cercano como ve que es Ud. como padre o madre. Consiga que le de características positivas y negativas.

.....

.....

.....



sesión  
**5**

¿Cómo soy realmente  
como padre? Parte II

## 1. Entrega de cartilla

Al inicio de esta quinta sesión, luego de dar la bienvenida, hacer entrega de la cartilla correspondiente.

## 2. Lectura de la agenda de la sesión

Luego, siguiendo la estructura general de todas las clases, dar a conocer la agenda de la jornada. En ella se explicita a los asistentes cada etapa que tendrá el trabajo ese día: cómo se llama esta jornada, qué actividad se desarrollará y qué material se trabajará.

## 3. Repaso de la sesión anterior

Luego de explicitar la agenda, se debe realizar el repaso de la sesión anterior con el apoyo del PPT.

## 4. Revisión de tareas

Iniciar en detalle la revisión de tareas por cada asistente. Es fundamental profundizar en el relato de cada tarea pues el reporte de lo que observó cada padre respecto de cómo funciona con su hijo(a) cuando éste está bajo estrés, es central para el presente taller. Si la descripción es muy superficial o posee calificativos “estereotipados” respecto del niño(a) o de sí mismo, invite al padre o al resto de los asistentes a profundizar en la descripción: **“Ponerse en el lugar del niño(a)”** o **“ponerse en el lugar del papá”**. Para entender su reacción frente al niño(a) invitarlo a través de preguntas abiertas a conectar los propios pensamientos o emociones con su historia personal. Por ejemplo, si el padre plantea sentirse “incapaz”, indagar si existen otras áreas de su vida o momentos en que se haya sentido así, por ejemplo: *“¿de dónde aprendió a sentirse incapaz al enfrentar una tarea como ésta?”*. Siempre considere al resto de los padres como fuente de ideas o alternativas de explicación frente a las descripciones dadas en las tareas.

## 5. Actividad de la sesión

Dar unos 30 minutos para realizar la actividad descrita en la cartilla para padres. Es importante que luego cada padre muestre su trabajo al resto. El relator debe fomentar la profundización de lo que va señalando cada participante con preguntas como: ¿qué transmite esta máscara?, ¿qué emoción señala?, ¿cómo reacciona uno al verla?, ¿qué pensará su hijo(a) al ver esa cara?, ¿qué está pensando esa cara?, etc. Todas preguntas que ponen en evidencia cuanto el cuidador está consciente de lo que transmite al niño(a).

## 6. Explicación de las tareas de la semana

Para finalizar esta jornada recuerde explicar las tareas de la semana detalladas en la cartilla de los padres.

### **Materiales para la clase:**

Tarjeta con nombre del participante.

## SESIÓN 5:

# ¿Cómo soy realmente como padre? Parte II

1. Agenda de hoy y noticias
2. Repaso sesión anterior
3. Revisión de tareas
4. Tareas



## ¿Alguna noticia?

.....

.....

.....

.....

.....



## Repaso sesión anterior

### ¿Qué recuerda de la sesión de la semana pasada?

- 1 No es sencillo observar qué le sucede realmente a mi hijo(a) cuando enfrenta algo que lo complica.
- 2 Lo más difícil es descubrir qué está detrás de lo que aparentemente muestra.
- 3 Las explicaciones del tipo: *“es mañoso”, “quiere molestar”, “no le gusta que lo manden”, “quiere hacer solamente lo que quiere”*, impiden mirar más detenidamente lo que en realidad le sucede a mi hijo(a) y se centra en una visión negativa.
- 4 Lo que me pasa emocionalmente como padre afecta mucho en cómo me comporto con mi hijo(a) y cómo me explico lo que le pasa.



**“Para poder ayudar mejor a mi hijo(a) a regularse debo observar también qué le comunico YO como padre”**





### Actividad: ¿cómo soy cómo padre?

Los demás ven nuestras reacciones y se hacen una idea de lo que pensamos y sentimos. Nuestra cara comunica muchas cosas, no solo una emoción. Si bien compartimos día a día con nuestros hijos/as, pocas veces nos detenemos a pensar en cómo somos realmente como papás o cómo nos ven nuestros hijos/as realmente.

Con los materiales que están a su disposición, confeccione dos máscaras que reflejen cómo es Ud. o qué comunica a su hijo(a) cuando:

- 1 Está a gusto con él o desea felicitarlo/la por algo.
- 2 Está disgustado con él/ella y desea retarlo/a por algo.

Ambas máscaras deben reflejar:

- ¿Qué **piensa** Ud. de su hijo(a) en ambas situaciones?
- ¿Qué **siente** Ud. en ambas situaciones?
- ¿Cómo se **comporta** Ud. en ambas situaciones?



¡Trate de mostrar en dichas máscaras como realmente es y No como desearía ser!

### Instrucciones:

Intente ser lo más objetivo posible. Piense en la cara que ve su hijo(a) cuando enfrenta las dos situaciones mencionadas.

Contéstese las siguientes preguntas para diseñar las máscaras:

- ¿Qué imagen tendrá su hijo(a) de Ud.?
- ¿Es la imagen que desearía que tuviera?



**“Trate de verse a sí mismo con los ojos de sus hijos/as”**



### Plenario

¿Me he dado el tiempo de observar qué estoy comunicando a mi hijo(a)?

**“Es importante, para poder ayudar a mi hijo(a) a regular sus emociones conocer bien lo que le estoy comunicando con mis gestos y acciones”**



### El Termómetro Vincular

#### Tarea para la Casa

¿Cómo ha estado la relación con mi hijo(a)? La idea de esta tarea es que Ud. lleve un registro de cómo ha sentido su relación con su hijo(a) cada día de la semana.

Aplique el sistema que le mostramos en las páginas 32 y 33 de este manual y tómele el pulso a sus progresos.



### Tareas

Ya que hemos tratado de observar qué le pasa a su hijo(a) y qué le pasa a usted cuando enfrenta momentos de emociones negativas. Esta semana trataremos de identificar qué cosas dan mejores resultados en la “relación entre ambos”.

- Haga un listado de cosas que USTED ha dicho o hecho con su hijo(a) y que ha sentido que lo han acercado a él/ella.
- Haga un listado de las cosas que USTED ha dicho o hecho con su hijo(a) y que ha sentido que lo han alejado de él/ella.
- Trate de fijarse bien qué es lo que USTED hace, más que lo que hace el niño/a.



Cosas que he dicho o hecho y que me han acercado a mi hijo(a):

1. ....
2. ....
3. ....
4. ....
5. ....
6. ....
7. ....
8. ....
9. ....
10. ....



Cosas que he dicho o hecho que me han alejado de mi hijo(a)

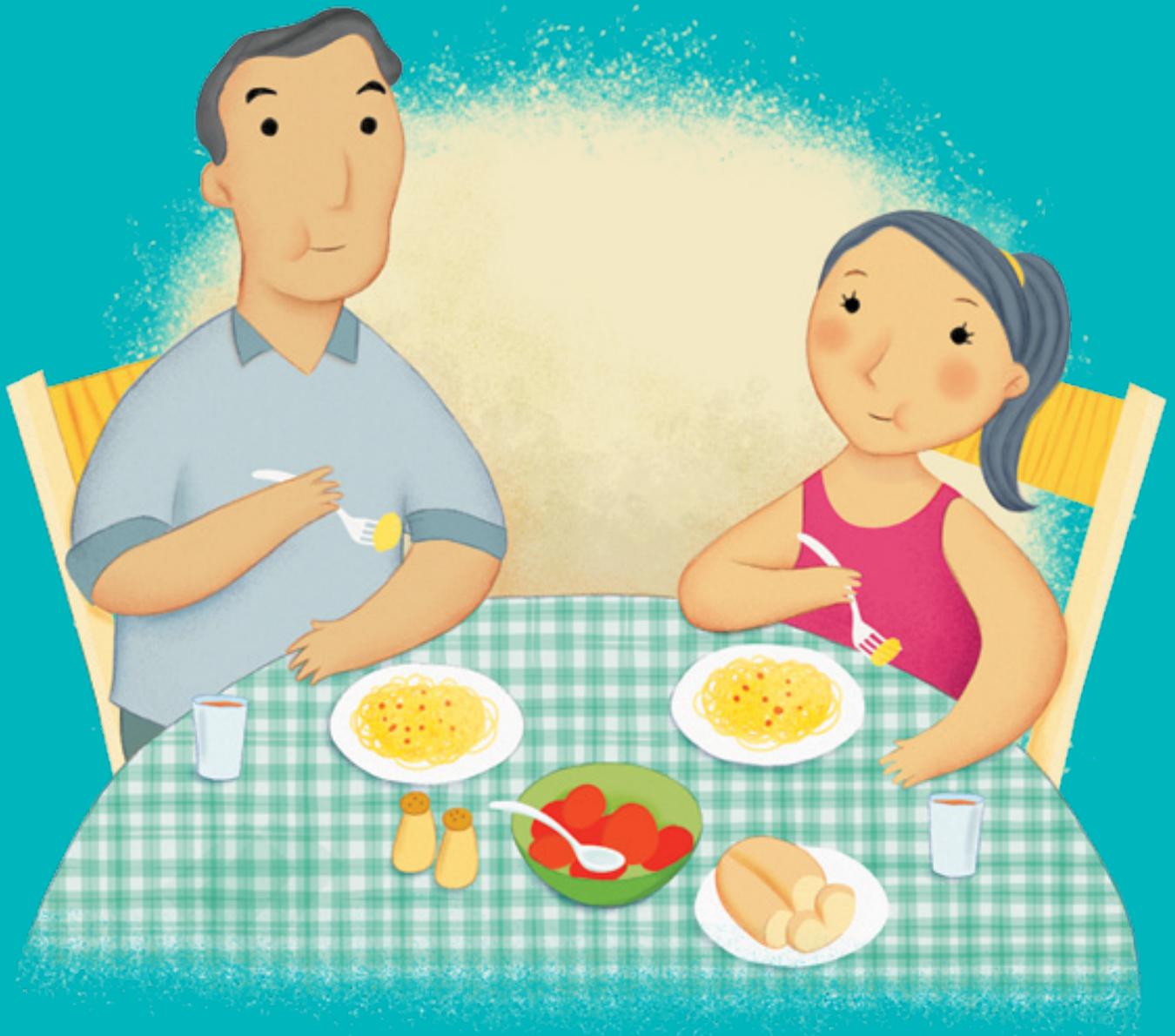
1. ....
2. ....
3. ....
4. ....
5. ....
6. ....
7. ....
8. ....
9. ....
10. ....



### Tareas optativas

Escoja una de las siguientes actividades y hágalas si así lo desea.

- 1 Destine 10 minutos de su día para jugar con su hijo(a) a lo que él o ella desee pero **sin interrupciones**.
- 2 Converse con su hijo(a) y juntos decidan qué calificación poner cada día en el termómetro vincular. Si su hijo(a) es muy pequeño/a convérselo con otra persona que pueda opinar al respecto.



sesión  
**6**

Poner en palabras  
lo que sucede

## 1. Entrega de cartilla

Al inicio de esta sexta sesión, luego de dar la bienvenida, hacer entrega de la cartilla correspondiente.

## 2. Lectura de la agenda de la sesión

Luego, siguiendo la estructura general de todas las sesiones, dar a conocer la agenda de la jornada. En ella se explicita a los asistentes cada etapa que tendrá el trabajo ese día: cómo se llama esta jornada, qué actividad se desarrollará y qué material se trabajará.

## 3. Repaso de la sesión anterior

Luego de explicitar la agenda, se debe realizar el repaso de la sesión anterior con el apoyo del PPT.

## 4. Revisión de tareas

Iniciar en detalle la revisión de tareas por cada asistente. Es fundamental profundizar en el relato de cada tarea pues el reporte de lo que observó cada papá respecto de aquello que hace o dice, que lo acerca o aleja de su hijo(a), permite que descubra cosas concretas que lo ayudarán a mejorar su relación con él. Es frecuente que aparezcan situaciones asociadas a la “compra de cosas” como aquello que lo acerca a su hijo(a) y el pensamiento de que el niño(a) *“lo único que quiere es que le compre algo”* aludiendo a su actitud “interesada” o manipuladora”. Es importante detenerse en ello e invitar a pensar a los padres cómo es que el niño(a) aprendió esta actitud. Con ayuda del grupo y la guía del interventor se descubre que es algo que los mismos padres han enseñado y que si desean cambiar este proceso el niño(a) se resistirá, pues es lógico que espere lo que *“siempre le han dado”*. Enfatizar que sólo la constancia y predictibilidad de los padres permite finalmente que los niños(as) aprendan una nueva forma de relación.

## 5. Actividad de la sesión

La actividad de esta sesión puede desarrollarse en grupos de 3 personas o con el grupo ampliado según sea la asistencia del día. La idea es leer cada una de las situaciones y que luego el grupo trate de responder las preguntas que se señalan. Como se observa el objetivo de la actividad es instalar la premisa de que el comportamiento explícito del niño(a) puede señalar una necesidad o sentimientos muy distintos a los evidentes. Esto debe conectarse con los estilos de apego señalados en las primeras sesiones. Allí se evidencia como la historia de relación que los cuidadores tengan

con el niño(a), le enseña una particular manera de enfrentarse a sus emociones (las esconde, las exagera, se desorganiza, etc.).

Se sugiere que el relator diseñe para cada situación general una historia concreta y real, ojalá señalada por los mismos padres en alguna de las sesiones. Ejemplo: *“Pensemos en un niño(a) que se cayó y se raspó muy feo la rodilla y que no lllore (caso 1) o lllore en exceso (caso 2) o que reaccione haciendo cosas completamente inadecuadas (caso 3)”*. Esto permitirá que los padres se acerquen a la necesidad de “leer la mente” de sus hijos(as) para ayudarlos a enfrentar las situaciones difíciles de la vida.

## 6. Exposición del nuevo material

Luego se desarrolla de manera lectiva el material para esta jornada. Esta se construye sobre el PPT y la lectura de la cartilla distribuida a cada asistente. Es importante hacer hincapié en que un niño(a) que es mentalizado desde pequeño, es un niño(a) que a futuro podrá comprenderse más claramente a sí mismo y, por lo tanto, administrar mejor sus emociones negativas (auto regularse).

## 7. Explicación de las tareas de la semana

Para finalizar esta jornada recuerde explicar las tareas de la semana detalladas en la cartilla de los padres.

### **Materiales para la clase:**

Tarjeta con nombre del participante.

## SESIÓN 6:

# Poner en palabras lo que sucede

1. Agenda de hoy y noticias
2. Repaso sesión anterior
3. Revisión de tareas
4. Nuevo material: ¿Qué es la Mentalización?
5. Tareas



## ¿Alguna noticia?

.....

.....

.....

.....

.....



## Repaso sesión anterior

### ¿Qué recuerda de la sesión de la semana pasada?

- 1 Comunicamos mucho más de lo que decimos. Nuestro cuerpo, gestos y posturas “dicen” cosas a los demás.
- 2 Muchas veces desconocemos qué es lo que efectivamente estamos comunicando o transmitiendo a los otros.
- 3 Para poder tener una relación más saludable con mi hijo(a) es importante detenerme a pensar qué es lo que le transmito a él o ella con mis reacciones.



**“Para poder ayudar mejor a mi hijo(a) a regular sus emociones debo observar qué estoy comunicando efectivamente a mi hijo(a)”**



## Revisión de tareas

1 Revise su termómetro vincular.

2 ¿Hizo un listado de cosas que **usted** ha dicho o hecho con su hijo(a) y que ha sentido que lo han acercado a él/ella?

- ¿Hizo un listado de las cosas que **usted** ha dicho o hecho con su hijo(a) y que ha sentido que lo han alejado de él/ella?

3 ¿Hizo alguna otra tarea?

- ¿Destinó 10 minutos de su día para jugar con su hijo(a) a lo que él o ella desee pero **sin interrupciones**?
- ¿Conversó con su hijo(a) y juntos decidieron qué calificación poner cada día en el termómetro vincular? Si su hijo(a) es muy pequeño/a ¿lo conversó con otra persona?

Si no hizo ninguna de estas tareas ¿cuáles fueron los obstáculos que le impidieron realizarlas?  
¿Qué podría ayudar a que sí pudiera hacerlas esta semana?



## Actividad: “decir lo que le pasa”

Grupalmente converse cada una de las siguientes situaciones y escriba qué podría estar pasando por la mente del niño/a contestando las preguntas.

### Caso 1

Si Ud. observa a un niño/a que en una situación difícil parece no expresar su malestar, se aleja o distancia y no busca o pide ayuda:

- ¿Qué está tratando de expresar?
- ¿Qué está sintiendo?
- ¿Qué cree Ud. que le gustaría hacer o que pasara realmente?

### Caso 2

Si Ud. observa un niño/a que ante una situación difícil exagera su rabia hacia sus padres y se aferra a su padre o madre:

- ¿Qué está tratando de expresar?
- ¿Qué está sintiendo?
- ¿Qué cree Ud. que le gustaría hacer o que pasara realmente?



### Caso 3

Si Ud. observa a un niño/a que ante una situación difícil se descontrola, se tira el pelo, se golpea:

- ¿Qué está tratando de expresar?
- ¿Qué está sintiendo?
- ¿Qué cree Ud. que le gustaría hacer o que pasara realmente?

### Indicaciones:

- Intente ponerse en el lugar o la mente del niño/a.
- Conteste las preguntas como si fuera el niño/a quien las contestara. Una posibilidad es bajo el siguiente formato:

**“Me está pasando que ..... y mis papás ..... y yo desearía que ..... o lo único que espero es que .....”**



## Nuevo material: ¿Qué es la Mentalización?

Hemos hablado que la mejor manera de instalar una relación saludable con nuestro hijo(a), es ayudándolo desde pequeño a regular las emociones negativas que experimenta al interactuar con el entorno.

Esta habilidad para regularlo depende fundamentalmente de cuán atentos estamos a sus necesidades y cómo respondemos a ellas. Muchas cosas hacen que esto sea difícil. Cosas que tienen que ver con el niño/a, cosas que tienen que ver con nosotros como padres y muchas otras cosas que nos afectan a ambos.

La habilidad para poder **identificar qué está pasando por la mente de nuestro hijo(a)** en un momento determinado es clave para saber cómo actuar con él/ella. La mayoría de las veces nos quedamos con explicaciones simplistas y que no nos ayudan a “contactarnos” verdaderamente con nuestros hijos.

Muchas veces experimentamos sensaciones y emociones poco claras. Esto nos impide poder enfrentarlas de mejor manera:

**“...me siento mal pero no sé bien qué es lo que me pasa...”**

Mientras más pequeño es nuestro hijo(a), más difícil es para él tener claro **en palabras** lo que le sucede. Es por ello que es fundamental **ayudarlo a poner en palabras lo que siente, piensa o desea**. A este proceso se le denomina **mentalización**.



Una manera de ayudar a su hijo(a) a regularse es poniendo en palabras lo que le sucede, señalando:

- Lo que siente
- Lo que piensa
- Lo que desea o necesita



“Trate de poner en palabras lo que pasa por la mente de su hijo(a)”



## Plenario

¿Me detengo a pensar en qué pasa por la mente de mi hijo(a) cuando enfrenta algo estresante?

**Es importante, para poder ayudar a mi hijo(a) a regular sus emociones,  
VERBALIZAR LO QUE LE SUCEDE Y CONTRASTAR QUE LO ESTOY ENTENDIENDO BIEN**



## Apuntes

.....

.....

.....

.....

.....

.....



## El Termómetro Vincular

### Tarea para la Casa

¿Cómo ha estado la relación con mi hijo(a)? La idea de esta tarea es que Ud. lleve un registro de cómo ha sentido su relación con su hijo(a) cada día de la semana.

Aplique el sistema que le mostramos en las páginas 32 y 33 de este manual y tómese el pulso a sus progresos.



## Tareas

Hemos tratado de observar qué le pasa a mi hijo(a) y qué me pasa a mí cuando enfrentamos momentos de emociones negativas y qué cosas dan mejores resultados en la relación. Esta semana me propondré ayudar a mi hijo(a) durante algún momento difícil poniendo en palabras lo que le sucede.

Describa tres situaciones, señalando qué sucedió, qué pudo poner en palabras y qué sucedió cuando lo hizo.

### Evento 1

- ¿Qué sucedió? .....
- ¿Qué pasaba por la mente de su hijo(a) en ese momento? ¿Lo ayudó y Usted se lo dijo en palabras? .....
- ¿Qué pasó después? .....

### Evento 2

- ¿Qué sucedió? .....
- ¿Qué pasaba por la mente de su hijo(a) en ese momento? ¿Lo ayudó y Usted se lo dijo en palabras? .....
- ¿Qué pasó después? .....

### Evento 3

- ¿Qué sucedió? .....
- ¿Qué pasaba por la mente de su hijo(a) en ese momento? ¿Lo ayudó y Usted se lo dijo en palabras? .....
- ¿Qué pasó después? .....





sesión  
**7**

¡Me la voy a jugar  
por mi hijo(a)!

## 1. Entrega de cartilla

Al inicio de esta séptima sesión, luego de dar la bienvenida, hacer entrega de la cartilla correspondiente.

## 2. Lectura de la agenda de la sesión

Luego, siguiendo la estructura general de todas las clases, dar a conocer la agenda de la jornada. En ella se explicita a los asistentes cada etapa que tendrá el trabajo ese día: cómo se llama esta jornada, qué actividad se desarrollará y qué material se trabajará.

## 3. Repaso de la sesión anterior

Luego de explicitar la agenda, se debe realizar el repaso de la sesión anterior con el apoyo del PPT.

## 4. Revisión de tareas

Iniciar en detalle la revisión de tareas por cada asistente.

## 5. Actividad de la sesión

La actividad de esta sesión consiste en observar los videos de grabación del juego realizado por los padres con sus hijos(as).

Para iniciar el trabajo el relator debe enunciar algunos compromisos fundamentales a respetar:

- Es absolutamente voluntaria la posibilidad de compartir sus videos de juego con el grupo.
- Si no hubiera voluntarios para esta actividad, se propone realizar un juego grupal de cualquier índole entre los participantes.
- Todo lo que se observe y comente durante la actividad es estrictamente confidencial y no debe comentarse fuera de la sesión del taller.

Luego, antes de compartir los videos de aquellos que se hayan ofrecido a mostrarlos, se da la siguiente indicación: *“Vamos a observar el juego de (nombre del papá) con su hijo(a) (nombre del niño(a)). Interesa que observen en detalle lo que sucede para luego comentarle a (nombre del papá) qué les pareció”*.

Al iniciar la ronda de comentarios se debe señalar que: *“Está prohibido hacer comentarios del tipo **“lo que tu debieras hacer es...”** y están absolutamente bienvenidos los comentarios del tipo **“tú te veías o parecías sentirte...tu hijo(a) se veía o parecía sentirse... etc.”***

Luego de haber visto el video, es posible que Ud. o alguien del grupo quiera verlo de nuevo para aclarar alguna impresión que no esté suficientemente clara como para comentársela al padre.

Debe realizarse una ronda de opiniones de parte del grupo y sólo al final el relator le expondrá sus comentarios al padre.

Los comentarios **deben enfatizar** los buenos momentos del juego señalando con detalle cuales son las señales concretas que los hacen valorarse como tales.

#### **Criterios para valorar la interacción de juego:**

1. Apreciar el nivel de ansiedad del adulto y el niño(a).
2. Apreciar cuanto “disfrute” hay entre ambos.
3. Apreciar si pareciera que el cuidador ha jugado antes con el niño(a): ¿demuestran alguna rutina que lo evidencie?
4. ¿Se miran mientras juegan?
5. ¿Hablan mientras juegan?
6. ¿El cuidador es capaz de seguir los intereses del niño(a)?
7. ¿Existe un libreto que se desarrolle o es desordenado?
8. ¿Hay contacto físico?
9. ¿El cuidador mentaliza los intereses del niño(a) mientras juega?
10. ¿Hay juego simbólico?

## 6. Exposición del nuevo material

Luego se desarrolla de manera lectiva el material para esta jornada. Esta se construye sobre el PPT y la lectura de la cartilla distribuida a cada asistente.

**Nota:** Una alternativa es desarrollar el nuevo material antes de la revisión de los videos. Ello permite afinar la observación de los videos y aprovechar más técnicamente la experiencia.

## 7. Explicación de las tareas de la semana

Para finalizar esta jornada recuerde explicar las tareas de la semana detalladas en la cartilla de los padres.

Igualmente, se refuerza la importancia de asistir a la última jornada de trabajo.

### **Materiales para la clase:**

Tarjeta con nombre del participante. Videos con las grabaciones de papás jugando con sus hijo(a)s en la evaluación antes.

## SESIÓN 7:

# ¡Me la voy a jugar por mi hijo(a)!

1. Agenda de hoy y noticias
2. Repaso sesión anterior
3. Revisión de tareas
4. Nuevo material: Jugando "en serio"
5. Tareas



## ¿Alguna noticia?

.....

.....

.....

.....

.....



## Repaso sesión anterior

¿Qué recuerda de la sesión de la semana pasada?

- 1 Cuando somos pequeños nos cuesta decir lo que verdaderamente nos pasa.
- 2 Necesitamos de un adulto que nos ayude a poner en palabras a nuestras emociones, necesidades y deseos.
- 3 Mi hijo(a) necesita que lo ayude a poner en palabras qué es lo que piensa, siente y desea.
- 4 Para eso debo ejercitarme en descubrir ¿qué pasa por la mente de mi hijo(a)?



**Para poder ayudar mejor a mi hijo(a) a regular sus emociones debo ayudarlo a poner en palabras qué es lo que siente, piensa y desea.**





## Actividad: Jugar, Jugar...

- 1 Revisión de Videos de juego de algún(a) participante del taller.
- 2 Realización de un juego grupal.



## Nuevo material: Jugando "en serio"

Hemos hablado de algunas maneras de comportarnos para tener una relación más saludable con nuestros hijos/as. Hoy hablaremos del Juego.

El juego es el momento en que los niños/as se entrenan en todas las habilidades que requerirán en el futuro. Igualmente, es el espacio que más les reporta placer y gratificación. Un niño/a que "puede" y "se le permite" jugar a sus "anchas" es y será en el futuro más saludable.

Igualmente, es el momento en que su hijo(a) se muestra "tal como es" y por tanto es una oportunidad que los padres tienen para conocerlo verdaderamente y demostrarle lo cerca que **quieren** estar de él/ella.

Probablemente lo que más claramente comunica un padre que está dispuesto a jugar con su hijo(a) es:

**¡Sí, me importas, y eres para mí una prioridad!**





El cómo un adulto juegue con su hijo(a), refleja cómo es la relación en general con él/ella. Hay adultos que al jugar con su hijo(a):

- 1 No se involucran o son sólo espectadores.
- 2 Juegan paralelamente pero no interactúan con su hijo(a).
- 3 Dirigen verbalmente todo lo que hace o desea hacer el niño/a. Corrigen su conducta constantemente en la idea de que el "niño/a haga las cosas bien".
- 4 Cohíben el juego señalando todos los "NO" posibles, pensando que es un momento más bien para "educar".
- 5 Juegan su propio juego y no están atentos a las necesidades de "juego" de su hijo(a).

**Jugársela por su hijo(a) es:**

- 1 Dedicarle tiempo a jugar
- 2 Acomodarse en una postura que comunique : "sí, quiero jugar contigo"
- 3 Estar atento a qué es lo que desea jugar su hijo(a)
- 4 Seguir el juego de su hijo...luego proponerle variaciones.



**Y lo más importante:**

**Contactarse con sus propias ganas de jugar y "disfrutar"  
¡Juegue en "serio" con su hijo(a)!**



## Plenario

- ¿Me detengo a jugar con mi hijo(a)?
- ¿Le demuestro que él o ella es una prioridad para mí?



**“Aprovechar los momentos de juego con su hijo(a) es la mejor manera de comunicarle que él/ella es importante para usted”**



## El Termómetro Vincular

### Tarea para la Casa

¿Cómo ha estado la relación con mi hijo(a)? La idea de esta tarea es que Ud. lleve un registro de cómo ha sentido su relación con su hijo(a) cada día de la semana.

Aplice el sistema que le mostramos en las páginas 32 y 33 de este manual y tómele el pulso a sus progresos.



## Tareas

Destine 10 minutos de su día para jugar con su hijo(a) a lo que él o ella desee pero **sin interrupciones**. Durante el juego trate de poner en práctica lo que ha aprendido hoy. Señale cada día a qué jugó, y valore de 1.0 a 7.0 cómo fue el momento para ambos.

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
¿A qué jugó?						
Nota de 1 a 7						





## Tareas optativas

Escoja una de las siguientes actividades y hágalas si así lo desea.

- 1 Haga una lista de las cosas que le gustaría cambiar de Ud. mismo para ser un mejor padre. Coméntelas con alguien cercano.
- 2 Dedique **cada** día algún momento para realizar algo que a usted le guste.



## Apuntes

A series of horizontal dotted lines for taking notes.



sesión  
**8**

**Mi compromiso por mejorar  
la relación con mi hijo(a)**

## 1. Entrega de cartilla

Al inicio de esta octava y última sesión, luego de dar la bienvenida, hacer entrega de la cartilla correspondiente.

## 2. Lectura de la agenda de la sesión

Luego, siguiendo la estructura general de todas las clases, dar a conocer la agenda de la jornada. En ella se explicita a los asistentes cada etapa que tendrá el trabajo ese día: cómo se llama esta jornada, qué actividad se desarrollará y qué material se trabajará.

## 3. Repaso de la sesión anterior

Luego de explicitar la agenda, se debe realizar el repaso de la sesión anterior con el apoyo del PPT.

## 4. Revisión de tareas

Iniciar en detalle la revisión de tareas por cada asistente.

## 5. Actividad de la sesión

La actividad de esta sesión consiste en confeccionar una carta dirigida al hijo(a) donde cada padre exprese en qué se compromete en concreto para mejorar la relación con su hijo(a). En la cartilla de padres se explicita las condiciones de su elaboración. Se sugiere dar 20 minutos para esta actividad.

Luego de confeccionar la carta, el relator puede dar la posibilidad a los padres que lo deseen, de leer la carta al grupo. Esta opción es de carácter absolutamente voluntario. Al final de su lectura un aplauso permite reforzar el compromiso.

## 6. Repaso general

Luego se desarrolla de manera lectiva el repaso general del taller. Esta se construye sobre el PPT y la lectura de la cartilla distribuida a cada asistente. Durante el repaso, se debe conectar cada contenido repasado con ejemplos y momentos concretos vividos por el grupo a lo largo del taller.

## 7. Graduación

Al final de este repaso se da formalmente término al taller con la ceremonia de graduación. Se propone para ello la entrega de un Diploma de Participación a cada padre y dejar registro fotográfico del evento.

Luego de dicho momento se entrega a cada participante el instrumento de evaluación final donde de manera anónima se les pide opinen respecto a diversos aspectos del taller. Es importante en la inducción del instrumento pedir a los padres absoluta sinceridad pues ello permite mejorar el taller a futuro.

Se sugiere una convivencia de camaradería de cierre.

### **Materiales para la clase:**

Tarjeta con nombre del participante. Hojas de papel de colores, sobres y lápices. Diplomas de graduación, Instrumento de evaluación del taller para los participantes.

## SESIÓN 8:

# Mi compromiso por mejorar la relación con mi hijo(a)

1. Agenda de hoy y noticias
2. Repaso sesión anterior
3. Revisión de tareas
4. Repaso general del taller
5. Graduación y celebración



### ¿Alguna noticia?

.....

.....

.....

.....

.....



### Repaso sesión anterior

#### ¿Qué recuerda de la sesión de la semana pasada?

- 1 Muchas veces pensamos que el juego de nuestros hijos/as es una pérdida de tiempo para ellos o para nosotros.
- 2 No es fácil tomarse “en serio” el jugar con nuestros hijos/as.
- 3 El momento del juego con nuestros hijos/as puede ser un valioso momento de encuentro y comunicación.
- 4 El juego nos permite conocer de cerca a nuestros hijos/as y comunicarle cuanto él o ella es una prioridad para nosotros.



“Para poder ayudar mejor a mi hijo(a) a regular sus emociones debo darme el tiempo de jugar con él de una manera placentera, respetuosa y atenta a sus necesidades”





### Actividad: Carta de compromiso

Estas 8 semanas hemos revisado algunos temas que pretenden ayudarlo a mejorar la relación con su hijo(a). Además de invitarlo a observarse a sí mismo y a observar mejor a su hijo(a), hemos conocido algunas pistas que lo pueden ayudar a avanzar hacia una relación más saludable.

Nada de esto es posible sin un compromiso de su parte. Piense algunos momentos en su hijo(a)... imagínelo en un buen momento, uno de esos en que lo o la hace sonreír.

Luego de ello, escriba una carta dirigida a su hijo(a) y en ella escriba qué siente por él, y qué se propone mejorar de aquí en adelante en su relación con él/ella. Cuénteles qué le gustaría que pasara en el futuro entre ambos...



### Importante

- 1 Trate de ser concreto. Señale con ejemplos qué le gustaría que pasara para que su hijo(a) lo entienda.
- 2 Señale qué aprendizajes de este taller le gustaría aplicar con él o ella.
- 3 Sea honesto.



## Repaso general del taller

Hemos hablado de qué cosas observar, pensar o hacer para tener una relación más saludable con nuestros hijos/as. Como vimos en la primera sesión, el tipo de relación que tengamos con nuestro hijo(a) depende de muchos factores. El siguiente cuadro intenta sintetizar esos factores





“Mientras más conozca a su hijo(a) y mejor maneje sus propias reacciones frente a él, más posibilidades tiene de ayudarlo a regular sus emociones negativas y tener, por tanto, una relación más saludable con él/ella”



## Plenario

¿Qué he aprendido en este taller?



## Apuntes

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

# GRADUACIÓN





# Apuntes

A series of horizontal dotted lines for writing notes, spanning the width of the page.



**Opción**  
Por los derechos de los niños y niñas

[www.opcion.cl](http://www.opcion.cl)

## Corporación OPCIÓN

### Por los derechos de los niños y niñas

OPCIÓN es una Corporación privada sin fines de lucro, fundada en 1990, con el objetivo de proteger y defender los derechos de niños, niñas y adolescentes, y diseñar propuestas para mejorar la calidad y eficacia de las políticas públicas.

Brinda atención directa de reparación a niños y niñas, que viven situaciones de violencia, maltrato, abuso sexual, explotación sexual comercial, abandono, trabajo infantil, y a adolescentes que han infringido la ley, en programas socio-educativos para su reinserción social.

Realiza estudios sobre legislación, políticas públicas e institucionalidad y elabora propuestas que pone a disposición de distintas entidades gubernamentales, comisiones parlamentarias y organismos internacionales. Cuenta con Estatus Consultivo Especial ante el Consejo Económico y Social (ECOSOC) de la Organización de Naciones Unidas, lo que le permite aportar y evaluar el cumplimiento por parte del estado de Chile de los acuerdos internacionales en el ámbito de la infancia y adolescencia.

Para más información, visítenos en [www.opcion.cl](http://www.opcion.cl)

INTERVENCIÓN VINCULAR EN  
SISTEMAS FAMILIARES

