

Jornada con padres
**Nos relacionamos
con afecto en
la familia**



Jornada con padres:
Nos relacionamos con afecto en la familia

Estimados docentes:

La presente jornada se enfoca en promover competencias parentales en los padres de los estudiantes para favorecer el fortalecimiento de vínculos afectivos en la familia. Para ello, se brinda orientaciones en la interacción afectiva y respetuosa hacia sus hijos, a través de gestos, miradas, tono de voz y trato amable, brindándoles de esta manera bienestar, seguridad y sentido de pertenencia.

Propósito	Reconocer cómo interactuar de forma afectuosa y respetuosa con sus hijos para fortalecer sus vínculos afectivos.
Participantes	Padres de familia
Competencias parentales	Vinculares: Son el conjunto de conocimientos, actitudes y prácticas cotidianas de crianza que favorecen la conexión psicológica y emocional con el niño, regulan su estrés y sufrimiento, organizan su vida psíquica y protegen su salud mental, promoviendo un estilo de apego seguro y un adecuado desarrollo socioemocional a lo largo del curso de vida (Gómez, E., & Contreras, L., 2019).
Criterios	Los padres proponen formas de resolver situaciones con sus hijos con calidez emocional, favoreciendo así sus vínculos afectivos.
Materiales	<ul style="list-style-type: none">• Hojas o trozos de papel• Lápices• Hojas con situaciones
Tiempo	90 minutos



Actividades de inicio (20 minutos)

- Da la bienvenida a los participantes agradeciendo su asistencia a la jornada. Menciona que durante el año escolar se realizarán jornadas con padres con la finalidad de promover que las familias eduquen y acompañen con afecto, cuidado y seguridad a sus hijos.
- Acuerda la participación de todos y las normas de convivencia que cumpliremos durante las jornadas.
- Realiza una dinámica de presentación. Por ejemplo:
 - > Invita a los participantes a caminar por el espacio.
 - > A tu indicación, formarán parejas o pequeños grupos de acuerdo con la cantidad de participantes.
 - > Se presentan diciendo su nombre, el nombre de su hijo y un recuerdo o momento feliz de su familia.
- Reflexiona con las familias sobre lo siguiente:
 - > ¿Por qué es importante relacionarnos con afecto en la familia?
- Promueve y escucha con atención y respeto sus opiniones.
- Tomando en cuenta sus respuestas, menciona que el día de hoy nuestro propósito es reconocer cómo interactuar de forma afectuosa y respetuosa con sus hijos para fortalecer sus vínculos afectivos.
- Realiza una actividad de sensibilización:
 - > Entrega un trozo de papel a cada participante.
 - > Invítalos a observar el trozo de papel: que lo toquen y lo describan, es decir, que digan cómo es (es liso, blanco, cuadrado etc.).
 - > Pide que cada uno haga una bolita con el trozo de papel.
 - > Después que la desdoblen y la regresen a su forma inicial. Plantea las siguientes preguntas:
 1. ¿Qué le ocurrió al trozo de papel? ¿cómo está ahora? ¿puede volver a ser cómo era antes? ¿por qué?
 2. Y si tu fueras el trozo de papel, ¿cómo te sentirías? ¿por qué? ¿Podríamos volver a ser la misma persona? ¿por qué?

Jornada con padres: Nos relacionamos con afecto en la familia

- Reflexiona con los participantes a partir de la siguiente idea:

Todas las personas vivimos experiencias positivas o negativas a lo largo de nuestras vidas. Estas experiencias impactan en nosotros y algunas generan un cambio irreversible en cada uno, al igual que la hoja arrugada, que no volverá a ser la misma. Esto puede afectar, de forma positiva o negativa nuestro bienestar y las interrelaciones con las demás personas.

Actividades de proceso (55 minutos)

- Pide dos voluntarios para representar una situación familiar. Les indicamos que uno de ellos representará a un padre de familia y el otro a un hijo. Se les entrega el siguiente texto:

Situación: El vaso roto

Niño de 7 años: Se le cae un vaso y se rompe.

Padre: El tono es de enojo y a medida que va hablando alza la voz y habla con cólera reprochando al niño.

- ¿Qué te pasa, por qué no tienes cuidado? Date cuenta de lo que haces, ese vaso cuesta, lo que comes cuesta, la ropa que tienes cuesta... Eres un tonto.

- Solicita a los dos voluntarios que compartan con todos qué sintió cada uno al representar el papel que le tocó.
- Pregunta a los todos participantes acerca de lo que han observado en la situación representada, motivando la participación de la mayoría de los presentes:
 - > En la situación representada, ¿cómo se relaciona el padre con su hijo?
 - > ¿Qué siente el niño cuándo experimenta estas situaciones?
 - > ¿Por qué crees que el padre actúa así?
 - > ¿Qué podríamos recomendar al padre de la situación?
 - > ¿Cuál es la similitud de esta situación con la hoja de papel arrugada?
- Resalta algunos comentarios interesantes y vinculados con el tema. Brinda algunas ideas claves sobre la identificación de relaciones afectivas y respetuosas.

Jornada con padres: Nos relacionamos con afecto en la familia

- Forma tres grupos para representar diferentes situaciones. En cada situación el padre debe representar dos formas de actuar frente a la situación; una dejando “huellas positivas” en su hijo: dialogando u orientando de manera respetuosa y afectiva; otra dejando “huellas que lastiman”: con gritos, castigos, gestos de amenaza, etc. Puedes cambiar las situaciones por otras que consideres más adecuadas según el contexto.

Primera situación:

Un niño de 6 años, asustado les dice a su papá: “Papá; perdí mi cartuchera con todo dentro. Creo que se me cayó”.

Segunda situación:

Una niña de 8 años le dice a su papá “Estoy aburrida”.

Tercera situación:

Una mamá revisa en la mochila de su hija de 10 años y encuentra una nota de la profesora que dice: “Niña no cumplió con la tarea de matemática”.

- Orienta las representaciones para que se exprese con claridad la diferencia entre dejar “huellas positivas” y “huellas que lastiman”.
- Pide que respondan: Al abordar una situación como las representadas ¿cómo debo actuar para dejar huellas positivas en mi hijo? (por ejemplo: respirar, contar hasta diez, alejarse hasta encontrarse más calmado, darle alternativas, fomentar que el niño proponga qué puede hacer la próxima vez, etc.)
- Reflexiona con los participantes a partir de la siguiente idea:

Todo lo que experimentan nuestros hijos, desde que nacieron deja una huella en ellos. Las palabras que escuchen, los tratos que reciban, lo que vivencien en su entorno, etc. afectará en positivo o negativo su bienestar socioemocional y el logro de sus metas y aprendizajes. Por ello, debemos estar atentos y tomar conciencia de cómo nos comunicamos, cómo les tratamos, cómo les hacemos sentir que los queremos, cómo les enseñamos, cómo les corregimos, cómo les protegemos.

Demostrar afecto en la familia es importante para el desarrollo emocional de sus hijos, ya que el sentirse querido genera confianza y favorece la comunicación.

Jornada con padres:

Nos relacionamos con afecto en la familia

- Brinda recomendaciones para mostrar calidez emocional en las interacciones con sus hijos. A continuación, señalamos algunas de ellas. Puedes colocar las recomendaciones por escrito y pedir la participación de voluntarios para leerlas.
 - > Exprésales tu amor, a través de diversas formas de demostrar afecto: palabras amorosas y amables, tiempo de calidad, contacto físico (abrazos, caricias en el cabello, etc.) toma en cuenta la forma en que tú deseas expresarle tu afecto y que el niño reciba tu afecto con agrado.
 - > Usa palabras positivas y amables cuando le digas a tu hijo qué hacer. Es difícil, pero ¡inténtalo! Evita frases como: “¡No hagas un desastre!”, utiliza: “Por favor, guarda tu ropa” y elógielo por algo que haya hecho bien. Recuerda que las palabras y acciones tienen el poder de dejar huellas.
 - > Sé abierto al diálogo y escucha a tus hijos. Ellos confiarán en ti y te contarán sus problemas o cómo se sienten.
 - > Dedicar un tiempo para jugar y hacer algo divertido con tu hijo. Pueden crear juntos su propio juego. Estos espacios generan confianza y crean recuerdos que generan bienestar en niños.
 - > Recuerda que como padres y madres somos modelos para nuestros hijos. Si nos relacionamos con ellos de manera respetuosa y afectiva, ellos aprenderán a relacionarse de manera positiva con las demás personas.
 - > Toma en cuenta que la forma cómo nos relacionamos con nuestros hijos influye en lo que ellos sienten y piensan de sí mismos.

Cierre (15 minutos)

- Entrega papeles cortados en forma de corazones a cada padre de familia.
- Pide que escriban un mensaje corto y hermoso a su hijo, que exprese su afecto. Si el papá no supiese escribir, se le da el apoyo respectivo.
- Menciona que, al llegar a casa, cada uno hará entrega de ese corazón a su hijo y le dará un abrazo o palabras de afecto.
- Escribe en la pizarra o papelote las siguientes preguntas, indicando que cada uno responderá en silencio, para sí mismo. Damos tiempo prudencial entre pregunta y pregunta.
 - > ¿Cómo me sentí durante la jornada?
 - > ¿Qué aprendí?

Jornada con padres:
Nos relacionamos con afecto en la familia

- > ¿De qué me di cuenta?
- > ¿Cómo lo pondré en práctica en la vida cotidiana con mi hijo?
- Invita a algunos voluntarios a compartir sus respuestas.
- Felicita y propicia un abrazo grupal diciéndose uno a otros “Te felicito por darle a tu hijo lo mejor de ti”.

