

CÓMO ORGANIZAR LAS ESCUELAS DE PADRES Y MADRES

Manual para facilitadoras y
facilitadores



PEDRO NUÑEZ SÁNCHEZ

*Cómo organizar las escuelas de madres y padres.
Manual para facilitadoras y facilitadores.*



CÓMO ORGANIZAR
LAS ESCUELAS DE
MADRES Y PADRES

CÓMO ORGANIZAR LAS ESCUELAS DE PADRES Y MADRES

Manual para facilitadoras y
facilitadores



CÓMO ORGANIZAR
LAS ESCUELAS DE
PADRES Y MADRES

3

PEDRO NUÑEZ SÁNCHEZ

Núñez Sánchez, Pedro

Cómo organizr las escuelas de madres y padres. Manual para facilitadoras y facilitadores / Pedro Núñez Sánchez.— Lima: Sepec, 1999. 72 pp.

I.S.B.N. 9972-618-45-5

ESCUELA DE MADRES Y PADRES / TALLERS / GÉNERO / ENFOQUE DE GÉNERO

Perú.

1. Escuela de madres y padres 2. Género

CLC LH67

CCD 374.01



Depósito Legal: 15010599-4303



Autor: **Pedro Núñez Sánchez.**

Corrección: **Carolina Teillier Arredondo.**

Carátula e ilustraciones interiores: **Edgar Rueda Bruno.**

Primera edición: 1000 ejemplares.

Lima, noviembre de 1999.

©

De esta edición:

Sepec. Servicio Ecuménico de Pastoral y Estudios de la Comunicación.

Francisco Zela 1027 - altos. Lima 11. Telefax: 471 6847.

Correo electrónico: sepec@amauta.rcp.net.pe

Tarea Asociación de Publicaciones Educativas.

Parque Osore 161, Pueblo Libre. Teléfax: 424 2827.

Correo electrónico: postmast@tarea.org.pe

Índice

Presentación	7
Nuestra propuesta de escuela de madres y padres	
Contexto de nuestra experiencia piloto	11
Los objetivos de la escuela de madres y padres	12
<i>Objetivo general</i>	12
<i>Objetivos específicos</i>	12
Lugar de la experiencia piloto	13
El equipo facilitador	13
Padres y madres de familia: ¿cómo son, qué piensan?	13
Condiciones que requiere la propuesta	
¿Para qué sirve esta guía metodológica?	19
¿Qué es un taller?	19
La dinámica del taller: una metodología creativa y participativa	20
Los recursos utilizados	20
<i>El tiempo</i>	20
<i>La relajación</i>	21
<i>La familiaridad del grupo</i>	21
<i>El tamaño del grupo</i>	21
<i>El trabajo en los grupos pequeños</i>	21
<i>La parte final del taller</i>	22
<i>Los compromisos de los padres y las madres</i>	22
<i>Los conceptos clave</i>	22
Perfil del facilitador o la facilitadora	23
Resumen de nuestro enfoque	23
Los temas	24
Un camino para los talleres de la escuela de madres y padres	
El sentido de cada paso de la sesión	29
<i>La primera parte, en la que recuperamos los saberes</i>	29
<i>La segunda parte, de elaboración</i>	30
<i>La tercera parte, de compromisos</i>	31
Tema 1: Comunicación	32
Tema 2: Cómo aprenden los niños y las niñas	38
Tema 3: Autoestima	44
Tema 4: Equidad de género en la familia	51
Tema 5: Sexualidad	58
Tema 6: Violencia familiar	64
Recursos	69





CÓMO ORGANIZAR
LAS ESCUELAS DE
MADRES Y PADRES

Presentación

Los cambios culturales y educativos demandan a padres y madres de familia el reubicarse frente a los nuevos procesos que se dan en la escuela y en la sociedad. Esta situación plantea actualmente retos en la crianza: se habla ahora de asuntos como la autoestima, la sexualidad infantil y del adolescente, la violencia familiar y juvenil como problema social, las estrategias de vida de la juventud frente a retos que generaciones anteriores desconocían, y otros asuntos que se van presentando en el horizonte de la familia y la escuela.

Esta publicación, del Servicio Ecuménico de Pastoral y Estudios de la Comunicación (SEPEC) y TAREA Asociación de Publicaciones Educativas, presenta una propuesta y algunos temas a tratar en las escuelas de madres y padres. Los temas y la propuesta son parte de la experiencia piloto de un equipo de **Sepec** y **Tarea** en el colegio Ramiro Prialé de San Juan de Miraflores en 1997 y 1998.

Desde esta experiencia buscamos aportar con una guía metodológica para implementar escuelas de madres y padres en colegios de primaria y secundaria, con el objetivo de que grupos de padres y madres orientados por un facilitador o una facilitadora que cumpla determinados requisitos de formación, puedan profundizar en esta problemática e iniciar procesos personales y grupales de aprendizaje y cambio en beneficio del desarrollo saludable de la familia.

Nuestra guía metodológica contribuye con una visión de las madres y los padres como sujetos que pueden construir nuevos sentidos, conocimientos y enfoques de crianza porque han tenido, como hijas e hijos, una experiencia de vida que ha marcado sus conductas en torno a su maternidad o paternidad, de la que es imprescindible recuperar sus recuerdos para reelaborar lo que hacen aquí y ahora para ser madres o padres, lo que piensan, lo que sienten y lo que dicen o manifiestan a sus hijas e hijos como mandatos conscientes e inconscientes.

El texto que les presentamos consta de tres secciones:

- En la primera sección presentamos el contexto en el que se elaboró la propuesta, los objetivos, dónde se realizó la experiencia, el equipo que estuvo a su cargo, las características de los padres y las madres de familia con quienes se desarrolla esta experiencia en Lima y los datos tomados de un sondeo realizado en varios distritos por miembros de la Red de Facilitadores y del equipo de **Sepec** y **Tarea**.
- En la segunda sección hablamos de las condiciones necesarias para llevar adelante la propuesta en los colegios donde se planea realizar un taller. Hacemos un recuento de sus características, hablamos del perfil del facilitador o de la facilitadora, del enfoque empleado y finalmente de los temas trabajados en la experiencia.



- En la tercera sección exponemos lo que consideramos es un camino para el desarrollo de los talleres; así como el proceso seguido en cada tema trabajado: autoestima, cómo aprenden los niños y las niñas, la violencia familiar, la sexualidad, etc.

Estos temas son parte de lo trabajado en la experiencia piloto. De todos ellos hemos seleccionado algunos: los más solicitados, de acuerdo con una encuesta aplicada a las madres y los padres de familia:

1. Comunicación
2. Cómo aprenden los niños y las niñas
3. Autoestima
4. Equidad de género
5. Sexualidad
6. Violencia familiar.

Con esta publicación queremos enriquecer la experiencia de quienes vienen desempeñándose en el campo educativo y hacen esfuerzos personales por optimizar sus trabajos frente a los desafíos que plantea un área nueva y retadora: la educación de adultos.

Esta propuesta es adaptable a las condiciones de trabajo de cada facilitador o facilitadora. Desde aquí les extendemos una invitación para que, a partir de sus propias experiencias educativas, la enriquezcan, la modifiquen o le incorporen los pasos y temas que su contexto les sugiera.



NUESTRA PROPUESTA DE ESCUELA DE MADRES Y PADRES



CÓMO ORGANIZAR
LAS ESCUELAS DE
MADRES Y PADRES



CÓMO ORGANIZAR
LAS ESCUELAS DE
MADRES Y PADRES

Contexto de nuestra experiencia piloto

Nuestra experiencia piloto se realizó durante dos años, cuando la escuela pública atravesaba por varias tensiones. Primero, existía una demanda generalizada de mejoras en la calidad de la educación en los colegios. Las familias sentían resquebrajada su confianza en la educación como un proceso formativo que abre las puertas a oportunidades de desarrollo personal, laboral y de movilidad social. La inversión de las familias para que las hijas y los hijos –generalmente varios– accedan a la escuela como medio de progreso y superación personal y familiar, se percibía resentida por esta realidad.

Encontramos un distanciamiento entre las familias y la escuela: aquéllas miraban con desconfianza al docente y éste sentía que madres y padres se desentendían de la educación de sus hijos e hijas, dejándole todo el peso de esta labor al colegio.

Percibimos, pues, una brecha entre la familia y la escuela. En este contexto, creemos que las EMP colaboraron de alguna forma a cerrarla, porque no es posible una experiencia piloto sin involucrar y concertar con todos los actores de la comunidad educativa.

Por otro lado, la propia escuela no estaba acondicionada para programar la formación de los padres y las madres de forma permanente. Este esfuerzo corrió a cargo de directivos y docentes, quienes –convencidos de que debía darse una nueva relación entre la escuela y las familias– decidieron dedicar tiempo y esfuerzo a conseguir aulas adecuadas, mobiliario e incluso en muchas ocasiones fuentes de luz, cuando las reuniones duraban hasta tarde.

Frente al reto de las EMP, la respuesta del alumnado fue de abierto respaldo. Como parte de la experiencia, solicitamos a alumnas y alumnos de secundaria que escribieran cartas invitando a sus padres y madres a asistir a los talleres. En estas convocatorias manifestaron su demanda emocionada, señalando la importancia y urgencia que le asignaban a este nuevo espacio educativo.

He aquí extractos de algunas cartas de invitación: “participa porque en estos talleres te enseñarán a comprenderme”, “asiste para que me ayudes a pasar una etapa confusa de mi vida, que me comprendas en todo lo que me pasa día a día y no sentirme solo en las decisiones”, “quisiera que me escuchen y confíen en mí”, “comprendan que estamos en la adolescencia y que nunca vamos a quedarnos en la niñez”, “quisiera que me entiendas y que me ayuden en mis estudios”, “así aprenderás algo más de lo que pasa en otras familias, a tener orientación sobre cómo tratarnos y tal vez podamos hablar con confianza sobre los problemas que pasan cada día”. Lo mostrado evidencia el interés por la formación de sus madres y



padres, para mejorar sus relaciones familiares atendiendo a sus necesidades de comprensión, aceptación, afecto, interés y confianza.

En la escuela encontramos tensión frente a algunos asuntos prioritarios. El más importante, desde nuestro punto de vista, era (y es) el mejoramiento de la calidad de la oferta educativa, puesto que involucra a la mayoría de la comunidad educativa. Padres y madres esperan que la escuela facilite el desarrollo de sus hijos e hijas y tienen interés en saber cómo apoyar su aprendizaje. Quieren informarse de los cambios y las reflexiones en torno a la educación centrada en cada estudiante, a las inteligencias múltiples, al constructivismo, a los aprendizajes significativos, a la inteligencia emocional y a otros temas de actualidad.

Junto con este tema central se propusieron otros propios del contexto educativo, tales como la violencia juvenil, los embarazos prematuros, la drogadicción, el alcoholismo y el maltrato familiar. Si bien estos temas son importantes por sus efectos en los y las estudiantes y en las familias afectadas, siguen siendo proporcionalmente menores frente al reto de promover una educación centrada en cada estudiante, respetuosa de sus derechos, orientada hacia la formación y el desarrollo de sus capacidades.

La experiencia piloto nos permitió percibir que si bien la escuela pública atravesaba por tensiones y problemas, como consecuencia de la limitación de recursos a la que fue sometida durante las últimas décadas, todos sus miembros –directivos, docentes, madres y padres, alumnos y alumnas– se mostraban atentos y receptivos a propuestas de cambio e innovación en beneficio del mejoramiento de la calidad de su oferta educativa.

A ello podemos añadir, como un componente significativo, la capacidad de diálogo entre todos los miembros de la escuela pública para sacar adelante el proyecto, siendo este diálogo la base de los logros alcanzados.

Los objetivos de la escuela de madres y padres

Objetivo general

El objetivo general de la experiencia piloto de EMP era la motivación y preparación de las madres y los padres para que promuevan relaciones de equidad y convivencia en su hogar. Las relaciones de equidad entre varones y mujeres en la familia debían, por un lado, complementar los esfuerzos de democratización de las relaciones entre sus miembros, y por otro lado, contribuir a los procesos de aprendizaje de niños y niñas en el ámbito escolar.

Objetivos específicos

1. El cuestionamiento, por parte de las personas participantes en los talleres, de determinados conceptos, valores y conductas puestos en práctica en la educación de sus hijos e hijas. Por ejemplo, la idea heredada acerca de que las niñas deben tener bajas expectativas respecto a su formación profesional. En este sentido, madres y padres decidieron afirmarse en su esfuerzo para que sus hijas tengan las mismas oportunidades laborales que sus hijos.
2. El aprendizaje, por parte de las personas participantes en los talleres, del manejo de herramientas conceptuales prácticas para promover la convivencia y la



equidad entre el varón y la mujer en el ámbito del hogar y la familia. Al finalizar los trabajos en grupo hicieron, por ejemplo, dos listas de mensajes para elevar la autoestima: una dirigida a sus hijos y otra a sus hijas.

3. La mejora de las condiciones necesarias para el rendimiento escolar de sus hijos e hijas, a partir de una superior comprensión de la forma como aprenden los niños y las niñas en primaria, y las y los adolescentes en secundaria. El conocimiento de los cambios en la educación, la escuela y el aula, proporcionó un mejor enfoque sobre lo que debían hacer frente a dichos cambios.
4. La complementación de los esfuerzos de democratización en la escuela, a través de la reflexión sobre las relaciones autoritarias que se inician y consolidan en la familia, en la comunicación entre personas adultas, entre padres y madres e hijos e hijas, y entre hermanos y hermanas mayores y menores. Al finalizar las sesiones, las personas participantes asumieron compromisos para iniciar cambios en sus relaciones familiares.

Lugar de la experiencia piloto

La experiencia piloto se realizó en el Colegio Ramiro Priale del distrito de San Juan de Miraflores, en dos momentos diferentes: el primero en 1997, con padres y madres de estudiantes de primaria; y el segundo en 1998, con madres y padres de estudiantes de secundaria. En el primer momento se realizaron 6 talleres; en el segundo, 5.

Los temas trabajados en primaria fueron: cómo aprenden los niños y las niñas; la autoestima; la violencia familiar; protección, desprotección y sobreprotección; y sexualidad infantil. En secundaria fueron la autoestima, la comunicación familiar, la sexualidad y las estrategias de vida.

El equipo facilitador

Se formó un equipo integrado por una educadora y un educador. Ambos diseñaron y realizaron la experiencia piloto y posteriormente evaluaron y sistematizaron los resultados. El equipo publicó luego una propuesta educativa para quienes quisieran replicar la experiencia de capacitar a madres y padres de familia. De igual modo, elaboró dos memorias de la experiencia y una sistematización de los talleres con padres y madres con estudiantes en primaria.

Al equipo se incorporaron directivos y subdirectivos de primaria y secundaria, docentes y estudiantes del colegio, quienes colaboraron con las actividades. Esta colaboración con el equipo de **Sepec** y **Tarea** fue importante para la obtención de los resultados, pues estableció un nexo permanente con las madres y los padres de familia e intermedió permanentemente para facilitar la solución de los problemas que fueron surgiendo en el proceso educativo.



Padres y madres de familia: ¿cómo son, qué piensan?

Las madres y los padres que participaron en la experiencia a nivel Lima tienen algunas características que es importante reseñar, a partir del análisis de la en-

cuesta realizada en colegios de San Juan de Lurigancho, Lurín, San Juan de Miraflores y Villa María del Triunfo.

El 60% nació en provincias y sólo el 40% en Lima. Entre quienes nacieron en provincias, la mayoría tiene más de 15 años viviendo en Lima (41%).

Sólo el 57% contrajo matrimonio. El resto se encuentra en situación de convivencia, separación o divorcio; o es madre o padre soltero. El 64% dice trabajar como ama de casa. El 76% habla castellano y el 21% habla también quechua.

La mayoría (47%) tiene entre 2 y 3 hijos. El tipo de familia más extendido es el de la familia nuclear, que consta de madre, padre y uno o dos hijos o hijas. Le sigue con un 18% la familia extensa, que tiene todavía una importante vigencia. Aparece también en forma destacada la familia compuesta, con un 16%, mientras que las familias monoparentales son sólo el 4.5% de la muestra.

Los asuntos de mayor interés para madres y padres participantes en los talleres son la comunicación y las pautas de crianza. De la comunicación, específicamente la que se da entre madre-padre e hijos o hijas; y manifiestan su preocupación por la indiferencia del padre o de la madre para comunicarse. Sólo el 13% señala que en su hogar hay una comunicación autoritaria.

La mayoría señala conocer los intereses de sus hijos o hijas (53.8%); pero un grupo significativo (45%) cree que sabe poco o nada de ellos.

La mayoría (68%) indica que la comunicación en la pareja se rompe cuando ambos no se entienden, cuando existen problemas económicos y cuando hay alcoholismo o violencia entre los padres.

En lo que respecta a la sexualidad, se demanda tratar el asunto de cómo hablar sobre ella (37%) y temas referidos a la sexualidad infantil y del adolescente (32%).

El 25% de los padres dice no hablar de sexualidad con sus hijos e hijas. Sólo el 32% dice hacerlo; y de ellos, la mayoría (42%) de manera esporádica. La madre dice hablar del asunto sólo en el 36.8% de los casos; y ambos juntos, en el 30.9%. En el 23% de los casos, ni la madre ni el padre hablan de sexo en el hogar, lo que indica la importancia de trabajar este tema en los talleres.

Los padres consideran que la edad adecuada para hablar a sus hijas e hijos sobre sexualidad está entre los 11 y los 15 años (30.9%); el 25% considera que se les debe hablar de acuerdo con el interés que muestren.

El 23.95% señaló que, al preguntarle sus hijos o hijas sobre sexo, responden con vergüenza. La mayoría dice que responde con naturalidad y el 9.7% dice que evita hablarles del asunto.

En cuanto a la violencia, lo que mayor interés despertó fue el maltrato infantil y la violencia familiar (38%). Las pandillas, el 15% del interés. Las drogas y el consumo de alcohol, el 13.8%. El maltrato en el aula, el 8.3%.

El 33% de las madres considera que su relación de pareja es conflictiva y autoritaria. Mientras tanto, la mayoría (62.8%) considera que es comunicativa.

Un 33% dijo maltratar a sus hijos e hijas como manera de corregirlos, insultándolos, pegándoles, dejándolos sin comer, amenazándolos o encerrándolos. La mayoría (66.75%) dice considerar que lo mejor, cuando se comportan mal, es hablarles.



La mayoría afirma que los profesores o las profesoras deben hablar a sus hijos o hijas si se portan mal (85%); la minoría prefiere los castigos, como el pegarles, disminuir sus calificaciones o suspenderlos (14%).

La mayoría (37,5%) considera que la falta de afecto y comprensión empuja a chicas y chicos a integrarse a las bandas juveniles. Otros motivos señalados fueron la violencia familiar (15%), los hogares incompletos –ausencia del padre o de la madre (16%)–, el autoritarismo de la madre o el padre (10%) y la necesidad de agruparse y sentirse independiente (8%).

En cuanto a las pautas de crianza, el interés es parejo respecto a todos los puntos mencionados; pero destaca el pedido de información sobre la crianza durante la niñez y la adolescencia, y sobre la problemática generada por la desprotección y la sobreprotección.

El 64% considera que niñas y niños pueden tomar decisiones; pero un considerable 34% no lo cree así. Esta última respuesta nos indica que probablemente no toman en cuenta la capacidad de sus hijos e hijas de aprender a tomar decisiones, visión que puede derivar en conductas que anulen esta competencia, lo que repercutirá en la formación de la personalidad y en manifestaciones de baja autoestima.

Es muy preocupante que un 28.8% afirme que la responsabilidad de la crianza recae en la madre, a pesar de que el 67% dice considerar que debe recaer tanto en ella como en el padre. Esta respuesta coincide con un aspecto observado en experiencias en San Juan de Miraflores y otros lugares de Lima: que la mayoría de asistentes a los talleres son madres de familia. Los padres están ausentes de esta experiencia educativa y arguyen diversas razones, como falta de tiempo o prioridad del trabajo. Además, a veces el padre está ausente de la casa.

En lo que respecta a la equidad de género, los puntos a los que se les dio mayor importancia fueron el maltrato contra la niña y la mujer (21%), su autoestima (20%) y los roles de la mujer y el hombre (16.9%). Estas respuestas indican la importancia que comienza a cobrar en la mentalidad de las madres y los padres el asunto de la autoestima de la niña y la mujer como un punto importante en su educación.

Según las respuestas recogidas, las decisiones en la familia son en su mayoría tomadas por el padre y la madre (59%). En el 25% de los casos, sólo uno ejerce esta potestad, lo que señala que una relación autoritaria sobre el resto del grupo familiar es aún un modelo en vigencia. En la minoría de los casos (14.9%) las decisiones se toman en conjunto con toda la familia, lo que nos parece saludable aunque sea minoritario todavía.

En relación con el rendimiento escolar, consideran como puntos más importantes el bajo rendimiento (23.8%), los hábitos de estudio (15%) y la despreocupación del padre y la madre (20%).

La encuesta nos permite conocer una serie de características del pensamiento y la conducta de padres y madres de familia promedio de Lima durante este período. Los talleres diseñados por el proyecto tomaron en cuenta los datos recogidos y, por otra parte, contribuyeron a precisar y confirmar algunas observaciones.

Quienes decidan tomar en cuenta nuestra experiencia y el modelo de capacitación que proponemos, pueden incorporar en su propio diseño la reflexión sobre este perfil de madres y padres de familia, sus necesidades de aprendizaje, sus prioridades sobre los temas a tratar y las precisiones sobre las conductas de sus hijos e hijas.



CÓMO ORGANIZAR
LAS ESCUELAS DE
MADRES Y PADRES



CÓMO ORGANIZAR
LAS ESCUELAS DE
MADRES Y PADRES

CONDICIONES QUE REQUIERE LA PROPUESTA



CÓMO ORGANIZAR
LAS ESCUELAS DE
MADRES Y PADRES



CÓMO ORGANIZAR
LAS ESCUELAS DE
MADRES Y PADRES

¿Para qué sirve esta guía metodológica?

Cuando quisimos concretar la experiencia piloto, nos planteamos una concepción específica sobre el taller y los temas que debía trabajar el facilitador o la facilitadora. La presente guía metodológica, que condensa nuestra propuesta, proporciona elementos para diseñar una sesión de escuela de madres y padres (EMP). Sirve también para descubrir que los talleres pueden ser un espacio para construir sentidos individuales y colectivos acerca de la compleja labor que significa ser padres y madres, con una actitud de aprendizaje permanente.

¿Qué es un taller?

Es un espacio de comunicación, de reelaboración y creación de una nueva cultura de la infancia, de la adolescencia y de ser padres y madres, donde es importante la sintonía entre facilitadores o facilitadoras y participantes. Esta sintonía se puede conseguir trabajando el sentido colectivo de la sesión, el lenguaje corporal, el tono de voz y las palabras dirigidas a las otras personas, solas o en grupo.

Es un espacio creativo, porque en él pueden adoptarse distintas perspectivas: una manera de pensar, sentir, hablar y actuar con flexibilidad.

El facilitadora o la facilitadora puede adoptar tres puntos de vista para analizar cualquier comunicación con los padres y las madres:

1. Su propio punto de vista, surgido de la experiencia personal y de lo que piensa. Esta es una primera posición.
2. El punto de vista de la otra persona (segunda posición), lo que puede resultarle incómodo si supone que la comprensión y el asentimiento significan la aceptación de las ideas, o si considera que ponerse en el lugar de la otra persona significa necesariamente estar de acuerdo con ella. Lo importante es, sin embargo, comprender lo que la otra persona piensa y siente, para saber si se está de acuerdo o no con ella.
3. La tercera posición o meta permite ver las dos anteriores desde el exterior. Desde una ubicación externa, es posible mejorar la comunicación con el grupo y prevenir entrapamientos y conflictos.

Es una experiencia vivencial, porque su materia prima es la rica experiencia de vida de las madres y de los padres participantes. No olvidemos que la mayoría



ha criado varios hijos e hijas y tiene un bagaje de experiencias rico, diverso y en parte elaborado sobre la base de sus creencias familiares, valores y sentido común.

Desde este cimiento podemos hacer que ellas y ellos participen recordando, reviviendo, hablando, contando, comentando su experiencia, anotando –si se dispone de materiales para escribir– las ideas o los sentimientos, lo que hicieron y lo que quieren hablar sobre estos hechos. El sentido de lo vivencial se concreta si todas las personas se sienten motivadas a compartir su experiencia sin ser criticadas sino escuchadas con empatía.

La dinámica del taller: una metodología creativa y participativa

- a) **Debe partirse de la experiencia** de los padres y las madres en la crianza de sus hijos e hijas. Recuperar esta información, de forma personal al principio y grupal después, contribuirá a la generación de un saber colectivo acerca de la crianza, según el tema que se esté tratando.

Las ideas fuerza y los conceptos clave que el facilitador o la facilitadora proponga en la reunión, ayudarán a dar un marco que recoja los aportes de las diversas corrientes del pensamiento y de la investigación sobre la crianza, en torno a los puntos específicos que se traten.

- b) **La elaboración o construcción de conocimiento** por los padres y las madres es el segundo momento de esta dinámica, que permite replantear –aquí y ahora– los problemas de la crianza y los temas de la sesión.

Los trabajos de grupo, la plenaria y los recursos que se utilicen en este momento permitirán la interiorización y elaboración de saberes individuales y colectivos, que darán paso a los compromisos de las personas asistentes.

- c) **Los compromisos** se asumen para ser incorporados como parte de la vida de las personas participantes y de sus familias. Realizada la elaboración colectiva del nuevo conocimiento, ellos y ellas podrán escribir o manifestar ante la plenaria las decisiones de cambio que están adoptando para con su pareja y sus hijos e hijas, por ejemplo en la semana que transcurre.



Los recursos utilizados

El tiempo

Si bien en nuestra propuesta piloto de EMP utilizamos un promedio de 3 horas de trabajo, este tiempo es totalmente adaptable a las realidades que se presenten en los colegios donde se lleve a cabo la experiencia.

Si se asume nuestra propuesta, puede armarse un taller largo (de 2 a 3 horas), que incluya todas las partes sugeridas, o uno más reducido (de 1 a 2 horas) tomando sólo algunas partes. Las secuencias también pueden ser adaptadas, alargándolas o acortándolas según las necesidades, limitaciones o posibilidades del colegio donde se trabaje.

La relajación

Incluimos esta técnica en los talleres –más adelante proponemos algunos ejemplos– porque nos parece que es de suma importancia para lograr condiciones de calma, atención y superación de temores que muchas veces se dan entre personas adultas al trabajar temas como autoestima o sexualidad, pues comprometen vivencias personales, problemas, recuerdos y situaciones conflictivas que pueden haber vivido o estar viviendo en la familia.

El uso de técnicas de relajación, como la respiración o la visualización, contribuye de forma significativa a que las personas decidan recuperar sus vivencias sin temores y participen activamente en los grupos, descubriendo que sus problemas son comunes a otras familias y que los talleres son un espacio adecuado para empezar a tratarlos.

La familiaridad del grupo

Es importante tener en cuenta que en algunos casos los miembros del grupo ya se conocerán entre sí, y esto puede afectar la sintonía y la dinámica que se establezca. Por ello recomendamos iniciar los talleres con actividades y dinámicas de presentación, que convoquen a la familiaridad, a la confianza y a la integración para sentirse en equipo.

Es probable que en algunos casos padres y madres hayan sido coaccionados por la dirección del colegio a asistir. Es recomendable abordar esta situación directamente. Se puede decir “sé que fueron convocados y presionados para que asistan al taller, pero ya que estamos aquí podemos aprovechar la sesión todo este tiempo que vamos a pasar juntos en beneficio nuestro”.

El tamaño del grupo

El tamaño del grupo es importante porque influirá en el diseño del taller. En un grupo pequeño hay más discusión y confianza, y es posible comentar mejor las experiencias personales. En los grupos grandes sólo algunas personas toman la palabra mientras que las demás escuchan y asienten o evitan intervenir, a menos que el facilitador o la facilitadora les preste atención y establezca sintonía entre sus miembros. El tamaño del grupo también impactará en las actividades a proponerse. Por esta razón recomendamos que los grupos iniciales que comenten sus experiencias o vivencias personales estén conformados por 3 o 4 personas, para que todas puedan intervenir y dar sus opiniones.

La composición del grupo también influirá en las intervenciones. El grupo puede estar formado por madres analfabetas, con educación primaria incompleta o sólo primaria. Son pocos los lugares de Lima donde la mayoría de madres ha terminado la secundaria o tiene educación superior. En muchos casos las madres tardan en ubicarse frente a la palabra escrita, y entonces los documentos y las hojas tendrán poco impacto en el proceso educativo. Éste se dará más a través de la reflexión de las participantes, del movimiento y de la descripción de imágenes.

El trabajo en los grupos pequeños

Es recomendable trabajar en grupos de 2, 3 y 4 personas antes de hacerlo en grupos grandes o en la plenaria. Esto ayuda a que todas las personas participantes intervengan y nadie se quede sin hablar sobre los temas propuestos. Las inter-



venciones dentro de un grupo pequeño que da confianza tienden a abordar sin temores problemas importantes, y crean las condiciones y motivaciones que luego permitirán la intervención en los grupos más grandes o en la plenaria.

Después de varias sesiones, muchas de las personas inhibidas que no participaban inicialmente tenderán a ir rompiendo esta atadura e intervendrán, recuperando su derecho a pensar, opinar y sugerir; a ser escuchadas y reconocidas.

La parte final del taller

En esta parte, que corresponde a la plenaria, recomendamos mucha flexibilidad porque deberán irse cerrando los temas abiertos por las reflexiones individuales y grupales.

“Cerrar los temas” significa que cada persona o grupo deberá sentir que sus preguntas han sido atendidas o que su voz fue escuchada y aceptada, sin críticas o juicios negativos. Requiere de habilidad de la facilitadora o el facilitador el dejar abierta la posibilidad de continuar el trabajo en sesiones posteriores o de comunicarse con una persona especialista en los temas requeridos.

Muchas veces padres y madres tienen preguntas o problemas que los angustian tremendamente. Sin embargo, lo que angustia a unos no produce mucha preocupación en otros. Sólo la experiencia del facilitador o la facilitadora le permitirá calmar los temores despertados y atender personalmente algunos casos.

Los compromisos de los padres y las madres

Se llega a este punto al cierre del taller. Deberá permitirse que padres y madres formulen clara y abiertamente las decisiones de cambio que han adoptado durante la sesión respecto a sus conductas y a la crianza de sus hijos e hijas.

Recomendamos que ese compromiso sea formulado en función de lo que él o ella hará durante esa semana, consciente y reiteradamente, a favor del cambio que adoptará, sustentando por qué lo quiere hacer. Esta sustentación puede ser hecha verbalmente, de forma individual, o recogiendo el sentido de los acuerdos del grupo.

Los conceptos clave

Las personas facilitadoras deberán ser flexibles para no concluir las sesiones con un discurso, ya que la primera parte del taller habrá permitido que las y los propios participantes lo elaboraren por sí mismos.

La entrega de material de apoyo o de lectura sirve en muchos casos para que quien asiste al taller pueda luego compartir con su pareja el tema tratado y establezca así una comunicación en torno a lo trabajado en la sesión.

Muchas veces aparecerán en el taller asuntos no previstos, pero que angustian y tensan al padre o a la madre y sus relaciones en el grupo. En esos casos, los conceptos clave previamente preparados podrán ser ampliados por el facilitador o la facilitadora.



Perfil del facilitador o la facilitadora

La experiencia nos ha permitido sintetizar algunas características o cualidades del facilitador o la facilitadora, que pueden contribuir a una mejor relación con las personas asistentes a la EMP.

1. Es importante que haya elaborado su experiencia de vida. Esto le dará la capacidad de manejar los temas y problemas que le presenten, sin sentir que le afectan. Su ubicación neutral le permitirá mantener el liderazgo sobre el grupo y orientarlo hacia la construcción de sus propias reflexiones, conclusiones y compromisos.
2. Debe contribuir con las personas y el grupo a ubicar el problema con claridad, a elaborar sus vivencias como madres y padres, motivándolos con las preguntas adecuadas, animándolos a reflexionar desde su experiencia, desde sus temores y angustias, evitando los consejos y las interpretaciones apresuradas. La escucha es clave: la necesita para formular la pregunta con la cual la misma persona participante se responderá. Cuanto más hablen los padres y las madres, más posibilidades tendrán de elaborar sus vivencias. El facilitador o la facilitadora debe señalar sus propias ideas sólo como una opción más que las madres y los padres pueden tomar en cuenta o no.
3. Debe tener conocimiento de su grupo y ejercer un liderazgo democrático para mantener el espíritu de participación; no debe temerle a la crítica ni a la posibilidad de equivocarse. De esta manera recuperará continuamente el grado de información que tiene su grupo sobre el tema que se está tratando, y sabrá reconocer las necesidades y expectativas existentes en cada momento de las sesiones.
4. Debe dominar el tema que se tratará en la sesión. Esto significa que el facilitador o la facilitadora deberá tener la documentación suficiente para orientar la reflexión y el análisis de las personas participantes, o para sacar a relucir aspectos nuevos del mismo tema.
5. Debe tener como objetivo permanente el autoaprendizaje, ya sea de las diversas técnicas de animación, presentación, relajación y visualización; o bien la profundización permanente en los diversos asuntos que demandan los padres y las madres. Sugerimos que en lo posible forme grupos de estudio y reflexión con otros facilitadores o facilitadoras, sobre las experiencias y los casos que se presentan.
6. También debe manejar técnicas tales como el uso de material audiovisual, creación de *spots* radiales, dramatizaciones, movimientos, juegos, creación espontánea con pintura, dibujos, uso de papeles de colores y toda forma creativa que permita que los grupos e individuos profundicen su motivación y comprensión de nuevas conductas.



Resumen de nuestro enfoque

1. Será vivencial. Padres y madres harán contacto directo con sus emociones, recuerdos de infancia y adolescencia, y experiencias de vida familiar.

2. Los procesos de aprendizaje se iniciarán como un trabajo colectivo, y sólo para el momento de recuperación de las vivencias propias serán individuales e íntimos; luego pasarán a ser expresadas en los grupos pequeños.
3. La prioridad permanente será el trabajo en pequeños grupos de 3 o 4 personas, donde todos puedan intervenir creativamente. En algunos casos también se podrá trabajar en parejas.
4. Se buscará siempre que padres y madres se afirmen y ganen confianza hablando de sus vivencias, confiando en su propia elaboración, expresándose ante un auditorio que escucha con respeto y que es moderado por el facilitador o la facilitadora.
5. Se estimulará la creatividad de los padres y las madres para que expresen sus sentimientos e ideas con amplia libertad y tolerancia a sus expresiones. Para que los aprendizajes sean significativos, toda reflexión recogerá una experiencia personal que será elaborada.
6. Padres y madres deberán sentirse productores de ideas, propuestas, estrategias y soluciones que podrán ofrecer a las personas participantes.
7. La vida del país, la ciudad, la escuela, el barrio o la familia será el contexto permanente a analizar, interpretar y asimilar, individual y colectivamente. La facilitadora o el facilitador realizará el esfuerzo de ubicarse en una posición neutral con respecto a las diversas posturas de las personas participantes.
8. Los problemas cotidianos serán usados para proponer soluciones, ideas, estrategias y recomendaciones, así como para asumir compromisos.
9. Los facilitadores o las facilitadoras estimularán la construcción de nuevo conocimiento por parte de los padres y las madres. Éste puede recuperarse bajo la forma de nuevos mensajes y nuevas conductas.
10. Las facilitadoras o los facilitadores podrán preparar una batería de preguntas motivadoras, abiertas, para cada paso de la sesión de acuerdo con sus objetivos.
11. Padres y madres participantes evaluarán todas las sesiones y los procesos de aprendizaje, ejerciendo su capacidad de retroalimentar a los facilitadores o las facilitadoras en cada etapa y en el conjunto de la actividad.



Los temas

Los temas fueron seleccionados atendiendo a la demanda de los padres y las madres de familia, de acuerdo con una encuesta aplicada en el colegio.

Desde nuestra propuesta, todos los temas ameritan varias sesiones para ser trabajados con profundidad. Por ello nos permitimos recomendar un mínimo de 3 sesiones por cada tema, para que el mismo grupo de padres y madres llegue a abordarlo desde diversos enfoques y reelabore contenidos de sus vivencias y de lo que piensan sobre él. Las limitaciones de tiempo y las características de la experiencia piloto nos llevaron a trabajar cada tema en una sola sesión.

Los temas que desarrollamos y proponemos a personas facilitadoras, educadoras y psicólogas, son los siguientes:

Primaria	Secundaria
1. Cómo aprenden nuestros hijos e hijas. 2. Comunicación familiar. 3. Autoestima. 4. Protección, sobreprotección y desprotección. 5. Sexualidad infantil. 6. Violencia y maltrato.	1. Comunicación familiar. 2. Violencia. 3. Sexualidad. 4. Equidad de género. 5. Estrategias de vida.

1. Comunicación

La comunicación familiar es un tema importante, urgente, que padres y madres desean tratar. Prueba de ello son las cartas de invitación a los talleres escritas por los y las estudiantes, que hablan de problemas de comunicación, de confianza, de poca capacidad de diálogo sobre los cambios y los problemas que éstos traen, de la lógica de la crianza basada en la imposición de los padres y que no toma en cuenta las opiniones de los hijos y las hijas.

2. Cómo aprenden los niños y las niñas

El aprendizaje es visto por los padres y madres de familia como un tema central, porque sienten que el proceso educativo es una inversión y que tienen que apoyarlo. Sin embargo, se desubican con los cambios curriculares a los que ha estado sometida la educación en sus diversos niveles.

La aparición de nuevos conceptos educativos como el constructivismo, las inteligencias múltiples o la inteligencia emocional, por citar algunos, genera en las madres y los padres inseguridad acerca de la eficacia de su rol de acompañamiento y orientación en el desarrollo del rendimiento académico de sus hijos e hijas.

3. Autoestima

Nos pareció importante tratar este tema específico en una de las sesiones. Muchos problemas de la crianza se producen en torno a mensajes descalificadores enviados por personas adultas a niños, niñas y adolescentes, sin tomar en cuenta su efecto en la autoestima y en los conceptos que tienen de sí mismos como personas.

4. Equidad de género

El contexto patriarcal y machista que establece nuestra cultura y en el cual se ubican muchos hogares, hecho diagnosticado brillantemente por varios estudios de nuestra realidad, nos decidió a incorporar la equidad de género como tema central a ser tratado de manera específica en una sesión. Es posible trabajar con los padres y madres en torno al gran número de mensajes cotidianos, verbales y conductuales que se envían a hijos e hijas y que desvalorizan tanto a la mujer como a la niña.



5. Sexualidad

Este tema, de suma importancia para padres y madres de familia, es muchas veces ignorado. Por eso, trabajarlo en una sesión era clave para comprender parte de la problemática actual de la crianza, sobre todo en lo que se refiere a los y las adolescentes. Madres y padres de familia manifestaron experimentar muchos temores, así como crear silencios y distancias al abordar el asunto con naturalidad, si es que lo abordan.

6. Violencia familiar

Dada la incidencia de maltrato familiar que se vive en nuestra ciudad, este tema revistió carácter de urgente en los talleres. Incluimos no sólo la violencia en la pareja, sino la que se da en las relaciones entre padres, madres, hijos e hijas, y la violencia de las pandillas que estremecen los barrios.



Un camino para los talleres de la escuela de madres y padres



CÓMO ORGANIZAR
LAS ESCUELAS DE
MADRES Y PADRES



CÓMO ORGANIZAR
LAS ESCUELAS DE
MADRES Y PADRES

El sentido de cada paso de la sesión

Queremos que el contenido de los talleres y el sentido de cada paso del taller sean manejados con absoluta autonomía por los facilitadores o las facilitadoras, de acuerdo con el contexto educativo en que se desempeñen, la disponibilidad de tiempo y el número de padres y madres asistentes.

En general podemos agrupar el proceso de los talleres en 3 partes.

La primera parte, en la que recuperamos los saberes, puede constar de los siguientes pasos:

1. La presentación de las personas participantes y del enfoque

Este paso ayuda a padres y madres a familiarizarse y a participar en un clima de confianza y camaradería. Recomendamos utilizar técnicas de presentación que ayuden a “romper el hielo”.

Al inicio de las reuniones el facilitador o la facilitadora debe recordarle al grupo que hay pautas para que todas las personas participen y evitar así que unas pocas dominen el diálogo. La participación se dará bajo criterios de tolerancia y respeto de la opinión de la otra persona. Es necesario recordar siempre que somos un país de diversas culturas regionales y familiares; además, debe asumirse que los padres y las madres son “lo suficientemente buenos”; que asisten al taller dispuestos a mejorar, pero que además poseen un conocimiento previo importante, susceptible de ser reelaborado por ellos mismos.

2. Ideas fuerza y conceptos clave

Aquí se presenta el tema a ser trabajado en la sesión. Además se habla de las ideas fuerza en torno al tema y se desarrollan los conceptos clave que refuerzan la comprensión. Los facilitadores o las facilitadoras pueden fotocopiar el material que se utilice para entregárselo a las personas asistentes. Así lo compartirán con su pareja cuando ésta no pudo asistir al taller. Este es además un momento importante para la **motivación de las personas participantes**. La finalidad es crear expectativa respecto al tema, o desequilibrio frente a lo que se conoce; de esta manera sentirán que quieren y deben conocer más. La facilitadora o el facilitador puede disponer o comprometer a la persona a intervenir activamente. Puede decirle, por ejemplo: “¿sabías que los niños aprenden jugando o que contarles cuentos les ayuda a procesar sus vivencias y emociones del día?”.



CÓMO ORGANIZAR
LAS ESCUELAS DE
MADRES Y PADRES

3. El trabajo individual

Los facilitadores o las facilitadoras pueden experimentar con la importancia del trabajo individual, que consiste en que cada persona, sobre la base de dinámicas de participación, relajación con visualizaciones y preguntas, recupere sus vivencias y los mensajes recibidos en su propia infancia, los cuales de alguna manera determinan su comportamiento actual con respecto al tema que se está tratando.

Por ejemplo, la visualización de la infancia y el recuerdo de los mandatos positivos que hacían los padres y madres sirven de preparación para intervenir en torno al tema de la autoestima: “¿qué decían mis padres sobre el tema que estamos trabajando?”, “¿qué me prohibían?”, “¿cómo me apoyaban?”, “¿cómo me sentía yo en ese momento?”.

La segunda parte, de elaboración:

Aquí se inician las actividades de elaboración de nuevos saberes. Se toman los mensajes recordados antes y cada participante va dando su opinión sobre ellos. El facilitador o la facilitadora debe proporcionar las preguntas motivadoras adecuadas.

4. Trabajo grupal

Las facilitadoras o los facilitadores pueden trabajar con grupos pequeños de 4 personas, lo cual permite que todos intervengan y expresen sus vivencias. Recomendamos que en este momento indiquen al grupo que todas las intervenciones deben ser escuchadas respetuosamente, evitando los comentarios críticos. El papel del grupo será escuchar la historia personal. En el momento de elaborar y reflexionar sobre el tema, se hará en lo posible en términos generales.

Las facilitadoras o los facilitadores pueden hacer preguntas como las que se mencionan a continuación, según los casos: “¿qué sentías tú cuando recibías esos mensajes?”, “¿qué te parecía la conducta de tus padres?”, “¿ahora qué puedes decir acerca de ella?”, “¿por qué crees que tus padres actuaban de esta forma?”, “¿qué tenía que ver su conducta con el ambiente en el que vivieron?”. (Las preguntas que se utilizaron durante la experiencia piloto se encuentran en las hojas de ejercicios por temas).

5. Plenaria

En este momento los facilitadores o las facilitadoras deben crear un ambiente propicio para la elaboración de nuevas ideas y de nuevas comprensiones de las conductas y emociones que se están trabajando.

El trabajo de grupo grande en la plenaria, que puede ser de 5, 6, 7 u 8 personas, servirá para completar el trabajo individual y el del grupo pequeño. En esta parte del taller las personas habrán intervenido analizando sus vivencias, narrándolas al grupo y recibiendo comentarios. El grupo estará preparado para que alguien, basándose en lo manifestado y con el consenso de todos, elabore rápidamente las estrategias, compromisos, conclusiones y mensajes que se adoptarán para producir un cambio de conducta, sentimientos y pensamientos.

Los grupos luego presentarán sus resultados. Sugerimos que los facilitadores o las facilitadoras promuevan las formas más diversas de presentación, como las dramatizaciones, los afiches y toda posibilidad creativa que enriquezca la participación y atención de los padres y las madres.



La facilitadora o el facilitador, después de las presentaciones y **conclusiones de los grupos** en la plenaria, podrá cerrar el taller ayudando a ordenar las ideas, agrupándolas o resaltando alguna que motive a las personas participantes a realizar una elaboración, es decir, a sacar conclusiones del trabajo.

El facilitador o la facilitadora debe dar prioridad, en esta parte, a la intervención y elaboración de las personas participantes. Además debe buscar que formulen, con sus propias palabras, las ideas fuerza o los conceptos clave.

La tercera parte, de compromisos:

En este momento, madres y padres ingresan a un espacio de compromiso personal.

6. Compromisos

Según la disponibilidad de tiempo, cada participante o representante de grupo puede expresar su compromiso personal y grupal referido a cambiar conductas o discursos relacionados con los temas tratados del taller. Puede declarar de forma clara y directa sus decisión de realizar durante la semana algún cambio favorable a la familia, la pareja, los hijos e hijas, superando actitudes negativas e inconscientes descubiertas durante la reflexión.

Estas propuestas de acción deben sostenerse en una posibilidad real. Plantear cambios desmesurados puede ser una forma de sabotear cambios reales y posibles, por más pequeños que parezcan. Muchas veces la decisión de proponer algo nuevo y directo puede iniciar un camino más largo de crecimiento personal real, que lleve a la persona a una **actitud decidida de cambio y compromiso**.

Aquí la intervención de las facilitadoras o los facilitadores es importante para cerrar el tema. En esta última reflexión se puede recoger lo más potente de las ideas fuerza o conceptos clave, que permitirá al grupo dar pasos decisivos hacia la salud mental de sus familias.

7. Evaluación

En este instante todas las personas participantes evalúan qué ha sido para cada quien lo más importante o significativo del taller.

Al final de la metodología proponemos una hoja de evaluación que permite recoger de cada participante lo que aprendió en el taller, la manera como se sintió y su parecer con respecto a él, en un rango del 1 al 5.



Tema 1: COMUNICACIÓN



Los y las jóvenes aprenden a comunicarse en la familia. Desde que nacen, ésta es su modelo permanente. Si la comunicación es democrática, respetuosa y saludable, tendrán la posibilidad de asumirla e interiorizarla creativamente para relacionarse con otras personas en cualquier circunstancia.

Conceptos clave

Elementos de una buena comunicación

Una buena comunicación con nuestros hijos e hijas es posible si mostramos interés en comprender lo que quieren decirnos. Esta actitud requiere de esfuerzo de nuestra parte, para desarrollar la capacidad de escuchar.

La buena comunicación requiere que padres y madres sepamos expresar a nuestros hijos e hijas nuestros sentimientos y afectos de forma adecuada. Somos modelos de comunicación para que sepan expresar sus sentimientos y afectos. Es importante decirles que los amamos, que los apoyamos, que deseamos su desarrollo y su éxito. Podemos salir con ellos a pasear o al cine y dedicarles lo mejor de nuestro tiempo. Podemos tenerles confianza para que así aprendan a confiar en ellos mismos.

La coherencia entre los valores de convivencia, lo que se dice y lo que se hace en nuestra familia es fundamental para que nuestras hijas e hijos aprendan y acepten nuestras pautas. Si les pedimos que no hablen lisuras, debemos dar el ejemplo y no hablar lisuras. Si les pedimos que digan la verdad siempre, debemos decir siempre la verdad. Al vivir nuestra coherencia entre lo que decimos y lo que hacemos, incorporarán nuestras pautas a su conducta y las interiorizarán.



Problemas familiares de comunicación

Una familia que no se comunica tiende a promover modelos de relaciones conflictivas en el hogar, la escuela y la comunidad. Los problemas de comunicación entre padres, madres, hijos e hijas adolescentes son una realidad generalizada. Una parte importante de esta realidad está vinculada con los cambios en el entorno social. Muchas personas adultas tardamos en reconocer, aceptar y adaptarnos creativamente a los cambios. Por ejemplo, cada generación puede promover cambios en la forma de peinarse o vestirse, pero éstos serán pasajeros y no implicarán mayor problema si los padres no los criticamos constantemente.

La poca comprensión y adaptación a los cambios que están viviendo nuestros hijos e hijas puede llevarnos a la repetición de valores sin cuestionar su validez actual en relación con la propia familia. Por ejemplo, antiguamente se transmitían muchos estereotipos de género en perjuicio de las mujeres, pero ahora se tiende a cuestionar estos estereotipos para humanizar las relaciones en la familia, sin perjudicar a las niñas y las adolescentes y sin limitar el pleno desarrollo equitativo de hijas e hijos.

Diálogo honesto y afectuoso de los padres con hijos e hijas

La falta de costumbre de las familias de tener un diálogo emocionalmente honesto puede provocar la represión de sentimientos naturales, lo que incrementa el riesgo de perder el control y de luego expresar esos sentimientos bajo formas violentas, culpabilizadoras, contra otras personas o contra uno mismo.

Los y las jóvenes requieren que les expresemos nuestro afecto incondicional, reconocimiento sin restricciones, apoyo, confianza y respaldo, para sentirse fuertes frente a los retos de la vida y a los difíciles cambios que experimentan en esa etapa de transición que es la adolescencia.

Es posible que un día soliciten un trato correspondiente a personas adultas, para ejercer su independencia, e inmediatamente reclamen ser cuidados y protegidos como cuando eran niños o niñas. Sólo el diálogo abierto y permanente con nosotros puede ayudarlos a interiorizar las pautas de la cultura y la buena convivencia, los valores y las normas, así como a alimentar su desarrollo, singularidad, poder, independencia y capacidad de valerse por sí mismos, seguros de ejercer poder sobre su espacio y su vida.



CÓMO ORGANIZAR
LAS ESCUELAS DE
MADRES Y PADRES

Secuencia de actividades: COMUNICACIÓN

Los facilitadores y las facilitadoras encontrarán que padres y madres de familia, estudiantes y docentes demandan con frecuencia tratar este tema. El diagnóstico basado en el sondeo señaló que la familia siente que la incomunicación entre sus miembros puede ser un factor importante en los problemas de la crianza. Por ello, en el taller proponemos que se reflexione con los padres y las madres sobre este tema, para elaborar nuevas propuestas de conducta que cierren las brechas que se han abierto en muchas parejas, así como entre padres y madres y sus hijos e hijas.

Objetivos

Identificar y reflexionar acerca de las estrategias de comunicación que se usan en el hogar y en la escuela, descubriendo aquéllas que facilitan las relaciones y ayudan a crecer, y previniendo las que aíslan, llevan al conflicto y producen malestar.

Presentar los conceptos clave de comunicación constructiva que contribuyen a lograr conductas de entendimiento, comprensión, colaboración y capacidad de ponerse en el lugar de la otra persona.

Dinámica de la sesión

Recepción (10 min.)

En este momento el facilitador o la facilitadora entrega a cada participante un solapín con su nombre; anota su asistencia y reparte los materiales con los que se trabajará.

Presentación (5 min.)

Dinámica: espalda con espalda: 20 min.

Las personas participantes se dividen en dos grupos. Se pide que los miembros del grupo A se coloquen espalda con espalda con los miembros del grupo B.

Se le da a cada persona del grupo A la hoja con el dibujo geométrico. Luego ésta le va diciendo a su pareja B, que está de espaldas a ella, cómo es el dibujo que tiene en sus manos y está viendo. La pareja B trata de reproducir el dibujo geométrico según sus indicaciones. Esta actividad toma 15 minutos.

Este ejercicio permite descubrir vivencialmente los problemas que plantea la comunicación entre dos personas, incluso en un clima de participación y cooperación.

Trabajo grupal: juego de roles

Se forman tres grupos. Dos de ellos representarán un caso de comunicación no constructiva en la familia.

El primer grupo representará un caso en el que se permite al hijo varón salir a jugar y niegan este permiso a la hija mujer, iniciándose una discusión a partir de este hecho.

El segundo grupo representará el caso de una madre que es citada al colegio e informada por la profesora del descenso de su hija en el rendimiento y la disciplina. A partir de ello se establecerá una discusión entre la profesora y la madre, que llega a buen término.



El tercer grupo hace de observador. Anota las actitudes positivas y negativas que contribuyen a la comunicación entre las personas.

Esta actividad grupal permite trabajar la capacidad de observación y el conocimiento de los estilos positivos y negativos de la comunicación.

Plenaria: presentación de los grupos (30 min.)

Los dos primeros grupos representan los casos ante la plenaria. Luego interviene el tercer grupo, analizando las actitudes que ayudaron a una buena comunicación y las que sabotearon la comunicación.

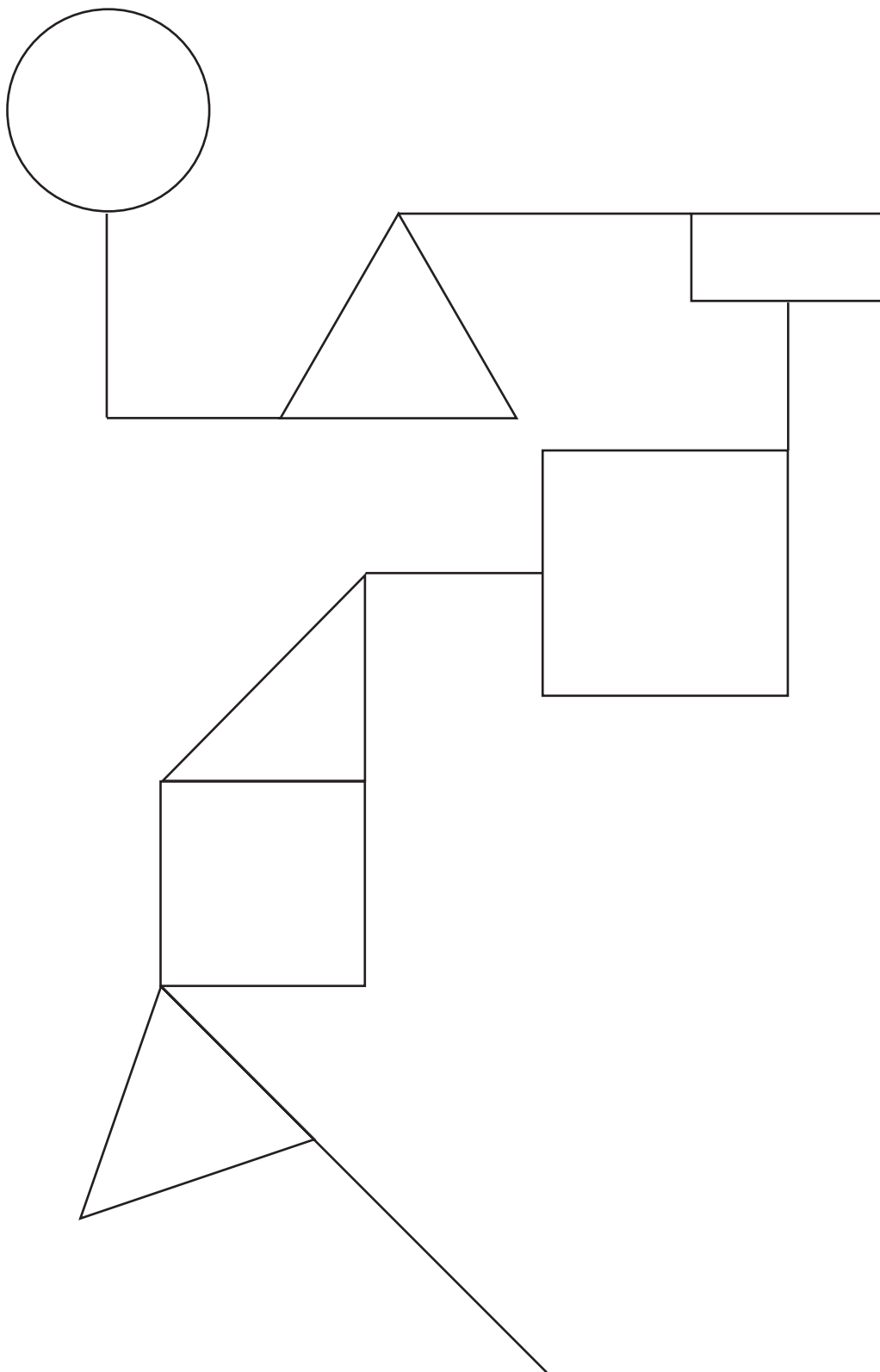
Conceptos clave sobre la comunicación (20 min.)

El facilitador o la facilitadora resume los conceptos clave aprendidos en el taller y distribuye a las personas participantes los contenidos de las lecturas seleccionadas.



HOJA DE EJERCICIO

Espalda con espalda



CÓMO ORGANIZAR
LAS ESCUELAS DE
MADRES Y PADRES

HOJA DE EJERCICIO

Juego de roles

Indicaciones:

- Observa y anota cómo es la comunicación de los grupos que están actuando.
- ¿Cómo es el tono de voz? ¿Cómo es el movimiento de su cuerpo, brazos, piernas y manos?

PRIMER GRUPO	
SEGUNDO GRUPO	



CÓMO ORGANIZAR
LAS ESCUELAS DE
MADRES Y PADRES

Tema 2: CÓMO APRENDEN LOS NIÑOS Y LAS NIÑAS



Los niños y las niñas tienen interés en aprender. Generalmente lo hacen de diversas formas: jugando, explorando, preguntando, observando, haciendo, imaginando, etc. Las personas adultas, y sobre todo los padres y las madres, podemos estimular o limitar este aprendizaje. Si la familia y el entorno adoptan una actitud creativa y los estimula adecuadamente, podrán desarrollar sus capacidades de acuerdo con sus edades. Debemos ayudarles disponiendo de un entorno estimulante y entretenido, evitando la crítica y la recriminación.

Conceptos clave

Aprendemos todo el tiempo

Desarrollamos activamente la inteligencia desde los primeros meses de nuestras vidas, mediante el contacto con el ambiente familiar. Los seres humanos estamos aprendiendo constantemente, desde que nos vinculamos con la realidad. Desde niños o niñas requerimos que nuestro padre y nuestra madre nos estimulen y acompañen en cada etapa de la vida.

Toda experiencia produce un aprendizaje. Cada aprendizaje es apoyado por los conocimientos previos. Los niños y las niñas aprenden mientras juegan, observan, tocan, huelen, saborean, cantan, bailan, dibujan, calculan, imaginan, recuerdan, leen, cuentan, recitan, etc.

El conocimiento del niño y de la niña se constituye a través de lo que hacen, desde su forma de pensar de acuerdo con la edad, hasta el ambiente en que viven, su familia, su barrio o su escuela.

La maduración

Cuanto más grande es la niña o el niño, mayor es su capacidad de aprender de forma organizada. Cuando es adecuadamente estimulada y orientada, esta maduración se completa hacia los 15 o 16 años, que es cuando se adquiere el pensamiento abstracto.

Experiencia física

Cuanta más actividad y experiencia tenga el niño o la niña con los objetos de su ambiente, es mayor la probabilidad de que desarrolle un conocimiento más apro-



piado sobre ellos. El juego con los objetos de su entorno es importante porque enriquece esta experiencia.

Interacción social

Los vínculos de las niñas y los niños con otras personas de su entorno como amigos, primos, parientes, compañeros, maestras, etc. estimularán y enriquecerán sus experiencias, las que los llevarán a un adecuado conocimiento social.

Nuestra capacidad de estimular estos tres factores (maduración, experiencia física e interacción social) cumple un papel importante en la forma de aprender de los niños y las niñas.

Importancia del juego

Un sector de padres y madres cree que el juego es una pérdida de tiempo; pero esta opinión va en contra del desarrollo del niño y la niña. Un cambio de mentalidad, que permita descubrir y conocer el papel que cumple el juego en el desarrollo de los aprendizajes y las habilidades de niñas y niños, resulta muy importante.

Las capacidades de observar, concentrarse, imaginar, relacionarse socialmente, manipular objetos, resolver problemas, construir conocimientos, relajarse y sentirse bien, están todas asociadas, durante la niñez, a la capacidad de jugar.

Por ello es importante que la escuela primaria brinde a niños y niñas las mayores oportunidades de jugar y recrearse. Las personas adultas debemos enriquecer sus experiencias en el juego proporcionándoles variados de materiales y situaciones.

Además es responsabilidad de padres, madres y docentes incorporar el juego en sus propias vidas, para luego poder promoverlo entre las niñas y los niños.



Secuencia de actividades: CÓMO APRENDEN LOS NIÑOS Y LAS NIÑAS

Los facilitadores y las facilitadoras encontrarán en esta sesión una propuesta para iniciar, con los padres y las madres de familia, una entrada lúdica al difícil problema del aprendizaje en la niñez. En esta sesión se partirá de experiencias observables en los propios hogares.

Objetivos

Reflexionar sobre los problemas que enfrentan los padres y las madres de familia respecto a los éxitos y problemas de sus hijos e hijas en la escuela.

Conocer los métodos que se están empleando en la escuela y los cambios que están efectuándose para mejorar los procesos de aprendizaje.

Elaborar y compartir estrategias para facilitar el aprendizaje de los hijos e hijas en el hogar.

DINÁMICA DE LA SESIÓN

El facilitador o la facilitadora comunica a las personas participantes las pautas para los trabajos de grupos. Cada participante tiene derecho a dar su opinión. Las demás personas escuchan sin interrumpir. Se pide que todos intervengan de acuerdo con el tiempo fijado.

Trabajo individual (15 min.)

La facilitadora o el facilitador entrega a cada participante dos preguntas para el trabajo individual:

1. ¿Qué es lo que más sabe hacer su niño o niña?
2. ¿Qué es lo que más le cuesta hacer a su niño o niña?

Plenaria

Los facilitadores o las facilitadoras pegan las respuestas en la pizarra y las agrupan de acuerdo con los puntos fuertes y débiles que padres y madres señalan en sus tarjetas. Los comentarios pueden hacerse desde una perspectiva de género, en función de las conductas que los estereotipos culturales señalan para los niños y para las niñas.

Padres y madres intervienen haciendo observaciones en torno a la agrupación de tarjetas y cómo éstas reflejan las experiencias de aprendizaje de sus hijas e hijos en el hogar.

Trabajo de grupos: dinámica de juego

Se distribuye una hoja con las instrucciones para el juego. En esta hoja se indican siete tareas que impliquen cierta habilidad. Cada participante debe conseguir a siete personas que las ejecuten para él. La primera persona que lo logre, declara que ganó.

La facilitadora o el facilitador confirma, con su hoja, si la presunta persona ganadora lo es efectivamente; y entonces invita a quienes se ofrecieron a ejecutar las tareas a presentarse ante la plenaria y mostrar sus respectivas habilidades.



Plenaria (15 min.)

Las personas participantes muestran las habilidades anotadas en las hojas: unas cantan o recitan poemas, otras resuelven problemas matemáticos o dominan una pelota con los pies, etc.

Esta actuación funciona como mecanismo motivador para que los facilitadores o las facilitadoras reflexionen, con las personas participantes, acerca de las inteligencias múltiples de los niños y las niñas, y sobre qué aptitudes tienen más desarrolladas (aquellas que en la escuela los harán destacar en determinadas áreas) y cuáles menos, para reforzar su estimulación. De este modo, podrán aplicar lo aprendido en su vida diaria.

Compromisos (15 min.)

El facilitador o la facilitadora presenta una hoja con las siguientes preguntas: ¿qué cualidad quiero estimular en mi hijo o hija? y ¿cómo puedo estimular la aptitud en mis hijos?

Las personas participantes anotan en sus hojas el compromiso que asumen como respuesta a esas preguntas. Luego, la facilitadora o el facilitador pide a alguien que lo exponga.

Este ejercicio sirve para que madres y padres descubran que sus hijos e hijas tienen unas aptitudes muy desarrolladas y otras menos. A partir de este descubrimiento, podrán estimular determinadas aptitudes y ayudar a que ellos y ellas se reconozcan como muy capaces en otras, reforzando así su autoestima.

También permite que padres y madres dialoguen sobre cómo ayudar en los procesos de aprendizaje de sus hijas e hijos en sus hogares, definiendo qué papel corresponde al padre y cuál corresponde a la madre.



HOJA DE EJERCICIO

¿Qué cualidad quiero estimular en mi hija?	¿Cómo voy a hacerlo? Dar un ejemplo práctico
1. Lingüística.	
2. Lógica y matemática.	
3. Espacial.	
4. Física y cinestésica (movimiento).	
5. Musical.	
6. Interpersonal (comunicación).	
7. Intrapersonal (introspección).	



HOJA DE EJERCICIO

Encuentra a alguien que pueda:

1. Cantar una canción.
2. Dar más de 3 pataditas a una pelota sin que toque el suelo.
3. Recitar un poema.
4. Hacer un croquis de la ubicación de la escuela.
5. Hacer una lista de tres virtudes y defectos suyos.
6. Completar la serie de números: 36, 30, 24, 18, ... y explicar la lógica.
7. Decir con honestidad que está relajada y se siente cómoda al relacionarse con otra gente durante este ejercicio.



CÓMO ORGANIZAR
LAS ESCUELAS DE
MADRES Y PADRES

Tema 3: AUTOESTIMA



Los padres y las madres que desarrollan un sistema positivo de creencias en el hogar fomentan la autoestima de los niños y las niñas. Ellos y ellas requieren seguridad, poder para decidir, pensar, ser ellas mismas y ellos mismos, hacer y desarrollar una identidad propia; para saber que pertenecen y se relacionan con una familia y un entorno, con amigos y amigas.

Conceptos clave

La autoestima

Es la habilidad de conocernos a nosotros mismos, desarrollando una predisposición a sentirnos competentes para afrontar los desafíos de la vida y a ser merecedores de felicidad.

Una autoestima sólida nos da autonomía, nos hace personas asertivas, capaces de valernos por nosotras mismas y de proteger a otras.

La autoestima se expresa siempre con hechos. Por ello, los padres y las madres podemos observar cómo se va desarrollando la autoestima de nuestros hijos e hijas.

¿Cómo desarrollar la autoestima en las niñas y los niños?

La tarea más importante es darles mucho amor incondicional. Nuestro afecto les hará más tolerables los aspectos difíciles de la vida. Debemos aplicar una disciplina constructiva, proponer pautas en términos positivos, decir “haz esto” en vez de “no hagas aquello”.

Debemos dar prioridad a las necesidades de nuestra pareja. Si nuestra relación de pareja es buena, la posibilidad de éxito en la educación de nuestras hijas y de nuestros hijos es alta. Debemos pasar tiempo con ellas y ellos, jugar, contarles cuentos, salir a pasear y darles sentido de pertenencia.

Un niño o una niña con mucha autoestima

Tendrá orgullo de sus éxitos: “hoy día ganamos el partido”, “cómo me gusta mi dibujo”. Actuará con independencia; no dependerá de otras personas para hacer sus tareas y actividades: “yo me baño solo”, “yo me amarro mis zapatos”, “yo elijo mi ropa”.



CÓMO ORGANIZAR
LAS ESCUELAS DE
MADRES Y PADRES

Tendrá facilidad para asumir responsabilidades: “yo puedo hacer lo que me pides”, “yo leeré el libro”; y se sentirá capaz de influir en otras personas: “te voy a enseñar lo que aprendí”.

Una niña o un niño con poca autoestima

Evitará las situaciones que le provoquen ansiedad. Despreciará sus cualidades: “nunca hago nada bien, todo me sale mal”. Sentirá que las demás personas no lo valoran: “yo no les gusto, prefieren a otros”. Culpará a los demás de sus errores: “me salió mal por tu culpa”. Se dejará influir fácilmente: “lo hice porque me retaron”. Se sentirá impotente, sin poder: “no encuentro nada, ¿quién se llevó mis cosas?”. Se pondrá a la defensiva y se frustrará fácilmente: “no tengo la culpa si sale mal”.

Los niños, las niñas y las relaciones personales

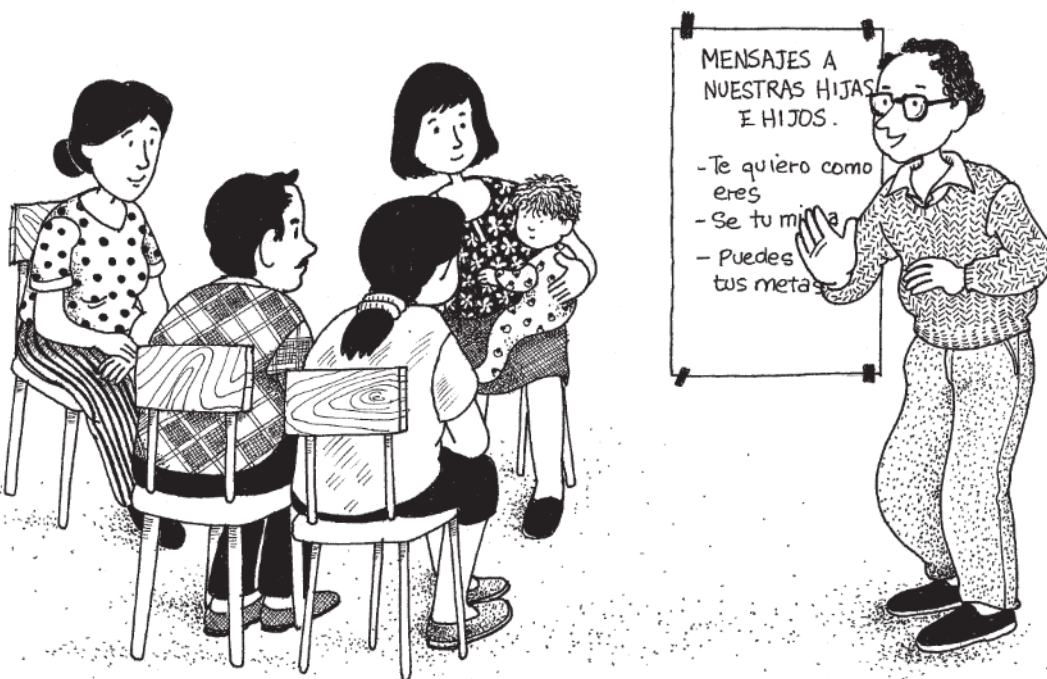
A los niños y a las niñas con alta autoestima les gusta relacionarse con los demás. Se sienten bien con ellos mismos. Por el contrario, niñas y niños con baja autoestima suelen ser muy reservados y temerosos de acercarse a los demás.

Los niños y las niñas con poca autoestima dan demasiada importancia a las relaciones personales, porque buscan en los demás el apoyo y la aprobación que no encuentran en sí mismos.

La autoestima de los padres, madres y docentes influye en las niñas y en los niños

Padres y madres somos modelos para nuestros hijos e hijas: acuden cotidianamente a nosotros para aprender a comportarse, a sentir y a expresar sus emociones.

Si tenemos poca autoestima, influiremos negativamente sobre la autoestima de nuestras hijas e hijos. Esto ocurrirá porque nos mostraremos ansiosos, desaprobadores, críticos, contradictorios e inseguros.



Si tenemos una buena autoestima, encontrarán coherencia entre nuestros mensajes y nuestros actos: abriremos el camino para que tengan los medios y las oportunidades para sentir que tienen poder sobre su vida. Les haremos sentir respeto por sus cualidades y atributos personales, sentirán que tienen apoyo, respeto y aprobación.

Secuencia de actividades: AUTOESTIMA

El tema de la autoestima de niños, niñas y adolescentes está presente en todos los talleres. Facilitadores y facilitadoras pueden dedicar un taller o varios a abordarlo con los padres y las madres, a revisar con ellos y ellas su autoestima y cómo ésta puede estar impactando en la crianza.

Objetivos

Conocer las características de la autoestima de los niños y las niñas, así como de cada persona.

Evaluar cómo las madres y los padres están reforzando o disminuyendo la autoestima de sus hijos e hijas.

Elaborar propuestas para mejorar la autoestima en las hijas y los hijos de las personas participantes.

DINÁMICA DE LA SESIÓN

Dinámica de relajación: “cuidándonos” (30 min.)

El estrés, la ansiedad y la tensión dañan nuestra salud. Padres, madres, niñas y niños, todas las personas estamos sometidas diariamente al efecto negativo de la tensión. Ésta se manifiesta en las conductas y en el malestar físico y mental, que disminuyen nuestra capacidad de disfrutar de la vida. Por ello, en nuestros talleres incorporamos las técnicas de relajación.

El facilitador o la facilitadora presenta a las personas participantes la técnica de relajación a través de la respiración profunda, indicando cómo se inhala el aire, cómo se retiene y cómo se exhala.

Luego pide que cierren los ojos y que hagan varias respiraciones hondas. Indica que suspiren como si se hubieran liberado de una preocupación muy grande, varias veces, hasta tener la sensación de haber dejado salir de sus vidas algo muy pesado. Luego les dice que se visualicen en un lugar conocido, haciendo algo que les gusta hacer y que los llena de paz y tranquilidad.

Con voz profunda y calmada, la facilitadora o el facilitador pide que disfruten de la experiencia que están teniendo. Luego, que vuelvan a poner atención en su respiración: que realicen siete respiraciones profundas, y que luego continúen respirando normalmente.

Luego solicita con suavidad que regresen su atención a la sala, que abran los ojos y se pongan de pie lentamente. Finalmente, hace junto con las demás personas los ejercicios de estiramiento.

Después de los ejercicios, la facilitadora o el facilitador indica que quienes lo deseen tienen libertad de expresar su opinión acerca de cómo se sintieron duran-



te el ejercicio y qué sintieron en su cuerpo; qué partes sintieron más tensas y qué partes más relajadas. También acerca de cómo se sintieron durante la visualización y lo que recuerdan que los haya hecho sentir bien.

El facilitador o la facilitadora culmina el ejercicio hablando acerca de la importancia de cuidar la salud mental y su relación con el saber relajarse y manejar las tensiones diarias.

Trabajo individual (10 min.)

La facilitadora o el facilitador distribuye la hoja de ejercicio que recoge “los mensajes de mi padre y madre”.

Cada persona anota en la hoja los mensajes positivos recibidos de su padre o su madre y luego los mensajes negativos que rebajaron su autoestima.

El objetivo de este trabajo es recuperar la memoria y las vivencias que acompañaron a estos mensajes durante la infancia de cada participante.

Recomendamos recordar primero los mensajes positivos, para prevenir que la persona se sienta deprimida al recordar un mensaje negativo que, en algunos casos, puede todavía tener un significado muy maltratante.

Trabajo grupal (20 min.)

Se forman grupos de 4 integrantes. El objetivo es que en cada grupo intervengan todas las personas (cuando los grupos son muy grandes intervienen pocas personas y las demás sólo observan).

En estos pequeños grupos, cada quien habla del mensaje que ha recordado y del contexto en que lo recibió. El facilitador o la facilitadora puede ayudar a ahondar en la vivencia, preguntando por ejemplo: ¿cuál era el tono de voz de quien te dio el mensaje?, ¿qué hacía mientras te lo daba?, ¿cómo te miraba?, ¿cómo te sentías?, ¿cómo sientes que este mensaje te ayudó en tu vida?. Además, cada participante puede contar si recuerda algún momento en el que ese mensaje fue clave para sostenerlo o motivar su crecimiento.

La facilitadora o el facilitador ayuda a las personas participantes a recordar el efecto que pudo tener en su vida y en su autoestima un mensaje de su padre o su madre, y a sopesar si este mensaje era diferente para las hijas en relación con los hijos, o viceversa.

A partir de este trabajo grupal, madres y padres participantes pueden constatar la importancia que tienen para sus propios hijos e hijas los mensajes que les transmiten cotidianamente en el hogar, sea reconociendo su valor como personas o descalificándolos.

Trabajo en grupo grande: “mensajes para nuestras hijas e hijos”

Se forman grupos grandes, de 7 a 10 personas cada uno. En ellos se reflexiona sobre la pregunta: ¿qué mensajes podemos dar a nuestros hijos e hijas para mejorar su autoestima?

Formar esta vez un grupo mayor tiene sentido, ya que cada participante ha trabajado su problemática en forma individual y luego colectivamente, en grupos pequeños, interviniendo y elaborando sus recuerdos y vivencias. Esta elaboración permite que el padre o la madre se encuentre en mejores condiciones emocionales y reflexivas al volver a plantear su conducta frente a sus hijos e hijas.



Cada grupo elige una secretaria o un secretario para que anote en un papelógrafo los mensajes a ser propuestos, para que luego éstos puedan ser compartidos en la plenaria.

Este trabajo en grupo grande sirve para identificar las estrategias que padres y madres pueden aplicar para la mejora de la autoestima de sus hijos e hijas, sin discriminación de género.

Plenaria

Cada grupo expone durante 5 minutos los resultados de su trabajo. El resto los comenta o complementa. Al culminar la presentación, los facilitadores o las facilitadoras presentan los conceptos clave, a la luz de los temas discutidos en el trabajo de grupos.

Cada tema puede abrir el camino a una serie de reflexiones; por ello, es importante que las facilitadoras o los facilitadores tengan en claro cuáles desean subrayar. Pero también es importante tomar en cuenta qué asuntos desean enfatizar las otras personas que participan en la reunión.

Siempre habrá tensión entre los temas sobre los cuales los facilitadores o las facilitadoras consideran que debe reflexionarse y aquellos que van surgiendo durante la reunión, que son una especie de mensaje del grupo acerca de lo que les preocupa en el momento.

Compromisos

En este momento del taller es importante que los compromisos que los padres y las madres asuman sean anunciados públicamente, por lo menos por alguno de ellos: lo que van hacer durante la semana y cómo lo van hacer, la estrategia que piensan aplicar con su familia y las mejoras que creen que conseguirán con dicha estrategia.

La verbalización del compromiso ayuda a interiorizar el acuerdo adoptado por las personas participantes, y se convierte en un hecho motivador para el grupo.



HOJA DE EJERCICIO

Mensajes para nuestros hijos e hijas

Mensajes que podemos dar para mejorar la
autoestima de nuestros hijos e hijas

Para nuestras hijas:

Para nuestros hijos:



CÓMO ORGANIZAR
LAS ESCUELAS DE
MADRES Y PADRES

HOJA DE EJERCICIO

Mensajes de mi madre y mi padre

Mensajes que me gustaban
De mi madre:
De mi padre:

Mensajes que no me agradaban
De mi madre:
De mi padre:



Tema 4: EQUIDAD DE GÉNERO EN LA FAMILIA



La equidad de género se da cuando existe igualdad de oportunidades y derechos para hombres y mujeres, niños y niñas, en la casa, la escuela y en la comunidad.

Conceptos clave

El sexo y el género de hombres y mujeres

El sexo señala las diferencias biológicas entre hombres y mujeres. Éstas son universales y características según la edad. Las diferencias se van acentuando durante la adolescencia, con la maduración de los órganos reproductivos. Estas diferencias son externas e internas.

El género se refiere a las conductas que indican lo que es ser hombre o mujer en cada cultura o grupo humano, y que permiten que las personas de cualquier edad sepamos cómo relacionarnos según si somos del mismo sexo o no.

Los roles de género en la familia: lo masculino y lo femenino

En las familias, padres y madres asignamos roles a nuestros hijos e hijas según su sexo y nuestra cultura. Esta diferenciación continúa y se refuerza en la escuela y luego en la comunidad. Generalmente los niños juegan con juguetes bélicos o rudos, como pistolas o pelotas, y las niñas con muñecas.

Los niños pueden expresar su ira y pelear pero para las niñas eso está prohibido. Las niñas pueden expresar su miedo, dolor o temor mediante el llanto, pero los niños que lo hacen pueden ser acusados de “mariquitas”.

Generalmente estos roles evolucionan con lentitud, sobre todo el de la mujer. Es importante que los padres enseñemos a nuestros hijos e hijas –colaborando con la crianza, con las tareas domésticas y con la responsabilidad de la planificación familiar– a compartir las responsabilidades familiares y del hogar.

Los hombres que no participan en las responsabilidades familiares también pierden la posibilidad de estrechar vínculos con su familia. Muchos padres quedan atrapados en el rol de portadores del sustento y por lo tanto el poder se concentra en ellos. Compartir roles es benéfico para la salud de la familia y da a la mujer más posibilidades de participar en la vida comunitaria fuera de la casa, enrique-



ciendo sus experiencias, su papel dentro del hogar y la calidad de vida de su familia.

Las relaciones de género entre adolescentes varones y mujeres

Cada sociedad, familia o grupo humano ha adoptado formas de establecer y regular las relaciones entre los hombres y las mujeres. Estas relaciones se ubican entre dos extremos: uno es el de la discriminación del hombre o de la mujer al momento de desempeñar funciones o roles en razón de su género; el otro extremo es el de la equidad entre varones y mujeres, chicos y chicas.

La equidad entre los géneros evita el dominio de unos sobre otros, el abuso de poder o la sumisión con la otra persona en razón de su género.

Los derechos que disfrutaban las niñas en las escuelas pueden desaparecer al ingresar éstas a la adolescencia, al encerrarlas o ponerlas bajo el dominio de los hermanos, del enamorado o del grupo.

Este encierro de la joven en el hogar resulta perjudicial en un período en el cual es importante continuar el proceso de crecimiento, manteniendo las mismas oportunidades que los varones para así tener un campo de relaciones, un ejercicio de poder y un sentimiento de identidad propia, en un contexto de pautas para el desenvolvimiento personal.

Violencia y género

Para un gran número de mujeres adolescentes y de niñas, la violencia es un hecho cotidiano en la familia, la comunidad o la escuela. El abuso físico y psicológico, los prejuicios y la humillación son muchas veces prácticas usuales. Gran parte de estas prácticas tienen su origen en la cultura y la historia de las familias.

Por ello es importante que rompamos este círculo vicioso destructivo. Abolir la violencia contra la mujer es hoy un mandato de la ley, que castiga a quienes cometen abusos con penas que van desde el internamiento en la cárcel hasta la cadena perpetua.

Los estereotipos: maneras de discriminar según las características

Las jóvenes pueden sentir la discriminación de género cuando se valora positivamente lo que hacen los muchachos y negativamente lo que hacen ellas.

Podemos discriminar con la conducta, con los mensajes que enviamos, con las normas que imponemos sin haber reflexionado antes, con la repetición de costumbres que no contribuyen a la igualdad de derechos y oportunidades para varones y mujeres.

Por ejemplo, cuando preferimos que estudien sólo los varones, estimulando así a las hijas mujeres a depender de otra persona y no a estudiar y alcanzar metas de progreso. O cuando consideramos que las mujeres son seres débiles que no deben salir a la calle, y que necesitan ser encerradas para estar protegidas.

Nuevos modelos de ser mujer

En los últimos años han surgido en nuestro país movimientos de mujeres de diversos sectores sociales y regionales, que están renovando las posibilidades de desarrollo de la mujer. Desde las mujeres empresarias, profesionales, líderes de comedores populares y comités del Vaso de Leche, hasta deportistas, intelectua-



les y políticas, son miles las que con su esfuerzo salen adelante en todos los terrenos y asumen plenamente sus derechos, tanto para ellas como para sus hijas, rompiendo con los prejuicios machistas del pasado.

Secuencia de actividades: EQUIDAD DE GÉNERO

En este taller la equidad de género es trabajada como un modelo a ser enriquecido. Nuestro propósito es que esta sesión sea dinámica. La dramatización y el debate final permiten una elaboración colectiva de los puntos de vista referidos a este tema.

Objetivos

Que el padre y la madre recuperen, desde su experiencia familiar y social, sus conductas con respecto al papel de la mujer y del varón en los roles familiares y sociales.

Que se reflexione sobre los cambios a favor de la equidad de género en nuestra cultura y cómo esos cambios contribuyen a superar la discriminación en contra de la mujer y la niña, presente en parte de nuestra cultura familiar y escolar.

Que la madre y el padre asuman compromisos de cambio de conducta con la pareja y la familia, a partir de una reflexión permanente sobre lo cotidiano y buscando la igualdad de oportunidades para sus hijos e hijas.

DINÁMICA DE LA SESIÓN

Presentación del tema (5 min.)

El facilitador o la facilitadora presenta el tema de la equidad de género. Puede hablar de cómo ésta debe manifestarse en la familia y en la escuela, y de la importancia de trabajar en ella dado que las investigaciones señalan su inmensa repercusión en el desarrollo sano de la joven y el joven.

Debe resaltar la importancia de los modelos de conducta en la familia, para que hijos e hijas puedan intercambiar actitudes sanas y respetuosas.

Dinámica de relajación (20 min.)

La facilitadora o el facilitador pide a las personas participantes que se pongan de pie y les explica en qué consiste el ejercicio de automasaje.

Se inicia el ejercicio con una respiración lenta. El facilitador o la facilitadora pide que inhalen lentamente por la nariz, llenando los pulmones y el estómago de aire, para luego exhalar lentamente. Se continúa inhalando y exhalando de esa manera.

En el ambiente debe escucharse música relajante. La facilitadora o el facilitador muestra cómo hacer el ejercicio dándose un breve automasaje, frotando suavemente su cabello y toda su cabeza.

Luego explica que el objetivo del automasaje es agradecerle al cuerpo sus servicios leales desde siempre, mostrarle afecto y atención, superar los momentos en que se le ha tenido olvidado, sin consideración y aprecio o sin haber escuchado sus mensajes o quejas cuando eran urgentes.

A continuación pide que mientras se den el masaje sean conscientes de la energía que están enviando a su cuerpo: a sus muñecas, manos, palmas, dedos, pecho,



**CÓMO ORGANIZAR
LAS ESCUELAS DE
MADRES Y PADRES**

estómago, cintura, espalda, caderas, abdomen, piernas, muslos, pantorrillas, tobillos, pies, talones, arco del pie o dedos del pie.

El automasaje llega a su fin. El facilitador o facilitadora indica que sigan con los ojos cerrados y reflexionen sobre cómo se sienten después del masaje, qué parte de su cuerpo sienten que les gusta más y por qué, qué parte les gusta menos y por qué. Luego pide que abran los ojos lentamente y culminen el ejercicio dándose a sí mismos un gran abrazo de aceptación y aprecio de su cuerpo.

Trabajo individual: “somos iguales, somos diferentes”

El objetivo de este trabajo es recuperar las visiones de las personas participantes sobre cómo sienten las semejanzas y diferencias entre hombres y mujeres.

La facilitadora o facilitador reparte una hoja a cada participante. Pide que cada quien anote: ¿en qué somos iguales las mujeres y los hombres? y ¿en qué somos iguales los hombres y las mujeres?

El facilitador o la facilitadora recoge las hojas. Pega los resultados de la primera pregunta sobre un papelógrafo y los de la segunda sobre otro. Luego leerá los resultados ante la plenaria, sin analizarlos.

Trabajo en pareja: ventajas y desventajas que tuvimos como mujeres y varones adolescentes (15 min.)

El facilitador o la facilitadora pide que formen parejas. Distribuye la hoja de ejercicio, una por pareja.

En esa hoja las parejas responden a la pregunta: ¿qué desventajas tuviste frente al otro sexo? (las mujeres frente a los varones y los varones frente a las mujeres). Luego responden: ¿qué ventajas tuviste frente al otro sexo? (las mujeres frente a los varones y los varones frente a las mujeres).

El objetivo de este ejercicio es descubrir o hacer consciente cómo se puede estar discriminando a la mujer o al varón por causa de su género.

Plenaria (15 min.)

En grupo de 7 a 10 personas, las personas participantes dialogan sobre cómo la discriminación de género está afectando a las mujeres y los varones adolescentes.

Los resultados van siendo anotados en los papelógrafos. La facilitadora o el facilitador explica que para las intervenciones deben recoger las ideas que se anotaron en el ejercicio anterior. Luego distribuye la hoja que explica las diferencias entre sexo y género y expone los conceptos.

Trabajo de grupos

Las reflexiones sobre la discriminación de género, realizadas por las personas participantes, culminan en la representación de un *talk show*. Los grupos dialogan sobre los resultados y cada grupo trata de hacer un guión para que sea representado como un *talk show* de la televisión.

Para la representación, los grupos eligen a un animador o una animadora, y a sus panelistas (uno o dos por grupo). Se adecua la sala como si fuera un *set* de televisión y los panelistas se ubican frente al público.

La persona que hace de animador o animadora prepara un guión de preguntas apoyada por un grupo; los panelistas preparan sus intervenciones apoyados por



otro grupo y el público se ubica para participar individualmente, opinando de manera abierta y con voz clara y alta.

Se da inicio a la representación del *talk show*.

Talk show

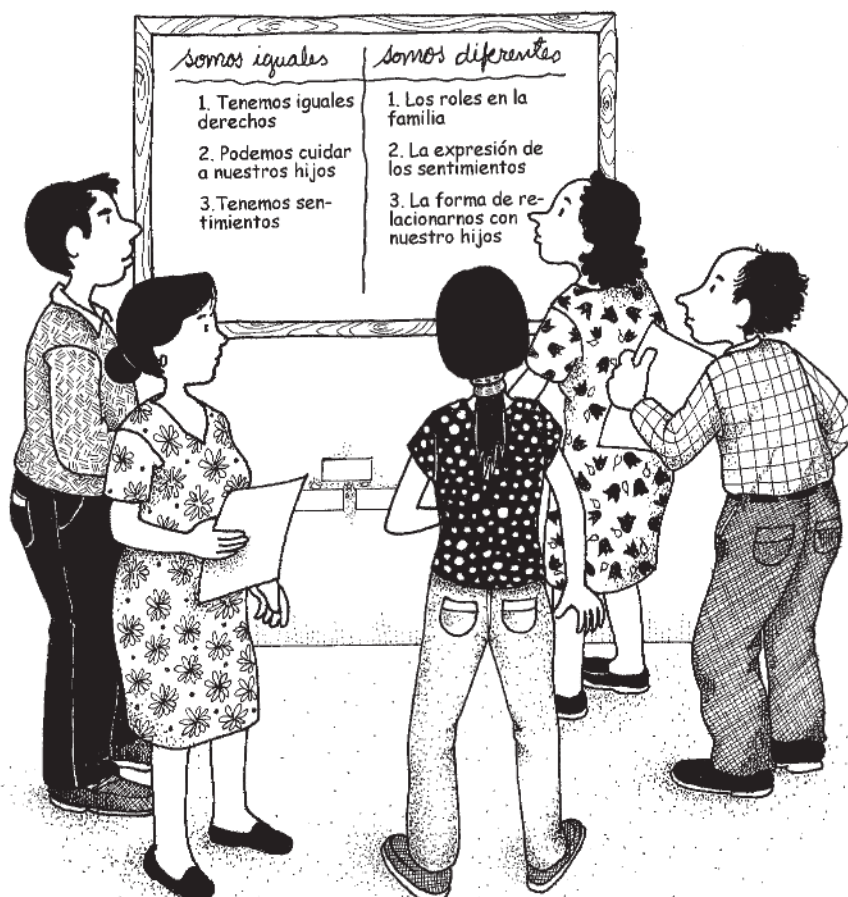
El objetivo de esta escenificación es que las personas participantes formulen sus críticas, opiniones, coincidencias o inquietudes frente a la discriminación de género. Se busca también que expresen su opinión quienes tienen conductas discriminatorias pero creen que son correctas, pues las aprendieron de la cultura imperante en su familia, en la escuela o la calle.

En esta parte del taller la persona que hace de panelista o animadora de televisión tiene un papel clave, pues debe actuar de manera provocadora e inquisidora, tratando de que las ideas se confronten y buscando la contradicción, pero a la vez siendo capaz de mantener el control de las intervenciones.

El *talk show* culmina cuando sienten que el tema ha sido agotado y el animador o la animadora propone al público elaborar conclusiones en sus intervenciones finales.

Ideas fuerza y conceptos clave

Concluida la dramatización, las facilitadoras o los facilitadores resumen las ideas puestas en juego y recuperan del debate los conceptos que pueden contribuir a que padres y madres formulen pautas que promuevan la equidad de género en su propia conducta y en la de su familia.



HOJA DE EJERCICIO

Ventajas y desventajas de ser varón o mujer

Cada pareja responde a las preguntas:

1. ¿Qué ventajas tuviste frente al otro sexo?
a.
b.

2. ¿Qué desventajas tuviste frente al otro sexo?
a.
b.



HOJA DE EJERCICIO

Somos iguales	
Mujeres	Hombres

Somos diferentes	
Mujeres	Hombres



CÓMO ORGANIZAR LAS ESCUELAS DE MADRES Y PADRES

Tema 5: SEXUALIDAD



La sexualidad puede ser vivida como algo natural y sano, o puede ser tratada como un tabú que nos hace sentir culpables. Estas visiones se proyectan sobre nuestras hijas e hijos.

Conceptos clave

La sexualidad en la adolescencia

Los y las adolescentes deben enfrentar los temores inherentes al proceso de aparición de la sexualidad adulta. Quienes fueron niñas y niños, ahora se encuentran ante cambios físicos y psicológicos profundos, que requieren paciencia, comprensión, afecto, respeto y la mejor información posible por parte de sus madres, padres y docentes.

Los viejos tabúes sexuales nos hacen daño

Nuestra cultura enfrentó en el pasado la etapa de cambios hormonales, físicos y psicológicos que supone la adolescencia y su sexualidad, intentando ocultarla o prohibiendo a los y las jóvenes hablar del asunto y conocerlo, culpándolos por los sentimientos que estos cambios originaban. Nuestra generación tiende a repetir el modelo de educación de nuestras madres y nuestros padres y a reproducir ciclos de represión sexual y culpabilización.

Sexualidad y género

Abordamos los problemas de la sexualidad desde nuestros estereotipos de género. Tendemos a repetir los modelos sexuales de nuestros padres y madres. Copiamos tanto sus prejuicios y represiones como sus actitudes más saludables. Si no reelaboramos la pertinencia de estos modelos del pasado, podemos hacer que nuestras hijas e hijos los interioricen, repitiendo muchas de las conductas que no nos agradaron en nuestra adolescencia.

Actualmente muchas familias esperan que sus hijas sean independientes y capaces de valerse por sí mismas, y que sus parejas las respeten, compartan con ellas responsabilidades de ingresos y labores domésticas, y se comuniquen con ellas en el terreno de la sexualidad para abordar los problemas que aparezcan.

Los y las jóvenes ven con desconcierto los dobles valores. La incoherencia de los mensajes de las personas adultas puede resultar en incoherencia en sus propias



conductas, lo cual producirá luego malestar y angustia. Por un lado pueden escuchar hablar a favor de la libertad sexual, y por otro, a favor de la virginidad como condición ideal para la mujer soltera.

Las mujeres pueden criticar o acusar a los hombres de “sacolargos” y sin embargo esperar una pareja colaboradora y equitativa. Esta contradicción puede evitarse si las madres y los padres dialogamos con nuestros hijos e hijas acerca de los mensajes con los que los educamos.

Prevenamos el abuso sexual

Las y los adolescentes están expuestos al abuso sexual, si no incorporamos en su educación la clara conciencia de su derecho a protegerse y a ser respetados por los otros. Parte de la información que reciban debe referirse al peligro de violencia sexual que existe en el ámbito familiar, en la escuela y en la calle. La mejor forma de prevenir esta violencia es siempre mantener la comunicación con ellas y ellos, recordándoles su derecho a solicitar la ayuda de otros si es que alguien los molesta.

En los últimos años el índice de violencia sexual ha aumentado, conociéndose incluso casos de homicidios, por lo que es importante que establezcamos redes de prevención del abuso sexual en combinación con la escuela.

Pautas para una sexualidad sana

Madres y padres tenemos la responsabilidad de asegurar que nuestras hijas y nuestros hijos reciban una educación sexual amplia, que se nutra de los avances logrados en todas las ramas del saber humano. Esta educación debe contribuir a su desarrollo emocional, intelectual y espiritual.

Es en la adolescencia que surgen las amistades, la necesidad de grupo, los enamoramientos, el cuestionamiento de los valores familiares, el temor a la iniciación sexual, la amenaza del embarazo prematuro, la pugna por el poder en la pareja, la búsqueda del conocimiento del otro.

Nuestro papel como madre o padre en esta etapa es significativo. Nuestra ausencia, silencio o represión puede causar problemas. Nuestra presencia, veracidad, afecto y tolerancia creativa pueden ayudar a resolverlos. Si nuestros hijos y nuestras hijas son debidamente comprendidos, sus temores y rebeldías, propios de la edad difícil que les toca vivir, se calmarán y sus impulsos se orientarán hacia metas creativas de crecimiento personal, en concordancia con valores que les otorguen identidad, poder y relaciones amplias en su comunidad.

Si encontramos dificultades para abordar esta difícil etapa de nuestras hijas e hijos, tenemos derecho a pedir ayuda calificada de profesionales terapeutas, educadores y psicólogos, cuya función es contribuir a mejorar la comunicación. La crianza marcha bien cuando logramos comprender y aceptar los cambios que se operan en nuestras familias y que nos angustian. Aceptarlos evita las conductas impositivas y violentas contra nuestros propios hijos e hijas.



Secuencia de actividades: SEXUALIDAD

En esta sesión los facilitadores y las facilitadoras encontrarán una forma de abordar el asunto de la sexualidad, recuperando los mensajes que usualmente se manifiestan en la vida cotidiana. La reflexión sobre estos mensajes permite replantear sus consecuencias y su validez actual. La metodología propuesta y la creatividad de las facilitadoras y los facilitadores ayudarán a superar el temor, tratando el asunto de forma clara, natural y educativa.

Objetivos

Recuperar, a partir de los mensajes que cotidianamente los padres y madres dan a sus hijas e hijos en el hogar, los mandatos que van definiendo su conducta sexual.

Compartir como grupo las posibles estrategias a usar en la familia, para abordar los problemas identificados.

Asumir, individual y grupalmente, el compromiso de adoptar estrategias para tratar el asunto de la sexualidad en la familia, mediante el diálogo, la buena informa-



ción y el apoyo afectivo a los hijos y las hijas en los diversos momentos por los que atraviesan durante su desarrollo.

DINÁMICA DE LA SESIÓN

Presentación del tema (10 min.)

El facilitador o la facilitadora presenta el tema de la sexualidad, destacando los aspectos más importantes. Debe tomarse en cuenta que la mayoría de las veces padres y madres se encierran en un mutismo temeroso. La facilitadora o el facilitador debe diseñar formas creativas para que entren en confianza y venzan los temores de hablar sobre el asunto.

Escuchar una canción de moda entre la juventud, que aluda a la sexualidad, puede ser un elemento motivador interesante, como también puede serlo la confección de un dibujo alusivo al asunto o el escribir las ideas que padres y madres asocian a la sexualidad de sus hijos e hijas.

Trabajo individual (15 min.)

- a) El facilitador o la facilitadora propone a las personas participantes anotar un mensaje que recibieron de sus padres y madres sobre la sexualidad.
- b) Luego pide que anoten un problema que tenga que ver con la sexualidad de sus hijos o hijas.

El objetivo de recuperar los mensajes es reflexionar acerca de cómo éstos afectaron sus vidas y su sexualidad. Esta reflexión puede ayudar a comprender los procesos por los cuales están pasando sus hijos e hijas en torno a la sexualidad, y por tanto a tener empatía antes que miedo, distancia o prejuicios.

El objetivo de anotar los problemas con respecto a la sexualidad de las hijas y los hijos, es tener un listado a la vista, de modo que cada participante descubra que está pasando por problemas familiares semejantes a los del resto. Estos problemas pueden empezar a resolverse si se tiene un criterio amplio, basado en el respeto a la personalidad de sus hijos e hijas, y en el marco de las pautas de conducta de cada familia. Esta actitud por parte de los padres y las madres puede prevenir conductas perseguidoras o de culpabilidad, que sólo ahondarían la rebeldía juvenil.

Trabajo grupal (20 min.)

- a) Las personas participantes se reúnen en grupos y dialogan sobre el trabajo individual realizado. Pueden analizar si hay diferencias entre los mensajes anotados por los hombres y los anotados por las mujeres. También pueden recordar si el padre daba un mensaje diferente a la madre, con respecto a la sexualidad.
- b) Luego los grupos anotan 5 mensajes recibidos de sus padres y madres durante la juventud, en torno al asunto de la sexualidad. Aquí el grupo puede reflexionar acerca de si los mensajes de hoy en día están siendo los mismos para los hijos que para las hijas, y el porqué de ello.

Relajación y visualización (30 min.)

La facilitadora o el facilitador deja oír música relajante durante el ejercicio. Pide a las personas participantes que respiren lentamente, tomando aire por la nariz, llenando sus pulmones y estómagos de aire. Luego indica que expiren lentamente por la nariz.



A continuación cierran los ojos y entonces el facilitador o facilitadora pide que cada quien se concentre en sus pensamientos, se aleje de todos los sonidos que puedan distraer y sienta que va viajando, viajando.

En este viaje, cada participante se va acercando a su casa, observando los alrededores, las paredes, el techo, la puerta, las ventanas. Se acerca a la casa, mira hacia adentro y descubre a sus hijos e hijas. ¿Qué hacen?, ¿están tranquilos?, ¿están inquietos?

Ahora se muestran rebeldes, no aceptan lo que le dicen los padres, cuestionan todo, se fastidian.

Luego están en silencio, pensando. Muestran necesidad de apoyo, de cariño, de una mano que los consuele, de una palabra de respaldo. Están con susto, les da miedo su futuro incierto; se preocupan y quieren protección.

Ya no cuentan muchas cosas en casa y en cambio comparten sus emociones con sus amigos o amigas; salen a la calle y se encuentran con ellos y con ellas. Buscan hacer amigos y amigas, tener enamorado o enamorada. Quieren hablar de sus miedos pero no saben con quién; quieren informarse y nadie les habla amistosamente, con respeto.

¿Cómo puede hacer cada participante para enfrentar sus temores sobre sus hijos e hijas y su sexualidad, sobre sus emociones? La facilitadora o el facilitador deja tiempo para que cada participante reflexione. Luego avisa que el viaje imaginario está terminando, y que pueden ir abriendo los ojos y regresando lentamente al aula cuando se sientan listos.

El objetivo de esta relajación y visualización es que los padres y las madres profundicen su reflexión sobre los momentos que están pasando sus hijos e hijas, especialmente con relación a la sexualidad, el enamoramiento y las amistades.

Trabajo grupal

Las personas participantes se reúnen en grupos grandes y reflexionan sobre las mejores estrategias para enfrentar los 5 problemas que se identifiquen como más impactantes en torno a la sexualidad de sus hijos e hijas.

En este trabajo el grupo debe llegar a formular estrategias para enfrentar esos problemas.

Plenaria (20 min.)

Cada grupo presenta sus resultados a la plenaria. El objetivo es compartir las experiencias, los problemas y las reflexiones.

Los padres y las madres pueden descubrir que no están solos frente a estos problemas, y que es posible asumir estrategias conjuntas para así abordarlos de mejor manera.

Ideas fuerza y conceptos clave (20 min.)

Los facilitadores y las facilitadoras resumen los puntos más importantes tratados por los grupos. Alientan a los padres y a las madres participantes para que continúen elaborando estrategias y explicando con precisión los resultados que esperan conseguir y las ventajas que estas estrategias conllevan, para bienestar de sus hijos e hijas.



HOJA DE EJERCICIO

Anotar un mensaje recibido de tu madre o tu padre
sobre la sexualidad cuándo eras joven

Mensaje:

Anotar un problema que tienes con tus hijas o hijos
sobre la sexualidad

Hijas:

Hijos:



CÓMO ORGANIZAR
LAS ESCUELAS DE
MADRES Y PADRES

Tema 6: VIOLENCIA FAMILIAR



La violencia juvenil no existe en el vacío: es promovida por la violencia que ejercen las personas adultas en el contexto familiar, escolar o social.

Conceptos clave

Origen de la violencia juvenil

En muchos casos, la violencia familiar es el caldo de cultivo de la violencia juvenil. Los jóvenes sometidos al estrés de ver un cuadro familiar de conflicto permanente, terminan canalizando esta agresión contra sí mismos o contra otros. Cuando lo hacen contra sí mismos se deprimen, pierden las ganas de hacer cosas, de tener amistades, de estudiar y obtener éxito en las tareas que emprenden. Cuando lo hacen contra otros, buscan espacios para desfogar su ira y resentimientos, justificando sus acciones violentas tras argumentos como “peleo para proteger el barrio” o “para defender a las chicas” o “porque los otros jóvenes nos invaden”.

La violencia puede establecerse en la sociedad, la familia y la escuela como un círculo perverso que se repite compulsivamente si no tomamos conciencia de sus efectos destructivos, sus víctimas y sus causas, de las que podemos ser parte. El objetivo que se persigue al reconocerla es suprimirla y prevenir su reiteración en contra de las víctimas, generalmente elegidas entre las personas desprotegidas.



Maltrato y violencia en la escuela

La escuela puede convertirse en un espacio de maltrato si las personas adultas, autoridades, profesores y profesoras ejercemos un autoritarismo rígido y maltratante, basado en la humillación constante de los alumnos y las alumnas, las notas bajas, los gritos, los castigos físicos, el insulto.

Si hay estudiantes que ejercen violencia sobre otros más jóvenes, y esto es tolerado en el medio escolar, entonces se establece un clima favorable a la violencia, a la violación de los derechos y a la reproducción de las conductas violentas en todos los niveles. Las personas adultas podemos agravar una realidad de maltrato si justificamos determinadas formas de violencia en el aula, confundiéndolas con castigo o sanción de las faltas. Si los profesores y las profesoras no somos coherentes con nuestro discurso contra la violencia, estamos dejando abierta la puer-

ta a la desobediencia, puesto que nuestros y nuestras estudiantes no pueden interiorizar normas incoherentes con la realidad.

La rebeldía juvenil

La adolescencia es el período de la vida en el cual aparece la rebeldía juvenil como conducta. Ésta puede manifestarse simbólicamente, como cuando las jóvenes se maquillan usando lápiz labial de color azul, por ejemplo, de tal forma que llaman la atención, o como cuando los varones visten ropas que nos disgustan a los padres.

La rebeldía juvenil puede tornarse violenta cuando se convierte en desobediencia abierta de nuestros valores, y entonces lleva a los jóvenes y a las jóvenes a acercarse a grupos y lugares de riesgo, como las pandillas, o a adquirir costumbres inadecuadas como las de consumir alcohol y drogas, llegar tarde a casa, etc.

Podemos expresar afecto, confianza y comprensión a nuestras hijas e hijos

Las y los jóvenes están demandando confianza; que comprendamos sus momentos de inseguridad originados en los cambios físicos y psicológicos que conlleva el momento que viven. Estando más cerca de ser personas jóvenes camino a la adultez, quieren descubrir cuánto pueden y para qué sirven, y esto deben probarlo sintiendo la confianza, el apoyo y el respeto de su madre y su padre.

Si los tratamos como personas inútiles, se comportarán de acuerdo con ello. Si no reconocemos su derecho a madurar, a ser autónomos y responsables de su autonomía creciente, nunca se ejercitarán para una vida de competencia, autosostenimiento y protección a otras personas, que les reclamará la sociedad, sino que serán dependientes, temerosos, tímidos y pasivos.



Secuencia de actividades: VIOLENCIA FAMILIAR

Facilitadores y facilitadoras encontrarán aquí una propuesta para que padres y madres, partiendo de un momento de relajación, ingresen a un espacio de reflexión sobre la violencia que se desarrolla en su entorno familiar y social. Esta relajación facilitará que luego todas las personas participantes hablen del tema sin ofrecer resistencia a conversar de su experiencia particular. Dependerá de las facilitadoras y los facilitadores acoger a quien quiera relatar una vivencia propia. Entonces deberán estar preparados para aceptar ese dolor, contenerlo y apoyar a la persona cuando se exprese y desahogue.

Objetivos

Recoger, de la experiencia cotidiana de las personas participantes, los casos de violencia que se dan en la familia, la escuela y la comunidad.

Analizar los orígenes de esta violencia y sus efectos en la familia, y elaborar formas de prevenirla haciendo campañas locales a través de los medios de comunicación que se propongan en el taller.

Comprometer a las personas participantes a realizar acciones para prevenir la violencia en la familia, la escuela y la comunidad.

DINÁMICA DE LA SESIÓN

Relajación corporal (15 min.)

El facilitador o la facilitadora pone música suave y relajante. Luego pide a las personas participantes que se pongan de pie, y que cada quien ponga atención a su propio cuerpo; es decir, perciba si está rígido, cansado, relajado, con dolor en algún lugar, tenso, etc., comenzando por la parte superior del cuerpo: cabeza, ojos, cara, boca, nariz, nuca, hombros, pecho, estómago, espalda, brazos, manos, dedos, cintura. Se termina por la parte inferior: cadera, abdomen, nalgas, piernas, rodillas, pies, dedos de los pies.

La facilitadora o el facilitador pide que realicen una respiración profunda y relajada, inhalando toda la energía positiva por la nariz, hasta que el aire les llene los pulmones y el estómago. Luego pide que exhale todas las tensiones y la energía negativa por la boca.

El ejercicio termina con el estiramiento de diversas partes del cuerpo: lentamente mueven la cabeza hacia la derecha, luego hacia la izquierda y después hacia el centro. Después la dejan caer a la derecha, procurando tocar el hombro con la oreja. Luego mueven la cabeza en círculo, lentamente, dejándola caer hacia la izquierda, hacia delante y hacia atrás. Mueven los hombros en círculo hacia atrás y después hacia delante. Estiran el cuerpo y las manos hacia arriba, como desperezándose, y se mantienen en esa posición por unos segundos. Luego, separando las piernas, doblando las rodillas y poniendo la espalda recta, posan las manos sobre las caderas y hacen círculos grandes con el cuerpo hacia delante, hacia atrás, a la derecha y a la izquierda. Finalmente agitan el cuerpo como quien se sacude el agua.

A continuación el facilitador o la facilitadora pregunta: ¿se sienten relajadas y relajados?



Dinámica del escultor

La facilitadora o el facilitador pide a las personas participantes que formen parejas. Cada miembro de una pareja actúa como escultor de su acompañante. Puede hacer con él o ella una estatua, moviendo sus brazos, piernas, cabeza, postura, variando su expresión facial, etc. como si se tratase de un maniquí. La estatua adopta la posición que al escultor le parezca adecuada.

Luego intercambian los roles. Finalmente, comentan ante el grupo cómo se sintieron al tener que ser pasivos y manipulados por la otra persona como un objeto. Luego comentan cómo se sintieron al crear la escultura y decidir cómo debía ser, cómo se veía mejor, por qué debía adoptar tal posición, etc.

El objetivo de esta dinámica es valorizar al cuerpo como mensajero de bienestar o malestar, y responder adecuadamente a las tensiones que se acumulan en él.

También sirve para descubrir cómo nos sentimos cuando creamos y cómo cuando nos manipulan y debemos adoptar una actitud pasiva.

Trabajo de grupos

El facilitador o la facilitadora indica a las parejas que anoten un ejemplo de violencia que ocurra dentro de las familias de su zona, en la escuela y en la comunidad.

Se forman subgrupos para trabajar en torno a la violencia en la familia, la escuela y la comunidad; sobre todo en lo concerniente a sus causas.

Trabajo de grupos

Los grupos elaboran afiches que promueven la no-violencia en la familia, la escuela y la comunidad. Pueden usar todo tipo de material, de forma muy creativa.

El objetivo es elaborar propuestas de prevención de la violencia, que puedan ser compartidas con la población y la comunidad educativa.

Plenaria

Cada grupo presenta sus resultados y los afiches que ha creado, y comparten sus opiniones. Las facilitadoras y los facilitadores pueden motivar las intervenciones mediante preguntas tales como: ¿cómo prevenir la violencia?, ¿qué medidas no solamente represivas pueden ayudar a que ésta disminuya?, ¿por qué las personas, jóvenes o adultas, recurren a la violencia?, ¿qué podemos hacer en cada familia?, ¿qué podemos hacer en el ámbito de la escuela?, ¿qué podemos hacer en el aula?

Ideas fuerza y conceptos clave

Los facilitadores y los facilitadoras recogen el conjunto de opiniones vertidas durante el taller y presentan las posibilidades de solución, tanto desde el campo legal como de la atención psicológica y de la prevención. Es necesario poner especial énfasis en la violencia contra la niña, la adolescente y la mujer.



HOJA DE EJERCICIO

Anotar un problema de violencia que ocurre en:

La familia:

La escuela de sus hijos:

Su comunidad:



RECURSOS

Recepción y presentación de los participantes

Generalmente al iniciarse la primera sesión se registra la asistencia, se entregan los solapines que identifican a cada participante por su nombre y se entregan los materiales o recursos de trabajo a ser usados en la sesión.

Si las condiciones de la escuela lo permiten, recomendamos poner música suave durante la recepción.

Es importante presentar a todas las personas participantes. De esta manera las madres y los padres de familia se integran, se reconocen y se familiarizan, creando un agradable ambiente de confianza.



La relajación y la visualización

Muchas personas asistentes a los talleres llegan agobiados por el estrés de la labor cotidiana: la madre que teme dejar su casa expuesta a robos, el padre que tiene que faltar a su trabajo para asistir al taller, entre otras situaciones estresantes.

Estos y otros motivos provocan que al llegar a la sesión, las personas estén tensas, angustiadas, a la defensiva, listas a ofrecer resistencia si se trata de trabajar asuntos que movilizan o inspiran miedo, o que remueven recuerdos y vivencias asociados a frustraciones y problemas.



Por estas razones nos parece de vital importancia incorporar las técnicas de relajación a los talleres. Éstas pueden, por ejemplo, ayudar a calmar a las madres que han asistido con niños o bebés y que están angustiadas por haber dejado la casa sola. Al haber mayor calma, mejoran las condiciones de aprendizaje en el aula.

Padres y madres, en tanto personas adultas, necesitan ser recibidos en un ambiente acogedor para este trabajo de reelaboración de sus vidas y replanteamiento de sus conductas. Para ello debe desterrarse de los talleres la idea de un ambiente escolarizado y rígido en el que las madres y los padres se instalan inconscientemente, al tener a la escuela tradicional como único referente de aprendizaje previo al taller.



CÓMO ORGANIZAR
LAS ESCUELAS DE
MADRES Y PADRES

La relajación introduce a las personas en vivencias centradas en cada quien, en su cuerpo, en su yo, en su estado de ánimo, y las conecta con sensaciones placenteras y acogedoras. Por otro lado, les permite reconocer en la facilitadora o el facilitador no a una persona crítica, sino a quien los va llevando a espacios de autoconfianza, de relajación, de distancia de la tensión y la angustia, sin ningún discurso de por medio.

La visualización ayuda a las personas con dificultades para trabajar con material escrito a ingresar rápidamente a sus recuerdos y vivencias (recomendamos, sin embargo, que quienes quieran utilizar estas importantes y potentes herramientas, se capaciten previamente en ellas).

Nosotros proporcionamos a los facilitadores y las facilitadoras modelos de nuestra experiencia, cuyos resultados fueron probados (validados) y contribuyeron al desarrollo de las sesiones, facilitando la intervención de cada asistente. En el contexto de la sesión, puede ser mucho más potente que un padre o una madre visualice cómo era su padre o su madre en el pasado –qué decía, cómo actuaba, qué conducta tenía, cómo era el ambiente en que vivían– para luego poder hablar de lo visualizado (que se conecta a su experiencia de vida), antes que sólo responder a preguntas que no se relacionan con sus emociones actuales.

Evaluación

La facilitadora o el facilitador entrega las hojas de evaluación a las personas participantes, para considerar lo aprendido en el taller respecto a los asuntos tratados.

Las personas participantes señalan han aprendido y qué han sentido durante el taller. Finalmente lo evalúan en conjunto marcando con una X una de las 5 caritas de la hoja de evaluación (ver página siguiente), que representan una determinada escala de valor.

Es necesario explicar que el cuestionario es anónimo, y que su función es que la facilitadora o el facilitador recoja opiniones para mejorar los contenidos del taller.



HOJA DE EVALUACIÓN



Escuela de Madres y Padres

Madre Hijo

Padre Hija



1. ¿Qué nuevas ideas he aprendido hoy?

.....

.....

.....

.....

.....



2. Sobre el tema de hoy me comprometo a:

.....

.....

.....

.....

.....

3. El taller me pareció



excelente



Bueno



Regular



Malo



Muy malo

¿Porqué?

.....

.....

.....

.....

.....



Esta obra se termino de imprimir en noviembre de 1999,
en los talleres de Tarea Asociación Gráfica Educativa,
Pasaje María Auxiliadora 156-164, Breña, Lima, PERÚ.