

Paternidad Activa

MANUAL DE MONITORES/AS



**El fortalecimiento del derecho de los hombres
a participar en la crianza de sus hijas e hijos.**

AUTORES:

FRANCISCA MORALES AHUMADA • SABINE ROMERO BERGDOLT • FRANCISCO AGUAYO FUENZALIDA



PATERNIDAD ACTIVA. Manual de Monitores/as
El fortalecimiento del derecho de los hombres
a participar en la crianza de sus hijas e hijos.

Autores: Francisca Morales, Sabine Romero y Francisco Aguayo

Santiago de Chile 2001

Material validado en el contexto del proyecto Paternidad Activa realizado entre los años
1997 y 2000, en Santiago de Chile

Foto Portada: Gentileza de Archivo Aguayo www.aguayo.cl

Fotografías: Francisco Aguayo Fuenzalida, Sabine Romero y Archivo Aguayo
www.aguayo.cl

Material validado en el contexto del proyecto Paternidad Activa realizado entre los años
1997 y 2000, en Santiago de Chile

Sabine Romero: sromero@cide.cl

Francisco Aguayo: faguayo@cide.cl

Centro de Investigación y Desarrollo de la Educación (CIDE)

Área Familia e Infancia

www.cide.cl

(56-2) 698 7153 / fax (56-2) 671 8051

Erasmus Escala 1825, Santiago de Chile

Casilla 13608, Santiago 21 Chile

Producción Gráfica:

Argé Comunicaciones Ltda.

Av. Italia 620

Fonos: 665 60 74 • 665 60 75

www.arge.cl

INDICE

	pág
I Presentación del Programa	7
• Objetivos del Programa Educativo Paternidad Activa	9
• Estrategia Metodológica para el desarrollo del Programa Paternidad Activa	10
• Función del Monitor y/o Monitora del Programa Educativo	11
• Recomendaciones Metodológicas para el/la Monitora	12
• Pasos en el Desarrollo de las Sesiones	15
II Descripción del Manual	17
III Sesión 1: Conocernos entre Padres	21
IV Sesión 2: Una Brújula para orientarnos en el camino	31
V Sesión 3: Comunicándonos entre hombres y mujeres	49
VI Sesión 4: Las Huellas del propio Padre	65
VII Sesión 5: El Hombre y la Expresión de sus Afectos	77
VIII Sesión 6: Mi Rol Irreemplazable como Padre	91
IX Sesión 7: Padre Presente o Padre Fantasma	105
X Sesión 8: Evaluando en grupo nuestro recorrido	117

Las Sesiones

- Sesión 1: **Conocernos entre Padres**
- Sesión 2: **Una Brújula para orientarnos en el camino**
- Sesión 3: **Comunicándonos entre hombres y mujeres**
- Sesión 4: **Las Huellas del propio Padre**
- Sesión 5: **El Hombre y la Expresión de sus Afectos**
- Sesión 6: **Mi rol Irremplazable como Padre**
- Sesión 7: **Padre Presente o Padre Fantasma**
- Sesión 8: **Evaluando en Grupo Nuestro Recorrido**

Estampa de mi padre

(inédito)

De tu mano de funcionario de terno y corbata
aprendí a subir la primera cuesta
del camino de la vida.

Cada día domingo
emprendíamos la misma intrépida
aventura de pobres,
en varonil silencio escalábamos
las laderas del cerro San Cristóbal,
cubiertos de sudor y de polvo,
rodando a veces,
pero siempre tomados de la mano,
hasta alcanzar acezantes la cima
de un semana de lucha encarnizada
por seguir adelante.

La ciudad yacía a nuestros pies
y la roja y redonda manzana
que me hacías escoger
del canasto del hombre de la pata de palo,
mondada con maestría por tu gastada navaja,
era la singular metáfora del mundo
que entonces me ofrecías con gesto grave.

Manuel Silva Acevedo
Poeta chileno

16 de abril de 2001

Presentación del Programa

El programa de Paternidad Activa surge como respuesta a una inquietud del equipo de Familia e Infancia del CIDE, al detectar la ausencia sistemática de la figura masculina en las acciones educativas que a lo largo de muchos años se habían realizado en temas principalmente relacionados con la crianza y particularmente en torno al desarrollo socioafectivo de niños y niñas. Estudios y experiencias fueron mostrando el impacto en la vida adulta de la relación con el padre (o la carencia de ella); la relevancia de la presencia de un padre afectivamente cercano para el desarrollo socioemocional de niños y niñas; la importancia de distribuir de modo más equitativo las responsabilidades familiares cuando hay dos adultos a cargo, a fin de aliviar la tarea para ambos y permitir una mayor posibilidad de desarrollo en otros ámbitos para las dos partes; y la sensación de que así como las mujeres han ganado espacios en el mundo público, los hombres están iniciando un proceso de abrirse espacios en el mundo privado, en el mundo de los afectos, proceso al cual nos pareció importante aportar a través de este programa.

Muchas de las motivaciones e intuiciones iniciales se fueron confirmando en el trabajo desarrollado durante los tres años del proyecto Paternidad Activa (1997-2000), especialmente a través de los testimonios de los hombres de diferentes edades y niveles socioeconómicos que participaron en la etapa diagnóstica, y luego con los monitores y monitoras capacitados.

La propuesta de un padre activo supone una forma de paternidad donde la presencia del padre no está sujeta al cumplimiento de un rol predefinido de género, sino que implica hacerse parte de las más diversas acciones de crianza; donde se espera que a través del compartir lo cotidiano y los afectos con encuentros y desencuentros, se teja un vínculo que nutra tanto al hijo o hija como a la pareja de padre y madre (aunque no vivan juntos).

La presencia del padre en la crianza y su equitativa corresponsabilidad con la madre en esta tarea, es también concebida como un derecho que cada niño y niña tienen al nacer. La Convención Internacional de los Derechos de los Niños señala



en su artículo 18, que los Estados miembros deben velar porque ambos padres sean igualmente responsables del cuidado del niño y niña, lo que implica que el acercamiento del padre a la crianza no es sólo materia del trabajo comunitario, sino también, un desafío para quienes deben diseñar políticas que afectan a la familia y a cada uno de sus miembros.

Objetivos del Programa Educativo Paternidad Activa

Los objetivos del Programa Educativo de Paternidad Activa se proponen que los padres, madres y adultos significativos que están a cargo del cuidado y formación de niños y niñas:

- a) Desarrollen habilidades, conductas y actitudes positivas hacia la incorporación del Padre en la crianza de los hijos/as.
- b) Fortalezcan el derecho de los hombres a participar en la crianza de sus hijas e hijos.
- c) Fortalezcan su rol socializador y formador de niños y niñas y se comprometan a promover en ellos la Paternidad Activa.

Estrategia Metodológica para el desarrollo del Programa Paternidad Activa

Los temas se desarrollan a través de **actividades grupales** en las que cada persona aporta su experiencia y conocimientos, logrando de este modo nuevos aprendizajes e información que amplían su repertorio de conductas y actitudes para la vida cotidiana con relación a la paternidad.

Para el desarrollo de cada tema, se **utilizan diversos recursos pedagógicos**, juegos, imágenes, representaciones entre otros. Éstas tienen como propósito **vivenciar y recuperar experiencias y conocimientos que las personas tienen cotidianamente** tanto a nivel individual, familiar como comunitario.

A través del trabajo grupal y de la utilización de diversos recursos pedagógicos, los padres y otros adultos significativos podrán:

- a) Compartir experiencias y conocimientos con relación a su propia experiencia de paternidad (como hijo/a y como madre/padre).
- b) Reconocer y desarrollar aquellos recursos personales, familiares y comunitarios permitan promover la paternidad activa.

Función del monitor y/o monitora del programa educativo

El monitor o monitora es la persona encargada de motivar y conducir las sesiones.

El o ella es, ante todo, un “educador/a”, cuya tarea principal está dirigida a que las y los participantes del Programa Educativo, desarrollen sus habilidades y potencialidades para promover cotidianamente la paternidad activa.

Su capacidad de acogida y relación, de compartir con las y los participantes es clave para el proceso del grupo.

La conducción implica una cierta habilidad de regular la interacción entre los y las participantes, facilitando un clima de confianza que permita que cada persona se exprese desde su particular forma de ser y vivir.

El monitor o monitora es capaz de identificar los recursos biopsicosociales latentes o manifiestos de los y las participantes.

Es también la persona que «organiza», es decir, la que planifica el trabajo en su conjunto. Esto significa preparar cada sesión con anticipación, distribuir su tiempo de manera de alcanzar a realizar lo que se propone; desarrollar las sesiones de acuerdo a un plan y evaluar como resultó cada una de las sesiones y la experiencia completa.

Recomendaciones metodológicas para el/la monitor/a

Las sesiones del Programa Educativo Paternidad Activa, se trabajan mediante una metodología participativa, que privilegia el trabajo grupal, así como también el conocimiento y la experiencia de cada participante como fuente de aprendizaje individual y colectivo.

El facilitador/a debe trabajar siempre bajo el principio de empatía, como condición esencial para facilitar una interacción social. Para eso, poner especial atención a las disposiciones corporales que emplea el/la monitor/a resulta esencial. Por ejemplo, mirar a la cara de las personas mientras ellas hablan, adoptar posturas corporales de interés y tranquilidad, atender con interés las reflexiones de las personas, reafirmar los aportes entregados por los/as participantes, sin entrar en el plano de la opinión crítica o de elogio, son algunas de las acciones que el/la monitor/a puede emplear para generar un clima de acogida y adhesión de los/as participantes con el proceso de aprendizaje.

Es por ello, que las actividades educativas que se proponen, se sustentan en los siguientes principios metodológicos:

- a) Aprender en grupo.
- b) Los contenidos son trabajados por las/os participantes, quienes definen, enfatizan y ponen sobre la mesa los puntos de su interés. Por lo tanto, los contenidos no se dictan sino que se construyen a lo largo de cada sesión.
- c) Se aprende sintiendo, pensando y haciendo.

Con el objeto de facilitar su función, le sugerimos que antes de aplicar el Programa Educativo:

- a) LEER DETENIDAMENTE TODO EL MATERIAL. Una lectura cuidadosa le permitirá tener una visión global de éste facilitando de esa manera su aplicación.
- b) EXPLICAR DE MANERA BREVE el objetivo y sentido de las actividades al inicio de cada sesión.
- c) DAR explicaciones y entregar contenidos de manera breve, motivando a los/as participantes a reaccionar desde su propia experiencia respecto de los temas a tratar.
- d) NO INDUCIR LAS RESPUESTAS Y EVITAR JUZGAR como buena o mala las respuestas u opiniones de los/as participantes.
- e) RECORDAR QUE en torno a las Unidades de trabajo que aquí se presentan NO HAY RESPUESTAS BUENAS NI RESPUESTAS MALAS.
- f) EXPLICITAR que el rol del monitor/a no es el de experto sino de facilitador de la reflexión e intercambio de experiencias. Desde este rol, el/la monitor/a puede hacer aportes personales, pero como una opinión más y no como “la” verdad que se impone a los/as participantes.
- g) RESPETAR el nivel de profundidad con el que las personas comparten sus experiencias. Esto sobre todo al inicio del trabajo de grupo, ya que es necesario que se generen confianzas básicas entre los participantes, de los participantes hacia el/la animador/a y viceversa, para que las personas se abran a compartir experiencias en mayor profundidad.
- h) REGULAR LA CONVERSACIÓN en grupo y el tiempo que cada persona ocupa en hablar.
- i) IMPEDIR delicadamente que una personalidad fuerte imponga sutil o abiertamente sus puntos de vista o sus opiniones al resto de los/as participantes.

- j) MODERAR la tendencia de algunos/as a acaparar el tiempo de intervención, ya sea hablando en exceso, interrumpiendo a los demás, desviando la atención hacia aspectos que no se relacionen de manera directa con el tema tratado.
- k) GENERAR un clima de aceptación de opiniones y sentimientos, manteniendo el foco del tema propuesto.
- l) FORMULAR preguntas abiertas, más que dar la respuesta, evitando dar consejos, recetas, advertencias, etc.
- m) AYUDAR al grupo a «ampliar» las alternativas de conducta frente a una situación.
- n) EVITAR la formación de subgrupos que puedan hacer conversaciones paralelas.

A través de las distintas actividades se proponen acciones vinculadas a los temas que se abordan, empleándose diversos recursos y técnicas pedagógicas, como por ejemplo, cartas, láminas, dibujos, etc.

Estas acciones tienen por objeto generar las condiciones para que cada persona, en el grupo, hable desde su propia experiencia, conocimientos, recuerdos y sentimientos, aportando a la reflexión y discusión del grupo.

Pasos en el desarrollo de las sesiones

Cada sesión de trabajo está organizada en cinco momentos:

a) Ecos de la Sesión Anterior:

Se sugiere iniciar cada sesión con una retroalimentación breve. Esta consiste en compartir información de los logros y dificultades alcanzados por cada persona, a raíz de lo trabajado en la sesión anterior, en el intento de asimilar conocimientos, probar alguna destreza interpersonal y tomar ciertas decisiones en la vida cotidiana.

b) Motivación Inicial:

El/la monitor/a presenta el tema de la sesión sobre la base de las ideas planteadas en los objetivos. Da las instrucciones y provee del material necesario para el desarrollo de ésta.

c) Desarrollo de la/s Actividad/des:

Las/os participantes de el/los grupos trabajan la actividad o las actividades propuestas utilizando los materiales, poniendo en común sus experiencias, analizando y sacando conclusiones. El/la monitor/a, apoya el trabajo de los grupos, y destaca las ideas fuerza que surgen espontáneamente de los y las participantes.

d) Puesta en Común:

Las/os participantes del o los grupos dan cuenta del trabajo realizado, comparten resultados, discuten y sacan conclusiones generales. El/la monitor/a, coordina la discusión, entrega información, y aclara dudas.

e) **Evaluación y Cierre:**

Al terminar la sesión el/la monitor/a hace una síntesis de los contenidos e ideas fuerza de la sesión, plantea la «tarea para la casa» y evalúa el trabajo haciendo preguntas tales como: ¿Qué aprendieron hoy?, ¿cómo se sintieron durante la sesión?, ¿de qué se pudieron dar cuenta?

Es importante velar por que el final de la sesión se constituya en un momento especial, en un rito que le de al grupo una mística especial. Por ejemplo, se puede elegir un objeto, que al momento de responder va pasando de mano en mano. Esto permite situar la atención de los participantes en lo que van expresando así como también generar un clima especial en el grupo. La técnica “La Luz Relámpago” es muy útil, le recomendamos su uso al final de todas las sesiones (ver anexo al final del manual).

Descripción del Manual

Este manual ha sido diseñado para ser utilizado por monitores y monitoras debidamente capacitados, en la conducción de grupos de padres. En él, cada monitor/a encontrará los elementos que necesita para realizar su trabajo, tanto desde el punto de vista de contenidos como de la metodología de trabajo.

En la sección Recomendaciones Metodológicas encontrará elementos para la preparación de las sesiones y el manejo del grupo a través de ellas. Es muy importante leer y poner en práctica cada uno de los principios que allí se señalan, pues parte del desafío de ser monitor/a tiene que ver con la forma de guiar al grupo a través de los temas, e ir promoviendo con la propia actitud los cambios que se quieren lograr.

Partes de cada Sesión

1. Objetivos

Los objetivos reflejan la meta a cumplir a lo largo de la sesión. Es importante que el/la monitor/a no pierda de vista el objetivo, para que con éste en mente puedan conducir las conversaciones, profundizar en algunos temas, y luego enfatizar algunos aprendizajes producidos en la sesión.

2.

Apuntes para el/la Monitor/a

En esta parte el/la monitor/a encontrará elementos teóricos que le servirán de apoyo para presentar el tema de la sesión, y para respaldar algunos ejemplos y experiencias relacionados con los contenidos que puedan ir surgiendo en el trabajo grupal. No es la idea que el/la monitor/a entregue todos los contenidos a los padres del grupo, sólo los elementos esenciales, y en un lenguaje adecuado al grupo.

3.

Actividades y Desarrollo de la Sesión

En esta parte se describen en detalle los pasos que debiera seguir el monitor o monitora durante la sesión, incluyendo cada una de las actividades y el tiempo que se estima debiera durar cada paso. Es importante que cada monitor/a lea detenidamente este punto antes de la sesión, que lo escriba con sus palabras, en otro papel, o que use cualquier forma que le facilite mantener el esquema en mente. Inclusive se sugiere presentarlo en un papelógrafo o transparencia a los participantes al iniciar la sesión. Sin embargo, también es importante tener flexibilidad. Si una parte de la sesión resultó muy interesante y considera que es bueno dedicarle más tiempo para profundizar, hágalo. Luego señálelo en la hoja de evaluación de la sesión.

4.

Sugerencias para el/la Monitor/a

Las sugerencias tienen la finalidad de anticipar algunas situaciones y dar orientación para la conducción grupal de cada sesión.

5. Ideas Fuerza

Éstas son las ideas principales que el monitor o monitora debiera transmitir al grupo de padres, reforzándolas con los aportes y aprendizajes de ellos que aparezcan en la sesión. Al igual que los Objetivos, las Ideas Fuerza servirán de brújula en el transcurso de la sesión.

6. Texto para Padres

En esta parte encontrará un texto que servirá como motivación para iniciar el tema de la sesión, y que espera promover la reflexión de los padres. Este texto debe ser replicado y entregado a todos los padres del grupo.

7. Materiales

Se señalan aquí todos los materiales que debieran traerse a la sesión, si ésta se planifica y desarrolla como se presenta en el manual.

8. Evaluando

La última parte es una ficha de evaluación que los monitores y monitoras deben llenar después de cada sesión. Esta ficha tiene un doble objetivo: Ayudar a el/la monitor/a a mirar los aspectos fuertes y débiles de la sesión para ir mejorando los que se puedan modificar en las sesiones siguientes; y recopilar información relevante para la evaluación del Manual.

Anexo de Actividades

En la última sección llamada Anexo de Actividades, va a encontrar los juegos desarrollados para cada sesión que lo requiera. Sólo contará con un set de estas actividades por lo que es especialmente importante que el material recortable sea mantenido en forma adecuada para utilizarlo más de una vez. Lo mismo, en el caso de los trabajos grupales; cada juego debe replicarse tantas veces como grupos vaya a trabajar.

NOTA: Es posible para el monitor o monitora seleccionar del Programa cierto(s) contenido(s) y actividad(es) ajustándolos al tiempo e interés específico del grupo.

Sesión Nº 1



Conocernos entre padres

1. Objetivos

A través de esta primera sesión se espera que los participantes:

- a** Conozcan los objetivos y metodología del Programa Educativo.
- b** Tengan la posibilidad de expresar su grado de motivación e inquietudes en relación con el Programa.
- c** Realicen una actividad que les permita presentarse y conocerse entre sí.

2. Apuntes para el/la Monitor/a

Cada persona que inicia su participación en un grupo, va buscando consciente o inconscientemente su manera de hacerse presente. Dar a conocer el propio nombre relacionándolo con algunos datos de la historia personal, es una forma de estructurar esa presentación.

Nacemos y morimos con nuestro nombre; representa identidad. En el curso de los años ese nombre puede experimentar variaciones que son vividas como señal de cariño, descalificación, etc. En este grupo las personas tienen la posibilidad de pedir cómo quieren ser nombradas.

Cada nombre tiene una carga emocional especial, dependiendo de quién lo eligió, de posibles asociaciones al nombre o de expectativas que los adultos ponen en ese niño o niña a través del nombre. En el grupo es posible hacer conciencia de lo importante que es nombrar al propio hijo e hija. Y nombrarle de maneras que le hagan sentirse gratamente identificado con su nombre.

3. Actividades y Desarrollo de la Sesión

1. Inicie la sesión dando a conocer el objetivo y la modalidad de trabajo.
2. Abra la posibilidad de que las personas expresen dudas, inquietudes y expectativas en relación con el tema o forma de funcionamiento.
3. Realice la técnica de imaginación “Mi nombre y el nombre de mi hijo/a” con posterior puesta en común en el grupo.
4. Luego, realice el juego de preguntas “Experiencias con el padre que soy o he tenido”. Esta actividad no es recomendable para grupos con más de 12 participantes (si es el caso divida el grupo mayor en subgrupos).

Cada persona saca una tarjeta de pregunta al azar. Secuencialmente va eligiendo alguien a quien le interesa hacerle la pregunta que le tocó. Esa persona contesta y luego elige a su vez a otra persona para hacerle su pregunta. El juego termina cuando todos los participantes han recibido respuesta a su pregunta.

4. Sugerencias para el/la Monitor/a

- a) La primera sesión puede generar tensión e incertidumbre a la cual usted responde aclarando inquietudes y empezando a construir un clima de confianza.
- b) Es importante que el tema de la Paternidad Activa lo/a motive y conmueva; los participantes perciben su grado de compromiso con el tema.
- c) Es necesario realizar la imaginación en un ambiente sin interferencias que favorezca la introspección.
- d) Cuando los participantes comparten en grupo lo más significativo que les apareció durante la imaginación, es importante pedirles explícitamente que expresen los contenidos sustanciales en pocas palabras (especialmente cuando es un grupo con más de 15 personas). Esto garantiza la mantención viva de la atención de los que escuchan y se aprende a expresar lo propio dándole peso a la palabra.
- e) Es recomendable **establecer en conjunto algunas normas de funcionamiento en grupo** (por ejemplo no fumar en el recinto que se trabaja, apagar celulares, avisar inasistencia, empezar y terminar las sesiones puntualmente, etc.). Esta especie de **contrato de grupo** es especialmente relevante cuando se trata de un grupo que va a juntarse más de una vez.
- f) Es importante que usted como monitor/a esté muy atento/a a la dinámica del grupo y a cada persona como individuo. Establezca contacto visual, use la cercanía y distancia física, escuche con resonancia empática y devuelva al grupo contenidos claves que integran aportes y experiencias de las personas con conocimientos que usted maneja.
- g) Es útil anotar las reflexiones finales de los participantes que realizan con objeto de sondeo en mano. Ello le permite planificar futuras sesiones, considerando esa información como retroalimentación. Puede usar la técnica “La Luz Relámpago”, descrita en el “Anexo para todas las sesiones” al final del manual.

5. Ideas Fuerza

- Cada persona tiene su forma particular y válida de participar y hacerse presente en un grupo.
- Presentarse con el propio nombre y algunas experiencias asociadas a ese nombre es una forma de darse a conocer.
- Es importante nombrar a nuestro/a hijo o hija de manera que no se sienta descalificado/a, ridiculizado/a o empequeñecido/a sino aceptado/a, querido/a y valorado/a.

6. Texto para Padres

En esta sesión los Apuntes para el/la monitor/a servirán como texto para padres

7. Materiales

- Texto para padres (1 por persona)
- 1 hoja en blanco por persona
- Lápices de colores
- Objeto de Sondeo (cualquier objeto que sirva para dar la palabra)
- Juego de Tarjetas (1 set por cada 9 personas)

Anexo de Actividades



Imaginería

“Mi nombre y el nombre de mi hijo o hija”

Busca una posición cómoda en tu asiento, percibe tu respiración y cierra los ojos.

A continuación te pido que te traslades con tu imaginación a un cine que conozcas y recuerdes. Entra a la sala iluminada y busca un lugar donde sentarte. De pronto se apagan las luces, se abre la cortina del escenario y aparece en la pantalla iluminada escrito tu NOMBRE.

Observa el tipo y tamaño de la letra, tal vez está en blanco y negro o en colores. Mira bien qué tamaño y ubicación ocupa en la pantalla. Es posible que haya otros detalles en los cuales puedes fijar tu atención.

Ahora te pido que registres las sensaciones y recuerdos asociados a tu nombre. ¿Tu gusta? ¿Te produce rechazo? ¿Sabes cómo decidieron tus padres qué nombre ponerte? ¿Recuerdas alguna voz que haya pronunciado tu nombre con enojo?, ¿con dulzura?, ¿con firmeza o alegría?

Vuelve a mirar por última vez tu nombre escrito en la pantalla. La cortina se va cerrando, la pantalla se oscurece. Te quedas un rato pensando ahora en el nombre de tu hija o hijo; recordando quién lo eligió, cómo se llegó a esa decisión, qué significado tiene ese nombre para tí y la familia. Las luces se prenden, percibes tu alrededor y decides salir del cine.

Luego vuelves a conectarte con tu respiración, abres lentamente los ojos.

En silencio toman un papel en blanco y lápices de colores para dibujar su NOMBRE tal como lo vieron en la pantalla del cine.

A continuación cada persona muestra su dibujo y comparte con los demás los aspectos más significativos que les surgieron de la imaginería respecto a su propio nombre y el nombre de su hija/o.

Juego de Preguntas • Sesión 1



“Experiencias con el Padre que soy y he tenido”

- ▶ ¿Qué imagen se te viene a la mente cuando escuchas la palabra papá? ¿por qué?
- ▶ ¿Ha sido fácil o difícil aceptar el padre que te tocó? ¿por qué?
- ▶ ¿Qué características tuvo o tiene la figura masculina más importante de tu vida? Nómbralas por favor.
- ▶ ¿Puedes poner en palabras lo que sentiste cuando nació tu primer hijo/a?
- ▶ ¿Qué es para tí un padre suficientemente bueno (no perfecto)?
- ▶ ¿Cuál es la forma en que tú te haces querer por tu hijo o hija?
- ▶ ¿Si tuvieras ahora mismo a tu padre frente a tí, qué desearías decirle?
- ▶ ¿Cuál consideras que es la mejor herencia que un padre puede dejarle a su hijo/a?

Evaluando



1. En cuanto a la forma de la sesión, ¿cumplimos con lo planificado? ¿cómo?

2. ¿Qué partes de la sesión nos gustó más como salieron y por qué?

3. ¿Qué parte nos dejó descontentos/as y qué cambios tenemos que considerar para el próximo encuentro con los padres?

4. Qué aprendí con esta sesión:

a) ¿de mí como monitor/a? b) ¿de los padres?

Sesión Nº 2



Fotografía: Francisco Aguayo Fuentaldá



Fotografía: Sabine Romero

Una brújula para orientarnos en el camino

1. Objetivos

A través de esta sesión se espera que los participantes:

- a** Conozcan las principales características de las etapas del ciclo vital.
- b** Descubran el beneficio de comprender las etapas del ciclo vital.
- c** Reflexionen en grupo a cerca de los posibles problemas y desafíos de cada etapa, en especial de la que cada uno está viviendo.

2. Apuntes para el Monitor y Monitora

Etapas de la Vida Familiar

A lo largo de la historia de cada familia se van sucediendo momentos distintos, marcados usualmente por eventos que modifican de alguna manera la forma de ser y funcionar de ese grupo de personas. En este intento por explicar los sucesos de la vida de una familia, o de darle un orden a su historia, ha habido diversas posturas y propuestas. En una de ellas, se van describiendo las etapas del ciclo vital, principalmente en función del desarrollo y crecimiento de los hijos, y bajo el supuesto de que la familia se compone y desarrolla a partir de la unión de dos adultos heterosexuales.

Este modelo no ha dejado de tener controversias, ya que muchas veces se le contrasta con la realidad donde muchas familias no se conforman de esa manera, o ven interrumpido este desarrollo producto de rupturas de pareja. Estas etapas ocurren de modo diferente según el tipo de familia.

Este esquema de análisis de las etapas de la familia entrega los elementos necesarios para la comprensión de algunos fenómenos propios de la vida familiar y la relación con los hijos y la pareja.

Primera Etapa

Emparejamiento

La formación de la pareja es un momento decisivo en la vida del hombre y la mujer. Implica elegir a una mujer u hombre respectivamente, encontrar un estilo de vida común, para luego ir construyendo los cimientos sobre los cuales crecerá la familia.

Al inicio se encuentran dos personas que traen cada una su historia personal y familiar, características de personalidad, necesidades y expectativas particulares.

En el hombre pueden aparecer dudas y temores: miedo a separarse de la familia de origen, a entregarse y comprometerse con la mujer, tener que amoldarse a ella y fallar en la tarea común, o el típico “miedo a perder la libertad” que puede manifestarse al iniciar un compromiso formal de pareja.

El principal desafío es conocerse y aceptarse mutuamente la forma de ser, los intereses y deseos, las debilidades y fortalezas; encontrar juntos un propio estilo de vida; convenir normas y valores; repartir tareas y responsabilidades en la vida cotidiana: definir cómo se emplea el dinero, el tipo de relaciones que se establecen fuera de la pareja (amistades, parientes, etc.), cómo se emplea el tiempo libre y de trabajo, etc.

Hay otros motivos diferentes para emparejarse: una atracción irresistible, arrancar de la familia, encontrar en la mujer lo que a uno mismo le falta, aliviar la sensación de soledad, cumplir con un deber. También puede surgir desde el deseo de unión con alguien que nutre y me nutre afectivamente, siendo seres únicos y semejantes, en contacto directo, profundo e íntimo.

Segunda Etapa

La Llegada del Primer Hijo

A veces la vida en pareja se inicia con una guagua en camino. Un niño o niña esperado o inesperado; el hecho es que con el primer hijo o hija, el hombre se ve enfrentado a ir asumiendo que va a ser padre por el resto de su vida. El hombre puede ver el embarazo de su compañera como confirmación de amor y fertilidad o virilidad, también puede aparecer ansiedad o angustia por condiciones económicas, socio afectivas y sexuales desfavorables.

A la mujer le suceden fuertes cambios corporales y emocionales; puede sentirse indefensa, invadida por otro ser, limitada, contenta, hipersensible, tranquila, confusa, realizada. El desafío es compartir en pareja esas diferentes o a veces similares sensaciones.

La madre, amigas, o vecinas, pueden acompañar y apoyar a la mujer en este período, pero el padre del niño o niña que va a nacer es irremplazable. Es en este período de embarazo y nacimiento del primer hijo o hija cuando el hombre empieza a incluirse o excluirse, lo que influye directamente en la vida de pareja y familia, presente y futura.

La participación del padre durante el parto, como en los controles prenatales, son formas de producir un vínculo estrecho entre padre e hijo/a desde el inicio de la vida de éste.

El nacimiento del primer hijo o hija en cierto modo da origen a una crisis, ya que el bebé exige atención, cambian los hábitos de la vida cotidiana y tanto el hombre como la mujer experimentan emociones que hace bien a ambos compartir. El hombre puede sentirse desplazado por la guagua, molesto con las visitas, torpe en los cuidados del niño/a etc. La mujer puede sentirse agotada, aburrida y poco apoyada. Es necesario ir conversando y haciendo ciertos ajustes que alivian la convivencia de a tres o en caso de allegamiento u otra situación similar, de a tres en un grupo familiar más grande.

La dependencia que el hijo/a tiene de la madre y el padre, requiere que hagan “equipo” y compartan esta tarea difícil y enriquecedora.



Recordemos que a lo largo de la vida de una familia pueden suceder crisis de dos tipos.

Crisis Normativa, se llama a aquellas propias de la etapa por la cual la familia está pasando, las que se producen especialmente en el tiempo de transición de una etapa a la otra. Un ejemplo es la llegada del primer hijo(a) a la familia, o luego la partida de los hijos de la casa paterna/materna.

Crisis Inesperadas son aquellas que ocurren de improviso, y en este sentido su inicio es brusco. Algunos ejemplos son la muerte de un ser querido, la cesantía, la enfermedad de algún miembro de la familia, separación, catástrofe natural, etc.

Tercera Etapa

La Familia con hijos/as pequeños

El padre y la madre, cada cual a su manera, van identificándose con el niño/niña, lo sobreprotegen o empujan a la independencia, van sintiéndose capaces o inseguros en su tarea de criar. Las experiencias de la propia infancia y los modelos de padre influyen notoriamente. Por otra parte el niño o niña va mostrando su temperamento, sus necesidades afectivas y de aprendizaje; los padres van captándolas a través de diferentes señales que da su hijo/a.

El/la niño/a se pone de pie, y con el tiempo es necesario ir enseñándole los primeros hábitos de higiene y algunas habilidades básicas. El niño/a requiere que su padre le estimule a hablar y jugar, que lo proteja poniendo ciertos límites, le celebre sus progresos. El niño/a puede ser alimentado, bañado, vestido por su padre; es tan capaz como la madre de asumir éstas y otras funciones.

En esta etapa, las dificultades pueden surgir especialmente por la sobrecarga de trabajo que significa la crianza y las tareas de la casa. Cuando el padre comparte con la mujer estas responsabilidades, hace posible que ella tenga más tiempo disponible con el hijo/a. Además, el apoyo afectivo y práctico que el hombre y la mujer se dan mutuamente favorece la calidad de la relación como pareja y con el niño o niña. Los sentimientos positivos de la madre hacia su pareja, y del padre hacia ella, hacen crecer el amor del niño/a hacia cada uno de sus padres, y hacia ambos como pareja.

Cuarta Etapa

La Familia con hijos/as escolares

Para el niño/a y sus padres la entrada al mundo escolar es un acontecimiento que marca. El niño sale al mundo y desarrolla nuevos intereses; para ello necesita que los padres “lo vayan soltando”, asegurándole al mismo tiempo su apoyo y cariño sólido. Cuando la madre ha estado exclusivamente dedicada a la crianza, el padre puede ayudarle a su compañera a reorientar su atención hacia la pareja y a otras actividades.

En este período el niño se abre a otras influencias fuera del hogar y trae comparaciones y nuevas exigencias. El padre y la madre deben incentivar esa apertura e independencia, y al mismo tiempo establecer normas y valores que guíen el desarrollo del niño/a. Para ello es necesario que la pareja converse y llegue a acuerdos, evitando así ciertas actitudes contradictorias que confunden al niño/a.

En esta etapa el hijo/a necesita contar con el interés de su papá y mamá por sus logros de aprendizaje, además del apoyo escolar cuando tiene dificultades. El hogar es el lugar donde el niño/a puede compartir lo que vive afuera. Por otra parte, el hombre y la mujer recuperan tiempo para compartir de a dos y abrirse a otras actividades.

Podemos decir que en esta etapa surge el desafío de reorganizar el tiempo familiar, cuidando que no se instalen formas de relación “desapegadas” o demasiado “achoclonadas”. Para ello es clave que el hombre comunique en forma abierta sus necesidades y escuche las de la mujer, buscando juntos formas de convivencia satisfactoria para ambos y que beneficien también a su hijo/a.

Quinta Etapa

La Familia con hijos/as Adolescentes

En esta etapa se prueba la capacidad de la familia para resistir conflictos, ya que requiere un cambio de reglas, límites y costumbres de convivencia. Para lograr una mayor independencia, el o la adolescente a menudo se opone a sus padres, los critica y busca ser diferente a ellos. Quiere y no quiere asumir más responsabilidad, ama y odia, se muestra inseguro y por otra parte potente.

Para los padres la rebeldía puede resultar dolorosa; si tienen un lazo firme y han aprendido a compartir lo que les pasa, los adolescentes agradecen consciente o inconscientemente que sus padres resistan la fuerza de sus emociones. Los padres necesitan ir resolviendo el conflicto entre ser demasiado blandos o duros con sus hijos adolescentes.

Cuando se vive con un/a adolescente, es muy fácil para los padres empezar a recordar las gracias y desgracias de la propia adolescencia, lo que les ayuda a ponerse en el lugar de los/as hijos/as.

A muchos padres este período del hijo/a los puede sorprender en la mitad de la vida, viviendo cambios físicos, laborales y psicológicos, a la vez que sus propios padres, adultos mayores, empiezan a ser más dependientes y necesitan también de ellos. Todo esto significa asumir una carga emocional muy fuerte que puede producir un desajuste importante en las relaciones familiares.

Tanto el hombre como la mujer necesitan encontrar otros sentidos a sus vidas, revisar su pasado y proyectarse al futuro con los aprendizajes adquiridos. Toda esta revisión de la propia vida sumada a las vivencias de un hijo/a adolescente hacen de esta etapa una de las potencialmente más críticas y desafiantes para el desarrollo de una familia.

Sexta Etapa

La Familia con hijos/as adultos

Cuando los hijos/as dejan la casa materna/paterna, a esta etapa se le llama “nido vacío”. Esta situación puede generar en los padres sensaciones de pérdida, alivio, satisfacción con la tarea cumplida, ánimos depresivos, la posibilidad de más tiempo propio y/o de pareja.

Cuando los hijos/as permanecen allegados o se llevan a sus padres a vivir con ellos, este período se vive más suave. En esas circunstancias también es necesario que el o los hijos/as adultos no posterguen completamente su proceso de desarrollo hacia una mayor madurez y no se mantengan “apollerrados” o “apantalonados”.

En este período los padres pueden ir cosechando lo que sembraron, confiar en que los hijos/as son capaces de construir sus propios proyectos vitales y darle continuidad a la historia de la familia. Además está la posibilidad de ser abuelo y abuela, disfrutando el hecho de que la familia se agranda y permanece en el tiempo.

A continuación encontrará un poema de Cesar Vallejo. Léalo con atención y busque la relación que tiene con la etapa del ciclo vital antes descrita.

Los pasos Lejanos

César Vallejo

Mi padre duerme. Su semblante augusto
figura un apacible corazón;
está ahora tan dulce...
si hay algo en él de amargo, seré yo.

Hay soledad en el hogar, se reza;
y no hay noticias de los hijos hoy.
Mi padre se despierta, ausculta
la huida a Egipto, el restañante adiós.
Está ahora tan cerca;
si hay algo en él de lejos, seré yo.

Y mi madre pasea allá en los huertos,
saboreando un sabor ya sin sabor.
Está ahora tan suave,
tan ala, tan salida, tan aror.

Hay soledad en el hogar sin bulla,
sin noticias, sin verde, sin niñez.
Y si hay algo quebrado en esta tarde,
y que baja y que cruje
son dos viejos caminos blancos, curvos.
Por ello va mi corazón a pie.

Carlos Villanes Cairo:
"César Vallejo para niños"
Ediciones de la Torre. Madrid 1988.

3. Actividades y Desarrollo de la Sesión

1. Inicie la sesión dando a conocer los objetivos y la modalidad de trabajo.
2. Entregue la hoja de texto para los padres a fin de realizar la motivación inicial en base a ella, y presente los contenidos más importantes de El Ciclo Vital de la Familia, especialmente el que calce con la etapa que atraviesan los miembros del grupo. Es importante que pida ejemplos de cada etapa a los mismos participantes de familias que ellos conozcan.
3. Luego explique el Ejercicio Principal; “Radiografía del ciclo vital en mi familia” el que se inicia con un trabajo individual de dibujo, en el cual aparecen los miembros de la familia y se escriben las principales características de la etapa del ciclo vital por la cual están atravesando (reglas de la vida cotidiana, repartición de roles, emociones, relación con la familia de origen, etc.).
4. Después del ejercicio principal, forme nuevamente el grupo e invítelo a presentar su familia, comunicando aspectos que dan cuenta de cómo están viviendo en el presente el proceso del ciclo vital.
5. Para finalizar plantee las Ideas Fuerza y recoja aportes que los participantes hicieron durante la sesión.
6. Puede hacer la técnica “La Luz Relámpago” (ver anexo de todas las sesiones, al final del manual)

4. Sugerencias para el/la Monitor/a

- a) Es posible que en la primera sesión la interacción haya girado alrededor suyo (se dirigió la palabra hacia usted). Hoy usted debe preocuparse de que poco a poco se produzcan intercambios entre los padres.
- b) Es importante que adapte los contenidos de esta sesión a diferentes tipos de familias, de manera que ningún miembro del grupo se sienta incómodo/a.

5. Ideas Fuerza

- ▶ Todas las familias recorren un camino en que atraviesan por diferentes etapas, pero cada familia lo hace de un modo distinto, único y particular.
- ▶ Cada etapa del ciclo vital presenta desafíos esperados y a veces inesperados, nacen responsabilidades, surgen alegrías y gratificaciones, como también eventos estresantes y de crisis.
- ▶ La conformación de pareja y la llegada del primer hijo o hija representa o da un curso trascendente a nuestra existencia.

6. Texto para padres



“Una brújula para orientarnos en el camino”

Todas las familias recorren un camino en que atraviesan por diferentes etapas. Los seres humanos compartimos con otras criaturas períodos de cortejo, apareamiento, la construcción del nido, la crianza de los hijos e hijas y el alejamiento de éstos para iniciar una vida propia. Si bien las familias tienen características comunes, no podemos desconocer que cada una va construyendo su propia historia.

Conocer las gracias y los desafíos que presenta cada etapa del ciclo vital, permite enfrentar mejor preparados la aventura de ir consruyendo familia. Nos permite también anticipar dificultades y dolores naturales, valorar y disfrutar cada estación de este camino.

Esta sesión nos puede servir como brújula para aprender a orientarnos en lo que vamos viviendo como integrantes claves de nuestras familias.

7. Materiales

- Una hoja de block mediano por persona
- Lápices de colores
- Objeto para sondeo (cualquier objeto que pase de mano en mano para dar la palabra)
- Texto para Padres

Evaluando



5. En cuanto a la forma de la sesión, ¿cumplimos con lo planificado? ¿cómo?

6. ¿Qué partes de la sesión nos gustó más como salieron y por qué?

7. ¿Qué parte nos dejó descontentos/as y qué cambios tenemos que considerar para el próximo encuentro con los padres?

8. Qué aprendí con esta sesión:

a) ¿de mí como monitor/a?

b) ¿de los padres?

<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>

Sesión Nº 3

Fotografía: gentileza Archivo Aguayo www.aguayo.cl



Fotografía: gentileza Archivo Aguayo www.aguayo.cl

Comunicándonos entre hombres y mujeres

1. Objetivos

En esta sesión se espera que los/as participantes:

- a** Puedan mejorar la calidad de la comunicación familiar.
- b** Logren practicar en la interacción una igualdad de valor entre hombre y mujeres.
- c** Tomen conciencia de que todo mensaje comunica descalificación o valoración del otro.

2. Apuntes para el/la Monitor/a

Entre hombres y mujeres se producen circuitos de interacción que empobrecen o deterioran la relación o la enriquecen y nutren. La calidad de la comunicación entre adultos va generando un clima que afecta directamente al niño o niña. El niño/a aprende conductas a través del ejemplo de sus mayores cercanos, mas que a través de los discursos, retos o elogios.

Observando, conciente o inconcientemente a los “grandes” el niño/a asimila un estilo de comunicación agresivo o conciliador, directo o manipulador, respetuoso o atropellador.

En la actualidad hombres y mujeres buscan reconocer sus diferencias con igualdad de valor. Las diferencias no le dan más valor a uno sobre el otro.

Las atribuciones que tiene el hombre como padre y la mujer como madre se están flexibilizando. Los derechos y responsabilidades en relación con los hijos e hijas comprometen a ambos.

Los cambios en la relación entre hombres y mujeres se valoran a veces de forma ambivalente, asociándolos a avances, por un lado y por otro, a temores y riesgo de pérdida.

En la comunicación cotidiana hombres y mujeres estamos aprendiendo lentamente a modificar estereotipos de relación que hoy día han dejado de ser funcionales y satisfactorios.

3. Actividades y Desarrollo de la Sesión

1. Inicie la sesión explicitando el objetivo y la modalidad de trabajo.
2. Con ayuda de papelógrafo o transparencia describa cada “modo de descalificación entre mujeres y hombres”. Luego invite a los participantes a realizar el ejercicio (de a dos, tres o cuatro personas). A continuación usted va diciendo en plenario cuál modo de comunicación corresponde a cada diálogo y compara con las respuestas de los participantes.
3. Ahora describa en plenario cada “modo de comunicación que favorece valoración mutua entre hombres y mujeres”. Luego invite a los participantes a realizar el ejercicio en los mismos subgrupos de antes. A continuación usted va diciendo en plenario cuál modo de comunicación corresponde con las respuestas de los participantes.
4. El final de la sesión es importante que se constituya en un momento especial, en un rito. Se recomienda elegir un “objeto de sondeo”, que al momento de responder va pasando de mano en mano.
5. Algunas o todas las personas responden a la pregunta: ¿qué aprendí en esta sesión? Se pide al grupo que sintetice su aporte en una palabra o frase.
6. Puede usar la técnica “La Luz Relámpago” (ver anexo para todas las sesiones al final del manual)

4. Sugerencias para el/la Monitor/a

- a) Es importante que usted comprenda los contenidos y sepa abordar el ejercicio de esta sesión.
- b) Durante la/s sesión/es usted tiene la función de parar con firmeza y amabilidad mensajes de los participantes que contengan descalificación.
- c) Usted puede ser ejemplo (modela) de cómo se practican los modos de comunicación que favorecen la valoración mutua entre personas del mismo o distinto género.
- d) Preocúpese que los diferentes pasos de la sesión transcurran ágilmente.

5. Ideas Fuerza

- ▶ En la vida cotidiana se juega calidad de la comunicación entre los adultos de la familia.
- ▶ Existe el derecho de hombres y mujeres de tratarse mutuamente con respeto, cuidado y con igualdad de valor.
- ▶ El niño y la niña aprenden a ser hombre y ser mujer en familia. Ahí hacen la experiencia de que ninguno puede ser más o menos que el otro.

6. Texto para Padres

Usar los “Modos de Descalificación en la comunicación entre hombres y mujeres” y los “Modos de Comunicación que favorece la valoración mutua entre hombres y mujeres” como el texto para padres (en anexos de esta sesión).

7. Materiales

- Apuntes de modos de descalificación en la comunicación entre hombres y mujeres.
- Hoja de Ejercicio 1 (1 por persona).
- Apuntes de modos de comunicación que favorecen valoración mutua entre hombres y mujeres.
- Hoja de Ejercicio 2 (1 por persona).
- 1 lápiz por persona.
- Papelógrafo: Transparencia de los modos de comunicación.
- Objeto de Sondeo

Anexo de Actividades



Modos de Descalificación en la Comunicación entre Hombres y Mujeres

1. Fuga o cambio de Tema

Este tipo de descalificación ocurre frecuentemente cuando queremos evadir alguna situación que produce tensión y conflicto. Cada vez que contestamos con algo distinto de lo que nos preguntan, abandonamos el lugar para no “meternos en líos”, inventamos que tenemos otras cosas que hacer cuando nos ponen un determinado tema, etc., estamos impidiendo una comunicación directa.

2. Mal interpretar o escuchar parcialmente

Oímos lo que queremos oír y vemos lo que queremos ver (percepción selectiva). Ello tiene como efecto que a veces sólo nos quedamos con una parte de lo que nos expresan y distorsionamos el mensaje poniéndoles ingredientes de “nuestra propia cosecha”. La comunicación se transforma en “diálogo de sordos” que lleva a la incompreensión mutua.

3. Descalificación de Estatus

Este tipo de descalificación se manifiesta cuando disminuimos o rebajamos a otro, resaltando las diferencias de edad, posición social, poder, capacidad, etc. Para ello usamos burlas, ironías y un lenguaje “que deja mal parado al otro”.

4. El Silencio

Entre mujeres y hombres pueden producirse silencios de encuentro y cercanía mutua que son fuente de agrado y felicidad. Sin embargo, cuando alguien nos expresa algo que merece una reacción o respuesta y

nos quedamos callados, ello genera la sensación de que no tomamos en serio al otro.

5. La Generalización o Etiquetas

Se da cuando a partir de una situación concreta se saca la conclusión de que ello ocurrirá “siempre”, “generalmente” o “nunca”. Esta forma de descalificación cierra las puertas para que el otro se motive para cambiar o modificar su conducta, ya que de antemano lo/la van a encasillar o etiquetar.

6. La Sobreprotección

Es una actitud positiva cuando queremos ayudar y proteger a otra persona, cuando requiere y nos pide apoyo y cuidado. Sin embargo, cuando ese apoyo parte de la base de que el otro es incapaz y que solamente “nosotros” sabemos cómo hacer las cosas bien, estamos dificultando el desarrollo de mayor autonomía.

7. Acusaciones, quejas y críticas destructivas

Entre hombres y mujeres es inevitable que exista a veces desacuerdo, frustración e insatisfacción. Ello puede conducir a que nos pongamos en situación de víctima, culpabilizando a otros de lo que nos pasa o buscando formas indirectas y poco honestas para mostrar sentimientos y enojos.

8. Sobrevaloración del propio criterio

Consiste en partir del supuesto de que los demás debieran pensar, sentir y actuar como uno. En la comunicación se expresa mediante consejos (“recetas”), sermones, advertencias y juicios absolutos.

9. La Comparación

En la comparación uno sale ganando y otro sale perdiendo. Cuando la comparación viene como juicio externo, impide que la persona pueda evaluarse a sí misma con sus propios criterios. La comparación produce rivalidad y hostilidad entre las personas.

Hoja de Ejercicio 1

Modos de Descalificación en la Comunicación entre la Mujer y el Hombre.

Modos de Descalificación

1. Fuga o Cambio de Tema.
2. Mal Interpretar o escuchar parcialmente.
3. Descalificación de estatus (rebajar).
4. El silencio.
5. La Generalización o etiqueta.
6. La sobreprotección.
7. Acusaciones, quejas y críticas destructivas.
8. La sobrevaloración del propio criterio.
9. La comparación.

➔ Ejercicio:

A continuación encontrará dos frases en forma de diálogo breve. Identifique en la segunda frase de respuesta cuál modo de comunicación descalificadora aparece en el mensaje (puede ser más de uno).

- A. Hombre: “Me achaca la responsabilidad de tener un hijo ahora”
Mujer: “Típico que ustedes los hombres no aperran con nada”
- B. Mujer: “Estoy enferma de los nervios con el crío”
Hombre: “Las mujeres siempre se están quejando de algo”

- C. Hombre: “Yo le ayudo a darle la comida a la niña”
Mujer: “Pon atención que no se caiga de la silla (la mujer sigue dándole de comer a la niña)”
- D. Mujer: “Necesito salir aunque sea a mandar a arreglar unos zapatos. Me siento encerrada”
Hombre: “Mejor yo le hago esa diligencia, no se preocupe”
- E. Hombre: “Siento miedo que al niño le pase algo grave con esta enfermedad” (le corren lágrimas).
Mujer: “Los hombres no lloran”

Modos de comunicación que favorecen la valoración mutua entre hombres y mujeres

1. Escuchar Activamente

Escuchar activamente es estar física y psicológicamente presente cuando alguien se dirige a nosotros. Para ello es necesario centrar la atención en lo que se dice (contenido, tema, información) y en cómo se dice (tono de voz, gestos, expresión facial, etc.). Saber escuchar es validar al otro y concederle un espacio de tiempo y atención para que se exprese libremente.

2. Ponerse en el lugar del otro (empatía)

La empatía requiere hacer una “pausa interna” antes de reaccionar frente a la otra persona, dándose tiempo para captar sus sentimientos, opiniones, valores y necesidades.

Al tener la misma naturaleza humana, podemos sintonizarnos con los miedos, tristezas, alegrías, rabias y afectos del otro. Al empatizar estamos transmitiendo el mensaje que el otro es una persona valiosa, aunque sienta y piense diferente a nosotros.

3. Contener al otro dándole seguridad

Contener, es transmitirle a otra persona que “estamos aquí y ahora con ella”, que acogemos lo que le pasa, que resistimos la fuerza de sus emociones y que cuenta con nosotros.

La capacidad de contención supone que confiamos y sabemos que dejar que los pensamientos y sentimientos fluyan y se expresen puede ser liberador y nos hace más íntegros.

Aprender a expresarnos supone que tenemos a alguien al frente, que no moraliza ni trata de modificar lo que nos pasa.

4. Actuar con cariño y firmeza

Así como es importante abrirse, establecer contacto y cercanía con otros, también es importante poner límites que protegen los espacios de cada persona y resguardan derechos y responsabilidades.

Los límites pueden ser rígidos, claros o difusos. Los límites claros permiten regular el recogimiento con el contacto, la individualidad con la solidaridad, la autonomía con la interdependencia.

5. Dar la posibilidad de cambio. Dar la posibilidad de equivocarse

Como seres humanos estamos en crecimiento personal constante. Para desarrollarse es necesario sentir la confianza de que podemos explorar nuevas conductas, abrirnos a experiencias desconocidas y aprender teniendo logros y equivocaciones. Ello posibilita la superación de obstáculos y el valor para tener nuevamente iniciativas después de un fracaso.

6. Autoconocimiento y aceptación

Reconocer las propias fortalezas, flaquezas, contradicciones, sentimientos, anhelos, necesidades y creencias permite también aceptar las del otro; hace posible diferenciarse o identificarse con las experiencias del otro demás. Si nos conocemos, es más fácil aceptar y negar peticiones, plantear expectativas, expresar opiniones y sentimientos.

7. Expresar Expectativas Mutuas

La comunicación se dificulta cuando creemos que podemos adivinar lo que siente, piensa y desea otra persona. Muchos malos entendidos ocurren porque no aclaramos lo que esperamos de una situación. Expresar las expectativas mutuas permite que el otro sepa a qué atenerse y se sienta seguro en la relación con otros.

8. El Humor

El humor suaviza asperezas, nos muestra un lado diferente de una situación, baja la tensión y facilita la aceptación de los lados flacos y oscuros de nosotros mismos.

Hoja de Ejercicio 2

Modos de Comunicación que favorecen la valoración mutua entre hombres y mujeres.

Modos de comunicación positivos

1. Escuchar activamente
2. Ponerse en el lugar del otro (empatía)
3. Contener al otro dándole seguridad
4. Actuar con cariño y firmeza
5. Dar la posibilidad de cambio. Dar la posibilidad de equivocarse.
6. Autoconocimiento y aceptación
7. Expresar expectativas mutuas
8. El Humor

↪ Ejercicio:

A continuación encontrará dos frases en forma de diálogo breve. Identifique en la segunda frase de respuesta, cuál modo de comunicación favorece la valoración mutua entre hombres y mujeres (puede ser más de uno).

- A. Mujer: “Ahora que el niño va al jardín infantil me siento sola”
Hombre: “¿No has pensado que lo extrañarías menos trabajando en las mañanas en el negocio de la comadre?”
- B. Hombre: “Espero que la próxima vez no me contradigas cuando le paro el carro a los niños”
Mujer: Sé que de repente me pongo mandona y te paso a llevar”

- C. Mujer: “Este cabro tiene malas pulgas igual que tú”
Hombre: “Necesita tener carácter como yo m’hijita”
- D. Hombre: “Tengo miedo de quedar cesante”
Mujer: “Me imagino como te sientes, pero ambos sabemos que juntos saldremos adelante”
- E. Mujer: “Ahora que trabajo, necesito que me cooperes más en la casa”
Hombre: “Sentémonos a conversar cómo distribuir mejor la pega.”

Evaluando



1. En cuanto a la forma de la sesión, ¿cumplimos con lo planificado? ¿cómo?

2. ¿Qué partes de la sesión nos gustó más como salieron y por qué?

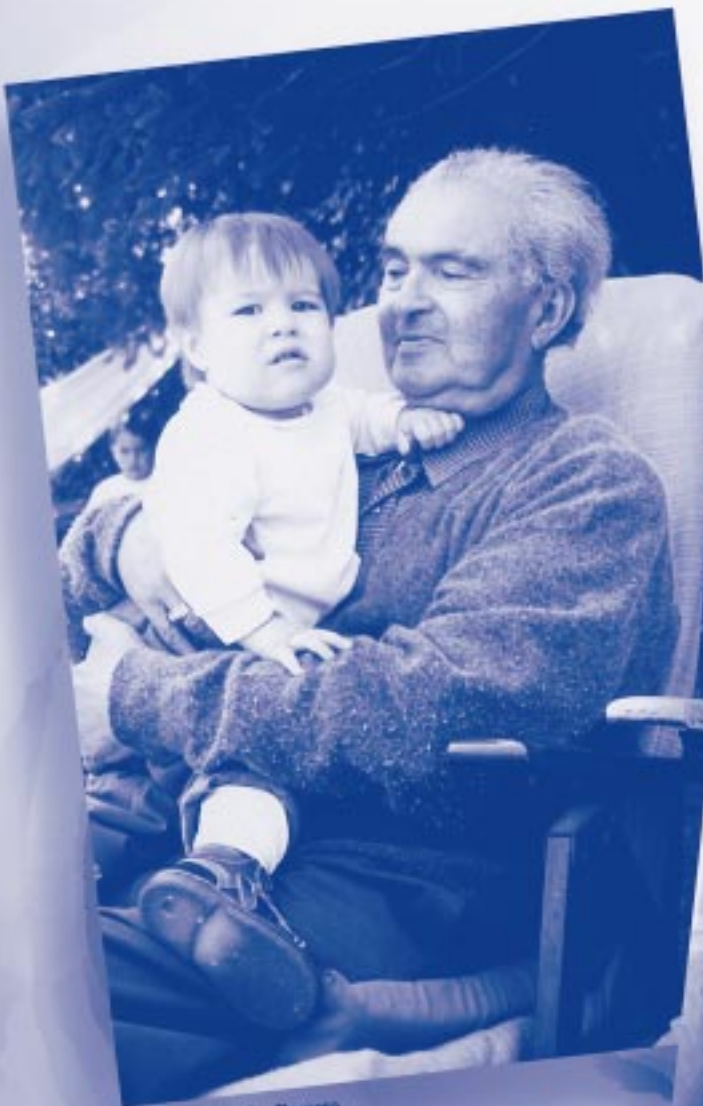
3. ¿Qué parte nos dejó descontentos/as y qué cambios tenemos que considerar para el próximo encuentro con los padres?

4. Qué aprendí con esta sesión:

a) ¿de mí como monitor/a?

b) ¿de los padres?

<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>



Fotografía: Sabine Romero



Fotografía: gentileza Archivo Aguayo www.aguayo.cl

Las huellas del propio padre

1. Objetivos

Se espera que a través de esta sesión los participantes logren:

- a** Tomar contacto con la historia vivida con su propio padre
- b** Identificar y aceptar los diferentes y a veces contradictorios sentimientos que aparecen hacia la figura paterna.
- c** Reconocer en su propia historia elementos para saber acoger y criar al propio hijo/a.

2. Apuntes para el/la Monitor/a

La manera en que como padres iremos construyendo la relación con nuestro hijo o hija, dependerá en alguna medida, de la historia con nuestro propio padre y el ambiente familiar en que se dio esa relación. Si la figura masculina fue segura y confiable, afectuosa y protectora tal vez este hombre le resulte más fácil ser un padre competente. Si, en cambio, el propio padre estuvo ausente, fue descariñado o se sufrieron malos tratos por parte de él, a este hombre tal vez le cueste más atender a las necesidades de su hijo o hija, y establecer un lazo de permanencia y continuidad con ese ser al que de alguna manera estará ligado por un hilo invisible para siempre. Por otra parte, esa experiencia puede alentarle para no repetir su historia.

Para todo hombre, la relación con su padre entraña un significado reconocido. El significado que le da depende de cómo se va haciendo esta relación, consiguiendo una mayor o menor identificación. En algunos momentos o períodos puede ser una identificación cariñosa, en que como niño siente especial interés por ser como su padre, y hasta deseos de reemplazarlo en todo. En otros momentos, la relación puede haber adquirido un tono hostil, marcándose más la necesidad de ser diferente al padre.

En este sentido es natural que el hombre experimente ciertos sentimientos encontrados frente a su propio padre (ambivalencia): quiere ser parecido a él, pero también necesita ser diferente para crecer. Esta ambivalencia en el sentir se hace muchas veces incomprensible, y hasta inaceptable para quien la vive. A veces para quien es padre no es fácil aceptar que también el propio hijo pasará a lo largo de su historia, por esa necesidad de imitarlo como modelo para luego rechazarlo.

Lo importante es la experiencia de llegar con el tiempo a reconciliarse con esta doble vivencia afectiva, lo cual está marcado por el reconocimiento y aceptación de las debilidades y fortalezas del propio padre. Cuando un hombre se convierte en padre por primera vez se encuentra en un momento más propicio para hacer esta síntesis, pues experimenta la vivencia de querer hacerlo bien, y la dificultad a veces de lograrlo. Esta experiencia personal, junto con la construcción de un lazo confiable y cariñoso en los primeros años de vida entre padre e hijo, serán la base para resistir los cambios que encierra esta relación a lo largo de la vida.

3. Actividades y Desarrollo de la Sesión

1. Inicie la sesión recogiendo comentarios de los participantes sobre la sesión anterior a modo de evaluación y para retomar el tema.
2. Entregue la hoja de texto para los padres a fin de realizar la motivación inicial en base a ella, y presente los contenidos más importantes de esta sesión.
3. Luego explique el Ejercicio Principal, que se inicia con un trabajo individual de imaginación, y luego agrupe a los participantes en parejas.
4. El trabajo en parejas consiste en comentar aquellos aspectos del propio padre que aparecieron con mayor nitidez en la imaginación. Las preguntas que pueden guiar este trabajo de parejas son: ¿Qué buenos recuerdos tengo de mi padre? ¿Cuáles son las cosas de mi padre que no me gustan o me complicaban?
5. Después del ejercicio principal, reúna al grupo e invítelo a compartir los aspectos más significativos que aparecieron en la conversación.
6. El final de la sesión es importante que se constituya en un momento especial, en un rito. Se recomienda elegir un “objeto de sondeo”, que al momento de responder va pasando de mano en mano. Algunas o todas las personas responden a la pregunta: ¿de qué me pude dar cuenta en esta sesión? Se pide al grupo que sintetice su aporte en una palabra o frase.
7. Se sugiere que deje como tarea la actividad número 2. También está la posibilidad de realizarla durante esta sesión.
8. Puede usar la técnica “La Luz Relámpago” (ver anexo para todas las sesiones, al final del manual).

4. Sugerencias para el/la Monitor/a

- a) Esta sesión remonta a los participantes a su propia historia personal, lo que puede generar emociones de pena, ternura, rabia, temor o alegría. Acoja esas emociones y no trate de evadirlas, ya que constituyen una fuerza para que los hombres se conecten más vivamente con su propia paternidad y las mujeres se sensibilicen con el tema y que se pongan en el lugar de los hombres (empatía).
- b) Si lo percibe útil, hable en algún momento de las huellas que dejó en usted su propio padre (con autenticidad selectiva).

5. Ideas Fuerza

- ▶ La historia con el propio padre es el punto de referencia respecto del cual cada uno busca identificarse o distanciarse, intentando cumplir mejor esa tarea para bien del niño/a.
- ▶ Entrar en un diálogo interno con nuestro padre vivo, muerto o ausente es reparador y sanador.
- ▶ La construcción de un lazo confiable sostenido y cariñoso con el propio hijo/a permite a padre e hijo/a resistir los vaivenes de la relación a través del tiempo.

6. Texto para Padres

A continuación lea esta historia e intente ponerse en el lugar del Hijo Menor, del Hijo Mayor y en el lugar del Padre. Luego comente con otros las sensaciones y pensamientos que le aparecen a usted con este relato.



Historia de dos hijos y su padre

HENRI J. M. NOUWEN: “El regreso del Hijo pródigo”
PPC Editorial, Madrid 1998

Un hombre tenía dos hijos. El menor dijo a su padre: “Padre, dame la parte de la herencia que me corresponde” (Lc 15, 11-32). Y el padre les repartió la herencia. A los pocos días el hijo menor reunió todo lo suyo, se fue a un país lejano y allí gastó toda su fortuna llevando una mala vida.

Cuando se lo había gastado todo, sobrevino una gran hambruna en aquella comarca y comenzó a padecer necesidad. Se fue a servir a casa de un hombre del país, que le mandó a sus tierras a cuidar cerdos. Gustosamente hubiera llenado su estómago con las algarrobas¹ que comían los cerdos pero nadie se las daba. Entonces, reflexionando, dijo: “Cuántos jornaleros de mi padre tienen pan de sobra mientras que yo aquí me muero de hambre. Me pondré en camino, volveré a casa de mi padre y le diré: Padre, he pecado contra el cielo y contra ti. Ya no merezco llamarme hijo tuyo: trátame como a uno de tus jornaleros”. Se puso en camino y fue a casa de su padre.

¹ Planta o fruto que se utiliza como forraje o alimento (N del A)

Cuando aún estaba lejos, su padre lo vio y se conmovió. Fue corriendo, se echó al cuello de su hijo y lo cubrió de besos. El hijo comenzó a decir: “Padre, he pecado contra el cielo y contra ti. Ya no merezco llamarme hijo tuyo”. Pero el padre dijo a sus criados: “Traed enseguida el mejor vestido y ponédselo; ponédle también un anillo en el dedo y sandalias en los pies. Tomad el ternero cebado, matadlo y celebremos un banquete de fiesta, porque este hijo mío

había muerto y ha vuelto a la vida, se había perdido y ha sido encontrado”. Y se pusieron todos a festejarlo.

El hijo mayor estaba en el campo y al volver y acercarse a la casa, oyó la música y los bailes. Llamó a uno de los criados y le preguntó qué significaba aquello. Y éste le contestó: “Ha vuelto tu hermano y tu padre ha matado el ternero cebado porque lo ha recobrado sano”. Él se enfadó y no quiso entrar y su padre salió y se puso a convencerlo. Él contestó a su padre: “Hace ya muchos años que te sirvo sin desobedecer jamás tus órdenes, y nunca me diste ni un cabrito para celebrar una fiesta con mis amigos. Pero llega este hijo tuyo, que se ha gastado tu patrimonio con prostitutas, y tú le matas al ternero cebado”.

El padre le respondió: “Hijo, tú estás siempre conmigo, y todo lo mío es tuyo. Pero tenemos que alegrarnos y hacer fiesta porque este hermano tuyo estaba muerto y ha vuelto a la vida; estaba perdido y ha sido encontrado”.

7. Materiales

- Una radio-cassette (optativo)
- Un cassette con música de relajación (optativo)
- Papel y lápices
- Texto para padres
- Objeto de sondeo (cualquier objeto que pasa de mano en mano para dar la palabra).

Anexo de Actividades

ACTIVIDAD NÚMERO UNO

Imaginería “Recordando a mi Padre”

Vamos a dedicar un rato de nuestro tiempo para recordar a nuestro padre. Si no lo conocieron o por diferentes motivos lo perdieron, traten de recuperar algunas imágenes del padre perdido, recordar a otra figura masculina que fue importante para ustedes en la niñez o imaginar el padre que han extrañado tener.

Para volver atrás, quiero pedirles que cierren los ojos, tomen una postura lo más cómoda posible y sientan su respiración. Registren sensaciones de tensión y relajación muscular, la temperatura de manos y pies, las partes del cuerpo donde está descansando el mayor peso.

Dejen ahora que aparezcan imágenes de la infancia hasta los 12 años de edad. Busquen con tranquilidad alguna situación o escena en que aparece su padre o alguna figura masculina clave de ese tiempo.

Enfoquen la atención en ciertos detalles de la escena: el lugar con sus cosas, el tipo de luz que había a esa hora del día, algún olor típico, sonidos o ruidos especiales. Se acuerdan si era invierno, verano, primavera u otoño? ¿El lugar tiene un significado para ustedes? ¿Representaba un lugar de pertenencia o un lugar de paso?. Sí habían otras personas, mírenlas cómo están ahí y cual es el ambiente que se respira entre ellas. Ahora observen a su padre: la postura de su cuerpo, su mirada, los rasgos de la cara, el color de su pelo, brazos y manos, el tronco y la espalda, las piernas y sus pies, la voz. Tal vez hay algo de lo que observan que recuerdan con mucha nitidez. ¿Estás tú ahí, en ese momento, en ese lugar?. ¿Qué te pasa por la cabeza y el corazón cuando lo miras?. ¿Aparecen sensaciones de ternura, rabia, desolación, indiferencia, pena, miedo o amor?. ¿Surge una emoción clara o una mezcla de sensaciones?.

Poco a poco anda despidiéndote de esta situación. Tal vez quieras hacer o decirle algo a tu padre antes de alejarte de la escena.

Vuelve a sentir tu cuerpo, tu respiración y cuando quieras vas abriendo los ojos conectándote nuevamente con este lugar y el grupo.



ACTIVIDAD NÚMERO DOS

Carta a mi Padre

Invite a los participantes a escribirle una carta a su padre que no necesariamente necesita ser entregada. En esta carta, cada uno puede expresarle a su padre por ejemplo:

- ▶ los mejores recuerdos que tiene de él
- ▶ aquello que el padre hizo y más le ha dolido
- ▶ lo que hoy siente que quiere perdonarle
- ▶ lo que quisiera agradecerle
- ▶ lo que quiere tomar de su ejemplo para ejercer su propia paternidad

Le pide a los participantes que traigan sus cartas al próximo encuentro donde pueden elegir compartirla con los otros padres.

Evaluando



1. En cuanto a la forma de la sesión, ¿cumplimos con lo planificado? ¿cómo?

2. ¿Qué partes de la sesión nos gustó más como salieron y por qué?

3. ¿Qué parte nos dejó descontentos/as y qué cambios tenemos que considerar para el próximo encuentro con los padres?

4. Qué aprendí con esta sesión:

a) ¿de mí como monitor/a?

b) de los padres/papás?

<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>

Sesión Nº 5

Fotografía: gentileza Archivo Aguayo www.aguayo.cl



Fotografía: Francisco Aguayo Fuenzalida



Fotografía: Sabine Romero

El hombre y la expresión de sus afectos

1. Objetivos

Se espera que a través de esta sesión los participantes logren:

- a** Ejercitar el uso del lenguaje emocional.
- b** Ampliar su capacidad de un enlace afectivo directo con su hijo o hija.
- c** Relacionar el derecho a ejercer la paternidad activa con la expresión de la afectividad.

2. Apuntes para el/la monitor/a

En las primeras etapas de desarrollo, el niño varón puede tener en su fantasía el deseo de tener un hijo en su vientre. Los adultos nos hemos acostumbrado a ver a la mujer como poseedora del hijo o hija y prohibimos al varón que juegue a tener hijos/as; se le inhibe a jugar con peluches, muñecos/as, alimentarlos/as, bañarlos/as, atenderlos/as. No tiene oportunidad de ensayar el rol de una paternidad afectiva, que se expresará no sólo en momentos extraordinarios sino sobre todo en la vida cotidiana.

Más tarde cuando nace su primer hijo/a, ese hombre tal vez no se permite el contacto directo con el recién nacido/a.

A veces en las familias latinoamericanas se reconoce manifiestamente la “jerarquía” al padre, pero en forma inconsciente no se le hace valer y en el fondo se lo considera débil, inferior y poco habiloso y dispuesto a meterse en el mundo afectivo.

Cuando el padre está ausente del hogar por uno o varios días, es posible que de inmediato sea sustituido por uno de sus hijos y en ocasiones ocupe su lugar en la cama. La lucha por una posición de valor en el trabajo y otras razones pueden interferir al hombre en la realización de su función paterna. Es un círculo vicioso, en el que mientras el hombre toma más distancia del hogar, más es excluido por la mujer y el resto de la familia; y mientras más excluido más se deja absorber por otros intereses fuera de la casa.

Esto por lo general ocurre sin que se hable de ello en la pareja.

Tradicionalmente, el hombre se ha considerado más hombre en la medida que menos exprese sus afectos. Hay una frase que dice que “cuando encontramos un hombre con incapacidad de expresar sus afectos, encontramos también a una mujer que se lo impide y lo desaprueba”. Pero también él mismo y la historia de generaciones de hombres han dejado en el silencio sus emociones y sentimientos. Tal vez se le permita socialmente expresar rabia, entusiasmo y dureza, pero menos tristeza, miedo y sensibilidad. Sin embargo también es cierto que en calles, plazas, actividades escolares y en casas hay hombres que se conmueven con sus hijas e hijos.

En el presente las necesidades económicas y personales de la familia provocan que a menudo ambos miembros de la pareja sean proveedores económicos. La mujer puede sentir diferentes grados de satisfacción y culpabilidad por cumplir con múltiples funciones. El hombre puede sentirse aliviado de no cargar solo con la responsabilidad de generar los recursos y gratificado con una mujer que es compañera para compartir no solo algunos sustentos hogareños; también puede sentir que su padre cumplió mejor su deber de proveedor y que su rol masculino está debilitado, por lo que puede buscar compensarlo con actitudes bruscas o violentas.

Hoy día, la distribución del poder y de la autoridad dentro del hogar puede ser compartida por ambos padres. A veces hay presiones ajenas o la costumbre que empuja a un miembro de la pareja a ejercer la autoridad; también ocurre que toma ese lugar la abuela, suegra o tío antes que el padre (y a veces la madre).

Podemos decir que en los tiempos que corren es indispensable que tanto el hombre como la mujer construyan un enlace directo, sostenido y profundo con su hijo o hija, aunque estén separados como pareja.

Es hora de cambiar esta situación del hombre, que lo priva de su derecho a ejercer activamente su paternidad. Para ello aparece como necesario introducirnos en la afectividad en su expresión masculina.



¿Qué incluye la afectividad?

La afectividad incluye estados de ánimo, emociones, sentimientos y pasiones.

La *emoción* es un estado de ánimo que tiende a ser brusco, súbito y pasajero con manifestaciones corporales fuertes.

- Ej: susto, entusiasmo, placer ligero, pena, molestia, irritación, angustia.

El *sentimiento* es un estado de ánimo que se integra con la razón y adquiere mayor estabilidad.

- Ej: amor, lealtad, alegría, melancolía, duelo, resentimiento.

La *pasión* es un estado de ánimo intenso, que perturba la razón y que se percibe como deseo e impulso vehemente.

● Ej: enamoramiento, ira, deseo, impulso

Emociones, sentimientos y pasiones siempre están ligadas a sensaciones corporales y nos hacen sentir que estamos vivos. Si dejamos de respirar, dejamos de sentir y de vivir. Nuestro organismo tiene una carga de energía que requiere de canales de descarga a través de la acción, el pensamiento y los afectos.

Somos libres en el sentir, pensar e imaginar, pero en la acción de descarga requerimos de un cierto control y regulación del YO. Es la condición para la convivencia social, ya que ciertas descargas pueden surgir de impulsos dañinos.

Sin embargo la rabia guardada puede profundizarse en el ánimo y transformarse en resentimiento y hostilidad. La tristeza acumulada puede volverse una melancolía permanente que impide disfrutar la vida.

Los canales y umbrales de descarga de los afectos son modelados de acuerdo con la cultura en que vivimos, pero no pierden su característica personal e individual.

Cada cultura muestra más o menos tolerancia a los afectos y sus formas de expresión; puede sucumbir a la represión (no expreso ternura), transformarse en lo contrario (en vez de la ternura, el desprecio), intelectualizarse (hago un discurso racional para no sentir), desplazarse (deposito la ternura en otro objeto o persona) o anularse (impido ese afecto).

3. Actividades y Desarrollo de la Sesión

1. Inicie la sesión viendo la posibilidad de leer algunas cartas de participantes a su padre, recogiendo impresiones, sensaciones y sentimientos individuales y como grupo.
2. Luego presenta el tema de hoy con el texto para los padres. Presente las diferencias entre emociones, sentimientos y pasiones. Pida a los participantes ejemplos, y se asegura de que todos vayan comprendiendo los contenidos. Destaque el hecho de que las emociones no tienen sexo: no hay emociones de mujeres y emociones de hombres. Destaque el hecho que hemos aprendido a manifestar las mismas emociones de distintas maneras, o a reprimirlas y no manifestarlas. Utilizar las siguientes preguntas para guiar la conversación. ¿Hay afectos y formas de expresión en nuestra cultura, que son más o menos aceptados en los hombres y otros en las mujeres? ¿Cuál ha sido nuestro aprendizaje a lo largo de la vida?



3. ACTIVIDAD NUMERO UNO

Luego explique el Ejercicio Principal de fotolenguaje (al final del manual):

- a) Ponga sobre una mesa o en el suelo el set de tarjetas con las imágenes boca abajo.
- b) Invite a los participantes a elegir al azar una lámina y mirarla detenidamente, captando la primera impresión que les produce.
- c) Por unos minutos y en silencio los participantes observan la lámina, poniéndose en el lugar de las personas que aparecen allí, identificando sus posibles sentimientos y emociones.

- d) Luego cada miembro del grupo va poniendo en palabras lo que ve y siente en relación a la imagen que le tocó. El monitor/a puede ayudar a profundizar en el tema, pidiendo que reaccione a preguntas, como por ejemplo:
- ¿Cómo te das cuenta de que ese niño/a o padre siente pena?
 - ¿Puedes relacionar la imagen con tu propia niñez?
 - Si en este mundo tuvieras ese niño/a o padre frente a ti, ¿qué dirías o harías?
 - Si tuvieras que publicar esta foto en un diario, ¿con qué mensaje escrito la acompañarías?
- e) Las personas que lo deseen pueden complementar lo dicho con impresiones y reacciones similares o distintas. Todas las percepciones y opiniones son válidas y merecen ser escuchadas.
- f) Después de este ejercicio principal relacione las Ideas Fuerza con los aportes de los miembros del grupo
- g) Se propone que durante la semana llenen con su pareja la hoja de la actividad dos, y compartan una reflexión acerca del tema de la afectividad.



4. ACTIVIDAD NÚMERO DOS

Entregue a cada participante una hoja en blanco o la fotocopia de la hoja de muestra (en anexo de actividades).

Motive la realización de este ejercicio, señalando que cada uno de nosotros aprende a expresar sus sentimientos en gran medida por lo que ve que hacen los adultos que lo rodeaban cuando era chico. Luego repetimos estos modelos sin darnos cuenta.

Este ejercicio nos ayudará a descubrir de quiénes aprendimos nuestras formas de expresar sentimientos y emociones, y a clarificar más si esas formas de expresión son las que queremos seguir teniendo o no.

En la hoja encontrará cuatro columnas y cuatro filas. Las filas son personas claves de nuestra infancia y las columnas son emociones primarias. Cada uno debe rellenar el cuadrado con la forma de expresión de la emoción correspondiente. Señale que al describir cada forma de expresión lo haga incluyendo gestos, palabras, actitudes corporales, etc.

5. Puede usar la técnica “La Luz Relámpago” (ver anexo para todas las sesiones, al final del manual).

4. Sugerencias para el/la Monitor/a

- a) En esta sesión puede aparecer una mayor o menor facilidad o resistencia para involucrarse afectivamente en el tema. El mundo de las emociones a veces está cubierto con un velo y necesitamos tiempo para develarlo.
- b) El fotolenguaje requiere de una atmósfera que permita un cierto recogimiento para poder mirar y sentir las imágenes que se presentan y hacer asociaciones libres.
- c) Antes de la sesión es recomendable haber revisado la relación que usted misma/o tiene con las diferentes emociones y sentimientos. El autoconocimiento evita moralizar o enjuiciar lo que siente, piensan e imaginan otros. Tenemos la misma naturaleza humana y similares impulsos agresivos y amorosos.

5. Ideas Fuerza

- ▶ El contacto con los sentimientos y el lenguaje de las emociones se aprende durante la infancia.
- ▶ Explorar sus dimensiones emocionales, le permitirá al padre enriquecer la relación con sus hijos/as.
- ▶ Es necesario “controlar” el grado de expresión de nuestra afectividad dependiendo del lugar y el momento.
- ▶ Controlar nuestras emociones no es lo mismo que reprimirlas y tratar de hacerlas desaparecer. Se trata de ritualizar adecuadamente emociones intensas como la rabia.

6. Texto para Padres



Historia de un padre

Don Guillermo cumple mañana domingo 78 años de edad. Su mujer organiza un almuerzo con los cuatro hijos/as y sus familias. El mayor vive hace años en Punta Arenas y ha perdido el contacto con la familia.

El día antes don Guillermo sale con su nieto menor, que vive con ellos, a la plaza y se sienta un rato a meditar.

Se da cuenta que recién de viejo, estando con sus nietos y nietas se volvió un hombre más cariñoso.

Su padre quiso que como él, sus hijos hombres fueran recios, viriles y no sentimentales ni débiles.

Se sonríe aceptando que ahora se ha vuelto hartito más sensible.

También se siente buen padre y marido porque fue capaz de darle educación y una casa propia a la familia. En el último tiempo ha valorado todo lo que su mujer puso de esfuerzo en esa tarea.

De pronto se acuerda de su hijo mayor que está lejos y siente pena; le dan deseos de verlo y decirle tantas cosas, ganas de recuperar el tiempo perdido.

Su nieto le toma la mano. El viejo lo abraza y vuelven a paso lento a la casa.

7. Materiales

- Un set del fotolenguaje
- Texto para padres
- Hoja para la Casa (Tarea)
- Objeto para sondeo (cualquier objeto que pasa de mano en mano para dar la palabra).

Anexo de Actividades



HOJA PARA IA CASA

Persona Emoción	mamá	papá	hermano/a	otra persona importante
miedo				
alegría				
rabia o enojo				
tristeza				
amor				

Evaluando



1. En cuanto a la forma de la sesión, ¿cumplimos con lo planificado? ¿cómo?

1. ¿Qué partes de la sesión nos gustó más como salieron y por qué?

3. ¿Qué parte nos dejó descontentos/as y qué cambios tenemos que considerar para el próximo encuentro con los padres?

4. Qué aprendí con esta sesión:

a) ¿de mí como monitor/a?

b) ¿de los padres?

<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>

Sesión Nº 6



Fotografías: Francisco Aguiayo Fuenzalida

Mi rol irremplazable como padre

1. Objetivos

A través de esta sesión se espera que los/as participantes:

- a** Analicen diferentes perfiles de padre y la interacción que generan con su hijo/a.
- b** Tomen conciencia que en todo momento el padre da mensajes a su hijo/a que definen la relación.
- c** Compartan en grupo rasgos paternos que tienen y que quisieran desarrollar.

2. Apuntes para el/la Monitor/a

A continuación encontrará cuatro perfiles de padres que establecen una relación con su hijo o hija y que tienen aspectos positivos y negativos. En la realidad las características de cada cual pueden entremezclarse, apareciendo una gran variedad de formas en que hombres viven su paternidad.

Se trata de caracterizaciones con las que los padres pueden identificarse y que posibilita la conversación. Todos podemos tener características de los 4 tipos descritos, en diferentes grados.

2.1 “El Padre Sobreprotector o Compinche”

Para este padre generalmente el deseo de tener un hijo o hija es parte de su proyecto de vida. El nacimiento del primer hijo o hija representa una experiencia de gran valor. Desde el primer día su actitud en relación al recién nacido/a es protectora y cariñosa.

Es un padre que puede postergar sus necesidades en función de su hijo o hija. Le es muy fácil ponerse en los zapatos del niño, conectarse con sus miedos, alegrías, enojos, penas y necesidades, dar y recibir cariño. Trata de impedir que el niño/a esté expuesto a toda influencia negativa, lo que con el tiempo va produciendo en el niño/a una baja tolerancia a la frustración y dificultades. A cada rato el niño/a empieza a mirar al padre antes de hacer cualquier cosa, se hace dependiente de su aprobación y sobreprotección. Al padre le cuesta aceptar que el hijo/a sufra, pierda o fracase, ya que lo siente como un dolor propio. Corre el riesgo de envolver a su hijo/a en una burbuja que le impide hacer experiencias normales de crecimiento.

Por otra parte el niño o niña aprende a afectarse con las reacciones de dolor del padre y trata de cumplir como sea con sus expectativas y no fallarle; bajo esa presión a veces al niño/a le va mal y se siente culpable. Mutuamente intentan entonces satisfacer al otro, lo que hace muy difícil al niño ir adquiriendo su propia identidad y enfrentar la realidad.

Cuando el hijo/a va acercándose a la adolescencia, el padre no asume su status de padre y se comporta como hermano del hijo/a. Como evita actuar el poder del rol paterno, al hijo/a, le cuesta respetarlo. Renuncia a su autoridad porque la considera contradictoria con lo afectivo. El padre se muestra inmaduro y se mimetiza con gestos de sus hijos. Complace para que lo quieran. Tiende a compartir sus problemas con su hijo/a, traspasándole un peso que no le corresponde.

Este padre raras veces pone límites a su hijo/a, ya que no tiene reglas de conductas claras; la madre suele ejercer la función dominante y el padre puede tomar una posición de un hijo más en la relación de pareja.

Por otra parte el padre compinche tiene la característica positiva de ponerse a la altura del niño/a, puede ser un compañero de juego muy entretenido; es capaz de ponerse en su lugar, anticiparse a sus necesidades y acogerlas.

2.2 “El Padre Macho”

El padre macho le atribuye a la masculinidad una gran importancia. El nacimiento del primer hijo o hija es un logro personal y cada avance, en especial del hijo varón, beneficia directamente su autoestima como hombre.

Cuando el hijo/a es pequeño toma una posición más bien de espectador y aprecia como natural que la madre se haga cargo de los asuntos domésticos y la crianza.

Él mueve las cosas fuera de la casa. Mantiene las relaciones sociales, siente el deber de proveer a través de su trabajo y sufre enormemente cuando no puede cumplir adecuadamente con esa tarea.

A los hijos/as más grandes tiende a dirigirles la vida, por lo que él o ella difícilmente logra desarrollar independencia, ya que está sometido/a a los juicios del padre. El hijo varón es la prolongación de sí mismo y su sombra. Frente a esto el hijo puede tratar de ser su espejo, obedecer escondiendo su rabia o rebelarse contra todo lo que el padre representa y desea.

El niño/a pequeño/a depende no solo de su madre, sino de su padre. Necesita su cariño y aprobación y va sintiendo el dolor de no tener un padre querendón y que pueda ponerse en su pellejo; se reprime por miedo a que su padre se violento. El padre defiende su hombría comportándose violento, lejano y hermético, negando su necesidad de apego, comprensión y participación afectiva dentro de la familia.

Por otra parte, es un padre tal vez que da seguridad con su presencia, vincula al hijo hombre al mundo exterior y más adelante le abre camino en el ámbito laboral.

2.3 “El Padre Destructivo”

Mientras los otros tipos de padre muestran en su forma de ser lados positivos y negativos entremezclados, el padre destructivo tiene facetas que predominantemente son oscuras y hacen daño.

Desprecia casi totalmente los derechos y sentimientos del hijo/a, sus relaciones son manipuladoras para lograr ventajas para sí (egocéntrico). Es incapaz de postergar satisfacciones inmediatas por metas futuras; no se pone en el lugar del niño o niña. Tiene una conciencia social restringida y su moralidad está dañada.

Con los hijos/as no coopera, es poco confiable, impulsivo y abandonador. Sus emociones son planas y no puede comprender por qué los demás reaccionan negativamente a su comportamiento.

No se siente culpable ni arrepentido por perjudicar a otros. No tiene un interés sincero en el desarrollo de su hijo/a, aunque lo finja así. Lo castiga dura y arbitrariamente. El hijo hombre cuando crece puede representar un obstáculo para su éxito y bienestar. Considera que el tiempo que pasa con su hijo/a es tiempo que le quita a deberes y placeres fuera del hogar.

Gasta el dinero y los recursos en sí mismo, descuidando a su familia. En el trabajo se somete ante el que está “arriba” y pisa al que esta abajo; en la casa, maltrata la vulnerabilidad de su hijo/a dependiente.

Muchos hombres jóvenes con este tipo de padre buscan padres sustitutos en un padrastro, maestro, entrenador, jefe, etc.

2.4 “El Padre suficientemente bueno”

La llegada de un hijo o hija enriquece la vida emocional de un hombre. La paternidad puede significar el desarrollo de un sentido más completo de ser persona. Recuperando el contacto con su infancia y los recuerdos de su padre u otra figura masculina marcadora, puede evolucionar hacia un rol parecido o más completo que el que conoció, gozó o le hizo falta.

El padre suficientemente bueno no es un padre perfecto. Puede expresar sus temores, anhelos, celos y otras inquietudes que aparecen con la llegada del niño o niña. Hace peticiones claras a su compañera y a otros adultos involucrados con la crianza; peticiones que le facilitan vivir la paternidad de una manera que lo satisfaga. Es un hombre que va aceptando ciertas privaciones y también las profundas gratificaciones de la paternidad. El hogar se convierte en un lugar más exigente, donde el niño pequeño demanda atención y energía; ve la necesidad de coordinarse con la pareja y otros adultos para rescatar, a ratos, el hogar como un lugar donde se es acogido, se pueda descansar y uno se relaja del a veces complicado mundo externo.

Acepta el fuerte lazo de la madre y el recién nacido/a sin excluirse. Reconforta a la mujer y se compromete con algunas tareas que la alivian y evitan demasiado desgaste.

Este hombre, al tener un hijo o hija se contacta con las partes más nutrientes de sí mismo; al tomar al niño/a, alimentándolo, transportándolo, sintiendo su cuerpo de niño, se puede sentir dando vida.

El padre suficientemente bueno aporta recursos económicos para proveer, acepta que ello le puede abrumar a veces y asume junto a su pareja nuevas prioridades en relación a la administración y generación del dinero.

En la medida que el hijo o hija crece, el padre puede reactivar su parte creativa y juguetona de niño, recrearse, al mismo tiempo que estimula a su hijo/a los procesos de aprendizaje.

El padre suficientemente bueno incluye a su hijo/a en las actividades de su tiempo libre. No pierde de vista que está influyendo en su hijo/a y que éste/a, está permitiéndole crecer a él como hombre y persona.

El padre suficientemente bueno, sigue estando presente aunque esté lejos o separado de la madre.

3. Actividades y Desarrollo de la Sesión

1. Inicie la sesión con la técnica del NOTICIERO que consiste en que cada participante escribe en un papel un acontecimiento significativo que le ha ocurrido en relación a su hijo o hija en este tiempo. Luego cada persona le lee a los otros su noticia y el monitor/a va pegándolas en un papel grande.
2. Luego le pide a alguien del grupo que lea el texto para padres y lo comentan.
3. El grupo se divide en cuatro subgrupos en que cada subgrupo recibe la descripción de un Perfil de Padre. Los miembros del subgrupo leen, reaccionan y analizan el texto, para luego preparar un JUEGO DE ROLES (de actuaciones o representaciones de personajes, tipos o roles) que muestre las características principales de ese tipo de padre.
4. Se vuelve a reunir el grupo completo y cada subgrupo hace su presentación. El resto de las personas observa atentamente gestos, lenguaje verbal y otros aspectos que surjan de la interacción.

Pregunte al final de cada juego de roles ¿qué les llamó la atención de esta escena?

5. Estimule a los padres a expresar algún aprendizaje que sacaron de este ejercicio para su propia paternidad y complementen esos aportes con las ideas fuerza.
6. Puede usar la técnica “La Luz Relámpago” (ver anexo para todas las sesiones, al final del manual)

4. Sugerencias para el/la Monitor/a

- a) A través del noticiero usted recibirá información que le da pistas de las experiencias que los miembros del grupo están teniendo en la vida diaria en relación a su paternidad.
- b) Acuérdesse que estos retratos de padres constituyen un punto de referencia para la discusión grupal y no modelos excluyentes entre sí. En la realidad las expresiones de la paternidad son más ricas y variadas.
- c) En el perfil del “padre suficientemente bueno” caben todos los aportes de los padres del grupo; con preguntas motive a la construcción conjunta de ese padre suficientemente bueno.
- d) Si el grupo viene reuniéndose durante varias semanas, es necesario anticipar ahora el término del Programa. Así los participantes pueden ir planteando sensaciones e inquietudes que pueden generar la finalización del proceso.

5. Ideas Fuerza

- ▶ El padre es el partero de la identidad del hijo varón y la primera figura masculina para la hija.
- ▶ El padre con su activa participación en la crianza, descarga a la mujer y evita una excesiva fusión con la niña o niño.
- ▶ El padre suficiente bueno acepta las privaciones y gratificaciones de la paternidad. Nutre, cuida y orienta los pasos de su hija o hijo.

6. Texto para Padres



En nuestra cultura el hombre va representando una cierta forma de ser que ha ido cambiando con el tiempo. Esta forma de ser constituye un modo de vivir la vida, el trabajo, el amor, la mujer y la familia. Cada generación evoluciona en su concepción del hombre.

Desde el punto de vista biológico, el padre es el dador del género sexual. Una segunda función aunque no exclusiva, es la del padre proveedor de alimento y seguridad del grupo familiar, lo cual permite desarrollar en el hijo o hija un sentimiento de confianza en que sus necesidades básicas son atendidas.

Es también el partero de la identidad del hijo varón y la primera figura del sexo opuesto para la hija mujer. Junto con la madre, enseña roles y destrezas culturales básicas, a través del nombre y del apellido el padre y la madre relacionan al niño o niña con su grupo y comunidad.

Como la mujer con niño/a pequeño es muy absorbida por la maternidad, el hombre contribuye a rescatarla para ir recuperando de a poco mayor intimidad de pareja y aliviarla de tareas que pueden resultar rutinarias y agobiantes.

Con el ingreso de la mujer al trabajo fuera del hogar, el hombre deja de tener un papel secundario en la crianza, ya que el niño o niña necesita a ambos para recibir los cuidados y estímulos que requiere para desarrollarse adecuadamente. Por otra parte, la convivencia de responsabilidad y ayuda compartida en la crianza del hijo/a transforma a la mujer y al hombre en compañeros y cómplices de un proyecto de vida familiar compartido.

7. Materiales

- Un lápiz por cada participante (noticiero)
- Una hoja por participante (noticiero)
- Pegamento o cinta adhesiva (noticiero)
- Texto para padres
- Una hoja de un perfil del padre para cada persona del subgrupo (fotocopiar los perfiles si el grupo es de 12 padres, hacer tres copias, ya que son 4 perfiles).
- Objeto de sondeo (cualquier objeto que al pasarlo de mano en mano da la palabra a esa persona)

Evaluando



1. En cuanto a la forma de la sesión, ¿cumplimos con lo planificado? ¿cómo?

2. ¿Qué partes de la sesión nos gustó más como salieron y por qué?

3. ¿Qué parte nos dejó descontentos/as y qué cambios tenemos que considerar para el próximo encuentro con padres?

4. Qué aprendí con esta sesión:

a) ¿de mí como monitor/a?

b) ¿de los padres?

<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>



Fotografías: Francisco Aguayo Fuenzalida

Padre presente o padre fantasma

1. Objetivos

Se espera que a través de esta sesión los participantes logren:

- a** Poner en palabras las alteraciones que les produce en su vida cotidiana la llegada y luego la presencia del hijo/a.
- b** Reflexionar acerca de la manera en que quieren y pueden estar con el niño/a.
- c** Analizar en concreto cuánta atención van a darle a cada una de las facetas de su vida en el próximo año.

2 Apuntes para el/la Monitor/a

La ausencia paterna, independientemente de sus causas, produce efectos en el desarrollo de la personalidad del niño o niña; incluso hay estudios que muestran que cuando el padre está física o psicológicamente ausente, el hijo/a puede presentar trastornos psíquicos u orgánicos. Mantiene una dependencia muy fuerte de la madre, con angustia de separación y sentimiento de indefensión.

Cuando el niño o niña tuvo una pérdida del padre a una edad temprana tiene muy poca capacidad de “digerir” el duelo y ello puede repercutir posteriormente en inhibiciones o conflictos en la vida adulta.

Según sea la forma en que la madre hable sobre el padre y la relación que éste haya tenido con su hijo/a, el niño/a puede mantener dentro de sí una imagen viva, confusa o perdida del padre.

Con el nacimiento del primer hijo/a aparecen para el hombre más sentimientos que lo unen al hogar, y por otra parte, se siente empujado hacia el trabajo. Si participa activamente en la crianza, puede llegar a sentir un aislamiento social al alejarse de actividades con otros hombres. Tiene que elegir si sigue distribuyendo su tiempo tal cual lo hacía antes o se adapta a los sentimientos y cambios esperados e inesperados que produce llegada de un hijo/a.

Con la guagua de meses, el hombre puede sentirse aburrido con la lenta tarea de cuidarla. Si interiormente se hace disponible a afinar su sensibilidad para captar las características y los cambios que va experimentando cada día su hijo/a, entonces puede poner un dique a la impaciencia y el aburrimiento. Tal vez percibe que la mujer es la “experta” y debe recurrir a ella para que lo guíe, o delegar la crianza. El problema es que empieza a renunciar a su poder* y va dejando de participar de las gratificaciones, decisiones y desafíos relacionados con su hijo o hija.

En nuestra vida actual, las condiciones de trabajo y el ritmo de vida parecen exigir que como padres busquemos conscientemente “un tiempo de calidad” con nuestro hijo o hija. Los recuerdos de ese tiempo compartido y ojalá a veces exclusivo, el niño/a lo guarda en la memoria para siempre.

* en el buen sentido de la palabra.

3. Actividades y Desarrollo de la Sesión

1. Después del saludo, haga circular el objeto del sondeo, para que cada miembro del grupo comparta en pocas y precisas palabras con qué pensamientos y sensaciones físicas/anímicas está llegando hoy a la sesión.
2. Luego presente el tema de hoy con el texto para padres. Destine un tiempo para comentarlo en grupo.
3. Explique el Ejercicio Principal y entregue la hoja con los “círculos del tiempo” y organice subgrupos (no más de 3 personas) en que la primera tarea es: graficar individualmente cómo está distribuyendo su tiempo actualmente y cómo quiere distribuirlo en este año que viene.
4. A continuación, sugiera a los participantes que comparen los dos círculos y observen las semejanzas y diferencias entre la realidad actual y el futuro próximo.
5. Formule las siguientes preguntas:
 - a) ¿Necesita hacer cambios en la distribución de su tiempo? ¿Para qué?
 - b) ¿Cómo puede hacer ciertos ajustes y con qué facilidades y obstáculos se puede encontrar en su realidad interna y externa?
6. Proponga al grupo que hagan parejas y compartan las respuestas a estas preguntas con un ejercicio de comunicación; cada uno tiene 10 minutos para expresarse y el compañero escucha activamente sin interrumpir. Luego cambian de posición. Después de 20 minutos pueden hacerse mutuamente 10 minutos de comentarios y sugerencias.
7. Vuelven al grupo y comentan aspectos que les parecieron relevantes durante el ejercicio de comunicación en pareja

8. Recoja los aportes de los padres y compléméntelos con las Ideas Fuerza.
9. Sugiera que conversen sobre este tema con su pareja.
10. Puede usar la técnica “La Luz Relámpago” (ver anexo para todas las sesiones, al final del manual).

4. Sugerencias para el/la Monitor/a

- a) Ahora los padres necesitan ser guiados para cruzar los aprendizajes de las sesiones anteriores con su realidad personal y sociocultural. Respete la forma particular en que cada padre va a plantear la necesidad de hacer o no ajustes en la manera de vivir.
- b) Al escucharse los padres entre sí, puede abrirse un abanico de posibilidades de manejar el tiempo integrando las propias necesidades, las del hijo o hija y de la pareja.
- c) Permita que el subgrupo que hace el ejercicio de comunicación elija qué van a compartir con el grupo y cuáles contenidos quedan en la intimidad de la conversación.

5. Ideas Fuerza

- ▶ La ausencia paterna produce efectos en el desarrollo de la personalidad del niño y la niña y la presencia paterna da seguridad y confianza básica.
- ▶ La llegada de cada hijo o hija hace necesaria una administración del tiempo y la atención diferentes.
- ▶ Cada padre debe buscar la manera en que quiere hacerse presente en la vida de su hijo o hija y coordinarse con su pareja u otros adultos a cargo del niño/a.

6. Texto para Padres



Carbón ²

Gonzalo Rojas

Premio Nacional de Literatura (Chile)

*Veo un río veloz brillar como un cuchillo, partir
mi Lebu en dos mitades de fragancia, lo escucho,
lo huelo, lo acaricio, lo recorro en un beso de niño como entonces,
cuando el viento y la lluvia me mecían, lo siento
como una arteria más entre mis sienes y mi almohada.*

Es él. Está lloviendo.

*Es él. Mi padre viene mojado. Es un olor
a caballo mojado. Es Juan Antonio
Rojas sobre un caballo atravesando un río.*

*No hay novedad. La noche torrencial se derrumba
como mina inundada, y un rayo la estremece.*

*Madre, ya va a llegar: abramos el portón,
dame esa luz, yo quiero recibirlo
antes que mis hermanos. Déjame que le lleve un buen vaso de vino
para que se reponga, y me estreche en un beso.
y me clave las púas de su barba.*

*Ahí viene el hombre, ahí viene
embarrado, enrabiado contra la desventura, furioso
contra la explotación, muerto de hambre, allí viene
debajo de su poncho de Castilla.*

*Ah, minero inmortal, ésta es tu casa
de roble, que tú mismo construiste. Adelante:
te he venido a esperar, yo soy el séptimo
de tus hijos. No importa
que hayan pasado tantas estrellas por el cielo de estos años,
que hayamos enterrado a tu mujer en un terrible agosto,
porque tú y ella estáis multiplicados. No
importa que la noche nos haya sido negra
por igual a los dos.*

*Pasa, no estés ahí
mirándome, sin verme, debajo de la lluvia.*

² "Poesía Chilena de Hoy" Selección Erwin Díaz, Ed. Documentos, Santiago, 1995.

7. Materiales

- Texto para padres
- Objeto Sondeo (cualquier objeto que al pasar de mano en mano de la palabra).
- Una hoja “Círculos del tiempo” por persona (puede fotocopiar o usar hojas sueltas, donde cada persona dibuja sus círculos. Cada círculo equivale a una semana).
- Un lápiz grafito por persona
- Una goma de borrar por cada tres personas

Hoja de Ejercicio con los Círculos del Tiempo*

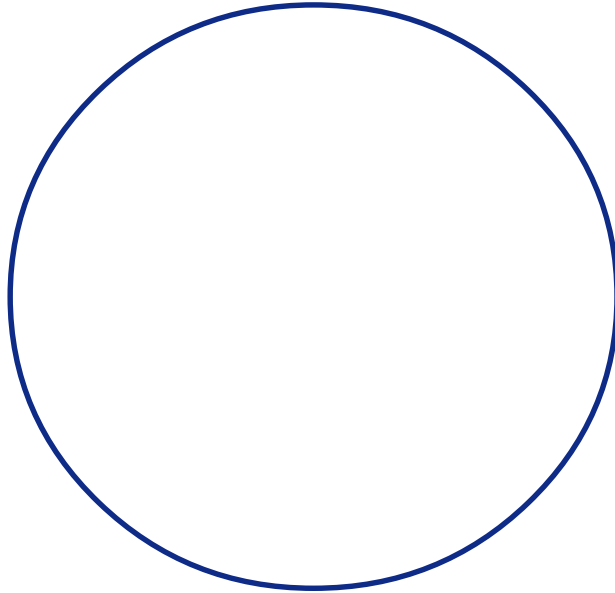
Nombre de pila:

Número de hijos:

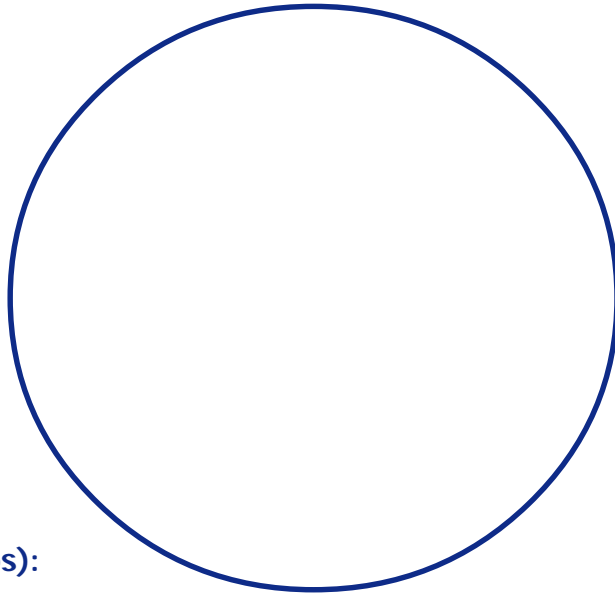
Edad:

Edades de los hijos:

Distribución de mi tiempo en el presente, en una semana:



Distribución deseada de mi tiempo:



Cambios deseados (jerarquíselos):

* Cada círculo equivale a una semana.

Evaluando



1. En cuanto a la forma de la sesión, ¿cumplimos con lo planificado? ¿cómo?

2. ¿Qué partes de la sesión nos gustó más como salieron y por qué?

3. ¿Qué parte nos dejó descontentos/as y qué cambios tenemos que considerar para el próximo encuentro con padres?

4. Qué aprendí con esta sesión:

a) ¿de mí como monitor/a?

b) ¿de los padres?

<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>

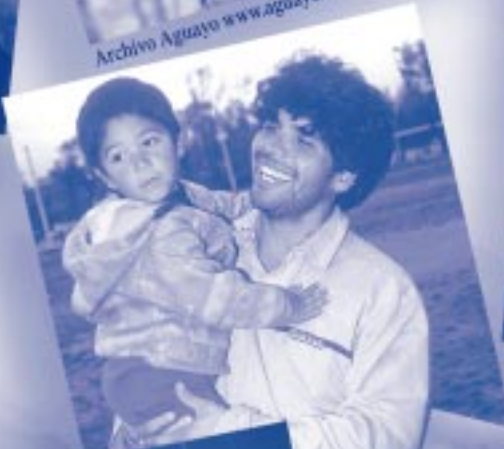
Sesión Nº 8



Archivo Aguayo www.aguayo.cl



Archivo Aguayo www.aguayo.cl



Fotografías: Francisco Aguayo Fuenzalida

Evaluando en grupo nuestro recorrido

1. Objetivos

Se espera que a través de esta sesión los participantes logren:

- a** Reflexionar en torno a los aprendizajes más significativos de los padres en relación a la crianza.
- b** Evaluar el beneficio que para los padres ha tenido el Programa en términos personales y de pareja.
- c** Elaborar emocionalmente el término de este proceso grupal.

2. Actividades y Desarrollo de la Sesión

1. Anuncie claramente cómo se va a estructurar la sesión de hoy; en este último encuentro los participantes necesitan saber a qué atenerse.
2. Invite a cada participante a elaborar su texto de padres, dibujo, poema, testimonio. Este texto tiene como objetivo motivar y convocar a padres a participar en el Programa “Paternidad Activa”.
3. A continuación le pide al grupo que se divida en parejas y definan quién es A y quién es B.
4. Presente el Ejercicio Principal dando la instrucción.
5. Las parejas vuelven a conformar grupo. A, le transmite al grupo lo que expresó B y luego B transmite al grupo lo que expresó A. Ambos deben reflejar lo más exactamente posible lo que dijo su compañero.
6. Entre los padres comentan qué les llamó la atención del ejercicio de comunicación.
¿Es más fácil ser entrevistador o entrevistado? ¿Por qué?
7. Anuncie que ahora van a hacer una ronda de “luz relámpago” con la pregunta:
¿De qué me pude dar cuenta participando en este grupo? (ver anexo)
8. Si surge del grupo, está la posibilidad de terminar esta sesión con una convivencia.

3. Sugerencias para el Monitor o Monitora

- a) Considere que en esta reunión de término pueden aparecer sensaciones diversas de pena, alivio, satisfacción, frustración. Transmita la aceptación de estas emociones, ya que son naturales a toda evaluación y despedida.
- b) Es importante crear un clima grupal que favorezca que los padres se contemplen a sí mismos en el proceso de aprendizaje que vivieron.
- c) Está la posibilidad que en la ronda de reflexión final usted exprese a los participantes algún aspecto significativo de su experiencia como monitor/a en este grupo. Puede decir algunas palabras, que alienten a los padres a seguir animosos esta aventura de la paternidad activa. Procure reconocer las cualidades de cada padre.

4. Ideas Fuerza

- Esta experiencia en el Programa Paternidad Activa deja en cada padre huellas distintas.
- Felicitaciones por atreverse a conectarse como hombres con sus recuerdos, afectos y expectativas ligadas a la Paternidad.
- Tenga la seguridad que esta participación en grupo durante algunas semanas va a tener un efecto en la vida de su hijo o hija.

5. Texto para Padres



Convoco a otros padres con este dibujo, poema o testimonio:

6. Materiales

- Hoja con instrucción para el ejercicio
- Texto para padres para cada participante (fotocopiar)
- Un lápiz pasta por participante
- Lápices de colores
- Objeto de sondeo

Anexo de Actividades

Ejercicio Principal “La Entrevista”



Instrucción:

- a) El grupo se divide en parejas y definen quién es A y quién es B. Se sientan frente a frente. A es el entrevistador y B el entrevistado.
- b) A, orienta la conversación en torno a las siguientes preguntas:
 - ▶ ¿Cuál fue el momento más gratificante durante este viaje en grupo hacia la Paternidad Activa?
 - ▶ ¿Cuál fue el momento más tenso o difícil para ti?
 - ▶ ¿Qué aprendiste?

A escucha con atención las respuestas y puede hacer algunas preguntas para comprender mejor el significado de las palabras de B.

- c) Se invierten los papeles. Esta vez B hace las preguntas convirtiéndose en entrevistador y A contesta.

B capta atentamente lo que dice A y cómo lo expresa con gestos y palabras.

Evaluando



1. En cuanto a la forma de la sesión, cumplimos con lo planificado? ¿cómo?

2. ¿Qué partes de la sesión nos gustó más como salieron y por qué?

3. ¿Qué parte nos dejó descontentos/as y qué cambios tenemos que considerar para el próximo encuentro con los padres?

4. Qué aprendí con esta sesión:

a) ¿de mí como monitor/a?

b) ¿de los padres?

<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>

Anexo para todas las Sesiones

La Luz Relámpago

(Instrumento para comunicarnos)



Esta técnica puede usarse al final de todas las sesiones

► **Tamaño del grupo:**

15 personas aprox. (max).

► **Duración:**

Máximo 2 minutos por persona

► **Material:**

Un objeto de sondeo. 1 objeto de sondeo puede ser cualquier objeto que pasa de mano en mano para dar a palabra. Ayuda para que cada persona defina más concientemente su tiempo y ayuda a ganar seguridad teniendo algo entre las manos.

► **Objetivo:**

Resume al final de la sesión lo importante para cada individuo. Puede servir para aclarar confusiones, expresar sentimientos y aprendizajes. Al principio de la sesión se puede usar la “luz relámpago” para ver “en qué y dónde está” con su atención cada persona del grupo e integrar esta información en el tema de la sesión. Si se usa durante la sesión puede servir para devolver y/o explicitar más transparentemente una situación. En este caso la “luz relámpago”, la pide el/la monitor/a o algún integrante del grupo.

► **Instrucción:**

Se trata de que cada integrante del grupo (se incluye el monitor al final de la sesión) tome posición frente a la pregunta

¿Cómo me siento yo, en este momento, respecto al grupo o al tema?

Esta “Luz Relámpago” dura máximo dos minutos por persona y sirve para ver dónde está con sus pensamientos, sentimientos, su atención. Sirve cuando una tiene la sensación de que una parte del grupo perdió el interés en el tema o que una persona parece estar muy alterada. Sirve para darle un comienzo y un final definidos a las sesiones. Sirve también para que cada persona aprenda a detectar lo que siente y lo que le pasa en un momento dado y logre explicarlo a los demás en forma concreta y concentrada.

La “luz relámpago”, en ningún caso debe transformarse en una discusión, sino debe tener la función de hacer un “inventario”, para recolectar información. Recién cuando todos hayan expresado algo, si es necesario, se inicia una discusión al respecto.

La Luz Relámpago usada al final de la reunión es útil para evaluar el aprendizaje, recoger posibles aspectos de los que la persona se dio cuenta (insight) y/o simplemente captar un estado emocional individual o de grupo.

► **Variación:**

Al comienzo de la sesión cada persona del grupo cuenta en forma corta algo importante que le ha ocurrido durante la semana. Es más importante que cuente los sentimientos que le produjo determinada vivencia, que los detalles más bien externos. Los demás pueden fijarse en lo que sienten frente a lo manifestado por cada participante. Del problema o vivencia de una persona del grupo se puede formular un tema que afecta de una u otra forma a todos los participantes.