



Aprender junts, créixer en família

Una família que creix

Mòdul de tancament

Aprendre junts, créixer en família

Una família que creix

Mòdul de tancament

EDICIÓ

Fundació "la Caixa"

AUTORES

Gemma Crous Parcerisas. Universitat de Barcelona

Nuria Fuentes-Peláez. Universitat de Barcelona

Ainoa Mateos Inchaurreondo. Universitat de Barcelona

DIRECCIÓ DEL PROJECTE

Nuria Fuentes-Peláez. Universitat de Barcelona

Ainoa Mateos Inchaurreondo. Universitat de Barcelona

DISSENY GRÀFIC

Cèl·lula, Acció Creativa

IL·LUSTRACIONS

Imma Itxart

TRADUCCIÓ

Caplletra SL

IMPRESSIÓ

Milimétrica Producciones S.L.

© de l'edició, Fundació "la Caixa", 2025

Av. Diagonal, 621, 08028 Barcelona

DL: B 22872-2025

Índex

Introducció	5
-------------------	---

Sessió per a pares i mares	12
----------------------------------	----

Punt i seguit	14
---------------------	----

Activitat 1. Comprovar les meves qualitats com a pare o mare amb un acrònim	16
--	----

Activitat 2. Ho recordem? Una mà d'expectatives	20
---	----

Activitat 3. La motxilla, la rentadora i el cubell de les escombraries	23
--	----

Sessió per a fills i filles	26
-----------------------------------	----

Vet aquí un gos, vet aquí un gat... ..	28
--	----

Activitat 1. Les cadires cooperatives	30
---	----

Activitat 2. La motxilla, la rentadora i el cubell de les escombraries	33
--	----

Activitat 3. Les meves qualitats a l'esquena	37
--	----

Sessió per a famílies	40
-----------------------------	----

Fins aviat!	42
-------------------	----

Activitat 1. La diana d'avaluació	44
---	----

Activitat 2. Junts cap a casa	48
-------------------------------------	----



Mòdul de tancament

Introducció

El mòdul *Una família que creix* inclou una sèrie d'activitats orientades a abordar el tancament de la formació duta a terme amb l'objectiu de garantir una intervenció grupal efectiva en el desenvolupament de la parentalitat positiva. Aquest mòdul s'utilitza quan s'ha implementat el programa *Aprendre junts, créixer en família*¹ en la versió modular, com a substitut del mòdul 8 de la versió completa del programa.

La finalitat d'aquest mòdul és reforçar els aprenentatges fets per les famílies participants —nens i nenes, mares i pares— i reflexionar sobre tot el que han adquirit a les sessions desenvolupades en la versió modular del programa, després d'haver dut a terme el

¹ Amorós, P., Fuentes-Peláez, N., Mateos, A., Pastor, C., Rodrigo, M. J., Byrne, S., Balsells, M. A., Martín, J. C., i Guerra, M. (2011). *Aprendre junts, créixer en família* (3a ed., 2016). Barcelona: Obra Social "la Caixa".

paquet formatiu seleccionat. També busca afavorir l'assumpció de compromisos que permetin consolidar els canvis aconseguits i continuar treballant en els aspectes que promouen la parentalitat positiva, la convivència familiar i l'enfortiment de les xarxes de suport. En aquest sentit, la sessió de tancament pretén reforçar aprenentatges vinculats tant a l'exercici de la parentalitat positiva com a la cooperació i col·laboració en la vida familiar; identificar els canvis incorporats en la pràctica de la parentalitat positiva, com també els reptes per seguir creixent com a família, i finalment, valorar el grau de compliment de les expectatives inicials de la formació i la satisfacció amb l'experiència viscuda.

En la implementació modular flexible del programa s'han dut a terme un mínim de 8 sessions del mòdul bàsic: 1 sessió de motivació, 1 sessió de mòdul d'inici i 6 sessions (3 mòduls) per grup (pares i mares; fills i filles; famílies), o bé 8 sessions del paquet 2 o del 3. Durant aquest temps, les famílies s'han reunit de manera regular en les sessions del programa per enfortir les competències parentals i promoure una convivència familiar positiva. Depenent del paquet que s'hagi completat, s'haurà posat més èmfasi en unes competències o en unes altres.

De manera general, s'ha impulsat el desenvolupament de dinàmiques familiars centrades en el benestar dels menors d'edat en les quals les actuacions dels progenitors han estat orientades a la vinculació afectiva, la cura i el desenvolupament de les seves capacitats. Tot això fomenta una educació no violenta que ofereix

reconeixement i orientació, facilita la participació dels fills i filles, i al mateix temps estableix límits clars que afavoreixen la convivència familiar mentre promou al mateix temps el gaudi del lleure en família. D'altra banda, la participació dels infants en el programa *Aprendre junts, créixer en família* contribueix al desenvolupament d'habilitats que els permeten comunicar-se de manera efectiva i expressar les seves idees, necessitats i sentiments; comprendre la importància de l'empatia, el respecte mutu i la cooperació, i enfortir d'aquesta manera els vincles familiars. Així mateix, adquireixen eines que fomenten la convivència responsable i els permeten involucrar-se de manera activa, positiva i constructiva en la dinàmica familiar, participar en les activitats familiars, autoregular-se en el pla emocional i conductual, i gaudir del temps compartit.

Un cop acabades les sessions del paquet seleccionat, el mòdul de tancament ofereix una valuosa oportunitat perquè les persones participants repassin els canvis introduïts en les seves dinàmiques familiars i reflexionin sobre l'evolució aconseguida al llarg del procés. D'aquesta manera, el mòdul facilita una autoavaluació dels èxits assolits i contribueix a la definició de noves metes que garanteixin la continuïtat dels canvis, i també la capacitat d'afrontar els reptes que planteja la convivència familiar.

A més, el mòdul de tancament del programa ofereix a les famílies un espai de comiat i, al mateix temps, una oportunitat perquè les persones dinamitzadores ofereixin ajuda i es mostrin disponibles en futurs grups on se segueixin els paquets de la versió modular

flexible del programa. En acabar aquest mòdul no tan sols es viu un moment de tancament, sinó que també s'obre la possibilitat de mantenir el contacte, sigui a través dels successius paquets formatius o bé entre les mateixes famílies.

En aquest context acostuma a sorgir el suport social. Quan les sessions i les activitats fomenten un clima d'ajuda mútua, les persones participants poden establir vincles significatius que transcendeixen el grup. El suport social s'entén com les conductes mitjançant les quals les persones es donen suport tant dins del programa com en situacions externes. Tot i que no totes les famílies aconseguen establir aquestes connexions, és fonamental considerar les xarxes socials de suport que es puguin generar fora de les sessions i la manera de promoure'n la continuïtat. Alguns exemples del suport social que es pot desenvolupar durant el programa inclouen l'intercanvi de telèfons i la creació de grups de xat que continuen actius després de la sessió de tancament; l'amistat entre fills i filles, que es reuneixen fora del programa per jugar, mentre pares i mares aprofiten per conversar; el suport entre famílies en la cura de menors quan estan malalts per facilitar que els progenitors puguin treballar; o l'ajuda d'una família que recull els fills i filles d'una altra família en el cas que aquesta no ho pugui fer. Si s'han donat aquestes situacions, convé destacar-les com un element valuós i motivar les famílies a mantenir-les després del tancament del programa. Reconèixer i enfortir aquesta xarxa entre les famílies es pot convertir en un recurs transformador que potenciï les habilitats parentals.

En conclusió, el programa *Aprendre junts, créixer en família* no tan sols proporciona a les famílies eines i coneixements per enfortir la seva parentalitat i afavorir la cooperació i la convivència familiar, sinó que també fomenta un entorn de suport i col·laboració entre les persones participants.

Mòdul de tancament

Una família que creix

Objectius del mòdul

- Reforçar els aprenentatges per al desenvolupament de la parentalitat positiva i les xarxes de suport social entre les famílies participants.
- Identificar els canvis introduïts en la pràctica de la parentalitat positiva, com també els reptes amb els quals se'ls pot donar suport en un paquet successiu del programa modular flexible.
- Reforçar els aprenentatges orientats a la millora de la convivència familiar.
- Explorar el grau de compliment de les expectatives inicials i la satisfacció amb la formació.

Competències parentals

- Aplicació dels aprenentatges de parentalitat positiva i enfortiment de xarxes de suport mutu que contribueixin a la convivència i al benestar familiar.
- Reconeixement dels canvis i els èxits assolits en les seves pràctiques parentals, identificació dels reptes pendents i projecció de noves fites per consolidar les millores.

- Valoració del compliment de les expectatives d'aprenentatge, expressió del seu grau de satisfacció amb la formació rebuda i reconeixement del seu impacte en la vida familiar.

Competències dels fills i filles

- Reconeixement de la cooperació i la col·laboració en la vida familiar com a elements clau per al *benestar* comú.
- Valoració del rol actiu dels fills i filles en la millora de la convivència diària des de la perspectiva de la parentalitat positiva.
- Enfortiment de l'autoestima amb el reconeixement de capacitats i èxits, i amb el suport social.

Sessió per a pares i mares

Punt i seguit

- Activitat 1. Comprovar les meves qualitats com a pare o mare amb un acrònim
- Activitat 2. Ho recordem? Una mà d'expectatives
- Activitat 3. La motxilla, la rentadora i el cubell de les escombraries

Sessió per a fills i filles

Vet aquí un gos, vet aquí un gat...

- Activitat 1. Les cadires cooperatives
- Activitat 2. La motxilla, la rentadora i el cubell de les escombraries
- Activitat 3. Les meves qualitats a l'esquena

Sessió per a famílies

Fins aviat!

- Activitat 1. La diana de l'avaluació
- Activitat 2. Junts cap a casa

Sessió per a pares i mares

Aquesta és una última sessió del grup de pares i mares en el marc de la formació modular flexible del programa *Aprendre junts, créixer en família*. Per tant, es presenta com un espai idoni per a la reflexió individual i grupal sobre el recorregut que s'ha fet durant la formació, els èxits assolits, les expectatives relacionades amb l'exercici de la parentalitat positiva i el foment del suport social.

Al llarg del programa, les famílies han pogut abordar diversos aspectes del desenvolupament parental positiu. Aquest enfocament s'ha treballat des de tres dimensions: cognitiva, actitudinal-emocional i comportamental. S'ha introduït el concepte de parentalitat conscient i s'ha aprofundit en la seva rellevància per a la millora contínua i la transformació de la pràctica parental des de la perspectiva de la parentalitat positiva. En arribar al final del paquet modular flexible, la sessió de tancament es converteix en una oportunitat molt valuosa per reflexionar i prendre consciència dels canvis fets en aquesta direcció. És el moment de reconèixer les millores aconseguides, que han de perdurar més enllà de la formació, com també és el moment d'identificar els reptes futurs que encara queden per afrontar en el desenvolupament parental. Aquesta etapa també obre la porta a noves oportunitats de formació i creixement a les quals es pot donar seguiment amb altres paquets moduls flexibles o altres activitats.

En aquesta sessió dirigida als progenitors es duen a terme tres activitats que els han de permetre reflexionar sobre les seves competències parentals, tant abans de la formació com ara. Aquestes activitats els han d'ajudar, d'una banda, a identificar els canvis que han fet, i d'altra banda, a enfortir i consolidar els aprenentatges adquirits. Finalment, també s'avalua el compliment de les expectatives inicials i, en conseqüència, el grau de satisfacció amb la formació rebuda.



Sessió

Punt i seguit

Objectius

- Objectiu 1. Reforçar els aprenentatges per al desenvolupament de la parentalitat positiva i les xarxes de suport social entre les persones participants.
- Objectiu 2. Explorar el grau de compliment de les expectatives inicials i la satisfacció amb la formació.
- Objectiu 3. Identificar els canvis introduïts en la pràctica de la parentalitat positiva, com també els reptes per continuar creixent com a família.

Continguts

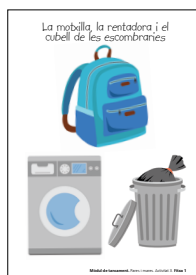
- Contingut 1. Estratègies de parentalitat positiva i construcció de vincles de suport social.
- Contingut 2. Grau de compliment de les expectatives inicials, utilitat percebuda i grau de satisfacció amb la formació rebuda en parentalitat positiva.
- Contingut 3. Reflexió sobre els canvis fets, les dificultats trobades, les necessitats d'acompanyament futur i les oportunitats en les dinàmiques familiars i en l'exercici parental.

Activitats

- Activitat 1. Comprovar les meves qualitats com a pare o mare amb un acrònim
- Activitat 2. Ho recordem? Una mà d'expectatives
- Activitat 3. La motxilla, la rentadora i el cubell de les escombraries

Materials

- Fulls en blanc
- Bolígrafs o retoladors de colors
- Les mans que es van crear a l'activitat «Una mà d'expectatives» a la primera sessió d'inici de la formació
- Cinta adhesiva
- Cartolines grans o paper d'embalar
- Fitxa 1. Pòster amb tres elements: motxilla, rentadora i cubell de les escombraries (versió per a adults)
- Notes adhesives de tres colors diferents



Fitxa 1. Pòster amb tres elements: motxilla, rentadora i cubell de les escombraries (versió per a adults)

Desenvolupament de la sessió

La sessió s'inicia explicant als membres del grup que faran diferents activitats orientades a reflexionar sobre el seu exercici parental al llarg de la formació i sobre els petits canvis introduïts, que milloren les dinàmiques familiars i la convivència. A més a més, es recordaran les expectatives que tenien en començar el programa i s'avaluarà si el programa les ha complert.

Durant aquesta sessió s'anima totes les persones participants a recordar el que han treballat durant la formació, els canvis implementats en la seva vida diària i el seu grau de satisfacció amb el programa. És un moment per fer balanç del seu desenvolupament competencial com a pares i mares, identificar les fites assolides (i si es corresponen amb les expectatives inicials) i establir compromisos futurs.

Activitat 1

Comprovar les meves qualitats com a pare o mare amb un acrònim

Treball en parelles

Treball en gran grup

20 minuts

Objectiu 1

Contingut 1

a. Introducció

La proposta per a aquesta activitat consisteix a reflexionar individualment sobre les competències parentals. Encara que es tracta d'una reflexió personal, es duu a terme en parelles per facilitar el suport mutu en el procés reflexiu. Aquesta activitat ja es va fer en el mòdul de presentació, a l'inici de la formació. Ara es repeteix de manera similar, però amb un nou objectiu: explorar les qualitats de les mares i els pares (competències, capacitats, etc.) que han canviat (i les que no) en el transcurs de la formació.

b. Desenvolupament

En aquesta activitat, les persones participants s'agrupen per parelles. S'ha de procurar que cada parella col·labori i es doni suport mútuament durant l'activitat. Es recomana tenir en compte les habilitats lectoescriptores de cada participant en formar les parelles,



de manera que siguin complementàries; les persones que tenen un domini lectoescriptor més alt poden donar suport a les que presenten algunes dificultats en aquest aspecte.

Com que el grup ja es coneix prou, és probable que les persones facin parella amb qui han creat vincles i se senten més còmodes. Tothom ha de seure en cadires, preferiblement en un espai que els permeti escriure amb comoditat. Cada participant ha de tenir un full en blanc i un bolígraf.

L'activitat consisteix a repetir l'exercici fet el primer dia de la formació, però aquesta vegada enfocant-se en un moment diferent: les qualitats desenvolupades al llarg de la formació. És fonamental insistir en aquesta instrucció, ja que no es tracta que repeteixin les mateixes paraules que van dir en la presentació inicial (tot i que ho poden fer si ho consideren necessari), sinó que reflexionin sobre les qualitats, les competències o les habilitats parentals que els representen millor actualment, després de l'experiència formativa.

Si alguna persona, tot i la indicació, considera que és necessari repetir la mateixa qualitat esmentada a l'inici, sigui perquè ha millorat o perquè en aquest moment s'ha desenvolupat d'una manera diferent o es concep amb algun altre matis, ho pot fer. Durant la posada en comú tindrà l'oportunitat de matisar allò que consideri rellevant i explicar perquè ha anotat la mateixa qualitat (competència, habilitat, etc.), i també quin sentit hi atribueix actualment en comparació amb el moment inicial de la formació.

Seguint les indicacions i les orientacions per a l'activitat, es convida les persones participants a pensar i escriure un acrònim utilitzant les lletres del seu nom. Per exemple, si el nom del pare és JOAN, haurà de pensar en una paraula que comenci amb la lletra J, una altra amb la lletra O, una altra amb la lletra A i una altra amb la lletra N.

L'objectiu és destacar les seves qualitats actuals en relació amb la parentalitat. Durant aquest procés és important que reflexionin individualment sobre si aquestes qualitats han canviat des de l'inici de la formació. Es defineixen ara com a pares o mares de manera diferent? En definitiva, es tracta de valorar com ha evolucionat el seu exercici parental a mesura que han avançat en la formació. Així, l'acrònim reflectirà la seva identitat actual com a pares i mares.

En el cas que la persona tingui un nom molt llarg o compost, es pot escollir un diminutiu o bé només un dels dos noms. Per exemple, si el nom és Maria Antònia, la persona podria escollir treballar només amb el nom Maria.

Una altra orientació que pot facilitar la persona dinamitzadora en cas que hi hagi participants amb dificultats per trobar una paraula en la llengua d'impartició de la sessió és suggerir que utilitzin la seva llengua materna i que després tradueixin el terme. Per exemple, si una mare es diu Saray, és de parla anglesa i no troba una paraula en català que descriu una qualitat que comenci amb la lletra S, pot utilitzar una paraula en anglès, per exemple, *sensible* (que significa 'prudent'), i després proporcionar la traducció al

català. D'aquesta manera, tot i que l'adjectiu no comenci amb S en català, sí que ho fa en la seva llengua materna.

Com s'ha dit a l'inici de l'activitat, tot i que és un exercici reflexiu individual que implica escriptura, es pot fer en parelles. D'aquesta manera, una persona pot ajudar l'altra en la creació del seu acrònim.

La persona dinamitzadora ha d'insistir que s'han d'utilitzar adjectius, qualitats o competències que les identifiquin no com a persones en sentit general, sinó com a pares i mares (identitat parental). És a dir, les característiques que ens interessin han d'estar relacionades amb ells i elles com a pares i mares, no com a professionals o en altres rols que puguin tenir. Així doncs, també s'ha d'explicar que algunes característiques poden tenir connotacions positives i unes altres potser negatives, però que totes són adequades per a la dinàmica perquè ningú no és un pare o una mare perfecta o ideal i sempre hi ha marge de millora. La persona dinamitzadora procurarà que reflexionin tenint en compte el que van escriure el primer dia i si creuen que ha canviat alguna qualitat.

Una vegada explicada l'activitat i ofertes les orientacions descrites anteriorment, es demana a cada persona participant que, de manera individual, escrigui el seu nom ben gran al paper. En cas necessari, pot comptar amb el suport d'una altra persona. A continuació, utilitzant cada lletra del seu nom, ha d'annotar una qualitat, una competència o un valor que la representi després d'haver fet la formació.

A la reflexió individual i l'escriptura de l'acrònim s'hi destinaran aproximadament 10 minuts. Es pot ajudar les persones participants donant-los alguns exemples de qualitats o competències parentals (empatia, límits, suport, afecte, paciència, escolta, temps, comunicació, cura, participació, coherència, protecció, orientació, observació, suport, confiança, responsabilitat, consistència, motivació, joc, supervisió, seguretat, flexibilitat, etc.).

Al final es reserven els 10 minuts restants perquè cada participant comparteixi el seu acrònim amb la resta del grup. Durant aquesta posada en comú se'ls anima a destacar com a mínim una qualitat que no van dir a la sessió de presentació inicial, però que sí que han inclòs aquesta vegada. A més, se'ls ha de demanar que justifiquin per què han afegit aquesta nova competència, qualitat o habilitat. La reflexió sobre com i per què han adquirit aquesta nova dimensió de la seva parentalitat serà un punt enriquidor de discussió i una font d'aprenentatge col·lectiu. El fet de presentar aquesta qualitat o habilitat en públic serà un reforç positiu amb un reconeixement explícit en públic de l'èxit i el progrés.

c. Conclusió

Tot i que el grup de pares i mares està format per persones molt diferents, és probable que moltes coincideixin en la idea de canviar o potenciar certes qualitats durant la formació.



En conseqüència, poden sorgir comentaris o reflexions similars. La persona dinamitzadora pot ajudar a identificar aquestes qualitats comunes i també pot destacar les diferències que ens fan únics com a pares i mares.

Com a conclusió, es recalca la importància de reflexionar de manera conscient sobre la parentalitat. Aquesta consciència sobre com actuem i qui som com a pares i mares permet modificar conductes i comportaments per millorar l'exercici parental. Durant aquesta sessió s'haurà reflexionat sobre les millores al llarg de la formació en competències parentals. Tanmateix, és fonamental recordar que aquest procés no implica que el repte estigui finalitzat per complet. En lloc de considerar-lo un punt final, s'hauria de veure com un punt i seguit en la nostra formació com a pares i mares. És cert que s'ha avançat i això ha estat possible gràcies a l'esforç de totes les persones participants, però sempre hi ha la possibilitat de seguir creixent i aprenent en aquesta tasca tan important. Els fills i les filles van creixent i això requerirà reajustaments en les competències parentals per donar resposta a les seves necessitats evolutives. En conseqüència, es conclou l'activitat convidant els pares i les mares a mantenir els canvis aconseguits buscant suports en la seva comunitat i a assumir nous compromisos en relació amb l'exercici parental.

Versió alternativa

Tal com es va plantejar en el mòdul de presentació de la formació modular flexible, és possible que alguns membres del grup ja hagin participat en un altre paquet del programa. En cas que algú ja hagi fet prèviament aquest mòdul de tancament, es proposa l'alternativa següent per evitar la repetició de l'activitat: fer-la utilitzant el nom d'un fill o filla en comptes del propi. D'aquesta manera, la dinàmica es manté, però es genera un acrònim diferent que els permet ampliar les possibilitats quan reflexionin sobre les seves qualitats parentals.

Activitat 2

Ho recordem? Una mà d'expectatives

Treball individual

Treball en gran grup

20 minuts

Objectiu 2

Contingut 2

a. Introducció

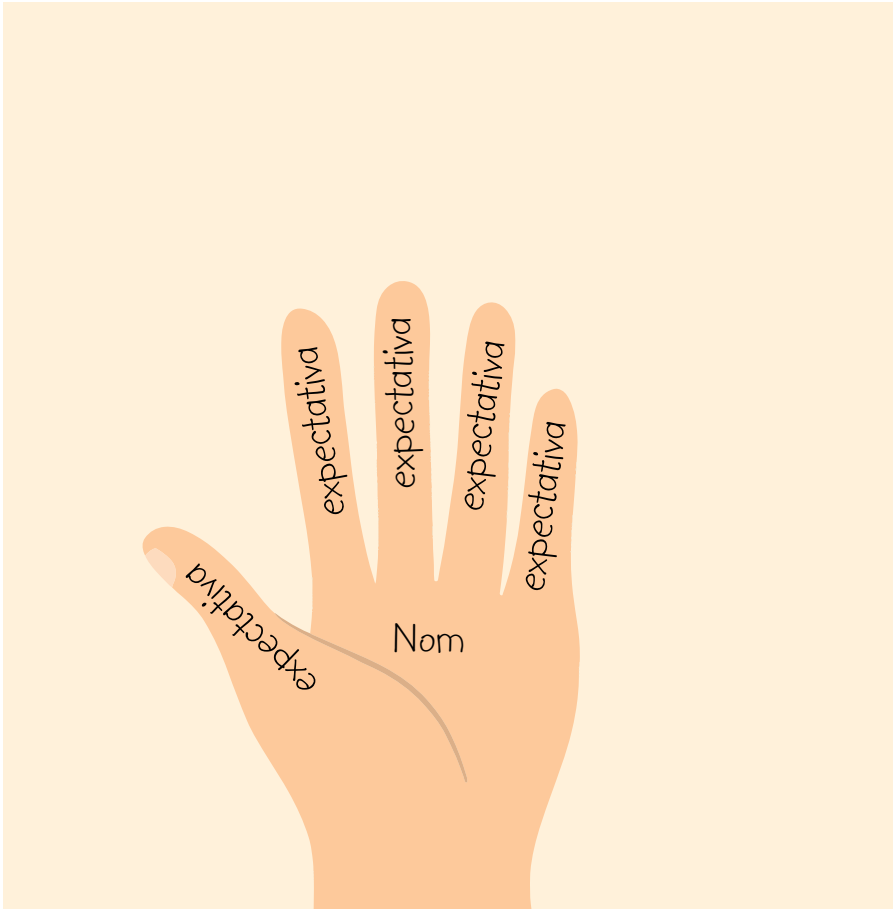
Aquesta activitat té com a objectiu reflexionar sobre les expectatives que les persones participants tenien en començar la formació (programa modular flexible) i avaluar si s'han complert o no, i també valorar la seva satisfacció amb el programa. Es presta una atenció especial a l'anàlisi dels aprenentatges adquirits, la metodologia utilitzada a les sessions i l'actitud mantinguda durant el procés.

b. Desenvolupament

Aquesta activitat consta de dues parts. En la sessió inicial es va portar a terme la dinàmica «Una mà d'expectatives». Cada participant va dibuixar la seva mà en una cartolina i va escriure-hi entre 1 i 5 expectatives relacionades amb la formació que estaven començant. Al final d'aquesta activitat, la persona dinamitzadora va recollir totes les «mans d'expectatives» i les va guardar (cada treball, identificat amb l'autoria corresponent). Ara, per a l'activitat que ens ocupa, és el moment de recuperar les cartolines i tornar-les a les persones que les van dibuixar.

La primera part de l'activitat consisteix a fer una reflexió individual sobre les expectatives que es tenien setmanes abans i avaluar si s'han complert al llarg del programa. Per això, es distribueix a cada persona la seva «mà d'expectatives» inicial. A continuació, se'ls demana que llegeixin les seves expectatives i reflexionin individualment sobre les qüestions següents:

- Quines expectatives tenies al principi de la formació? Què vas escriure a la teva mà?
- S'han complert les teves expectatives?
- Quines són les que no s'han complert? I per què no?
- Quines són les que sí que s'han complert? I com s'han complert?
- Hi ha altres expectatives que ara creus que sí que tenies i que no vas escriure?



En cada expectativa que tenien anotada en el seu treball inicial (sessió de presentació), després de la seva reflexió individual, se'ls demana que hi pintin cada dit (corresponent a una expectativa) amb un color que indiqui el grau de compliment:

- Si la expectativa s'ha complert totalment, pintaran el dit de verd.
- Si s'ha complert a mitges, el pintaran de taronja.
- Si no s'ha complert, el pintaran de vermell.

Per facilitar la reflexió individual es recomana projectar en una pantalla les preguntes suggerides per la persona dinamitzadora o anotar-les en una pissarra. A més, es pot mostrar una llegenda amb els colors que representen cada grau de compliment en un paper gran i visible a mode de recordatori.

Per a aquesta primera part de l'activitat disposaran de 15 minuts aproximadament. Un cop hagin pintat la mà d'expectatives, es durà a terme la posada en comú.

La persona dinamitzadora guiarà la posada en comú tenint en compte dos aspectes: les preguntes que ha fet per a la reflexió individual i els continguts treballats durant la formació. Així doncs, se suggereix que es relacionin les expectatives que es vagin enumerant (i el seu grau de compliment) amb els continguts específics que s'han treballat a les sessions seleccionades per a la versió modular flexible del programa *Aprendre junts, créixer en família*.

A la segona part de l'activitat es convida a unir totes les mans pintades en una cartolina gran (o diverses si és necessari). Si no hi ha cartolines disponibles, també es pot fer servir paper d'embalar. Cada persona hi enganxarà la seva mà d'expectatives de manera aleatòria.

Després es plantejarà aquesta pregunta:

— Què creieu que simbolitzen les vostres mans juntes en aquesta cartolina?

Es convida a tothom a compartir la seva opinió sobre aquesta unió de mans insistint que totes les respostes són vàlides i totes les metàfores o idees són correctes.

c. Conclusió

La persona dinamitzadora tancarà l'activitat reflexionant sobre una de les possibles metàfores o interpretacions que poden sorgir del *collage* de les mans. La cartolina simbolitza el grup durant el programa. Al llarg de les sessions s'han abordat temes personals i importants per a cadascuna de les persones que formen el grup. La col·laboració i el suport mutu han permès teixir una xarxa de suport social. Els colors pintats a les mans permeten fer-nos una idea visual del grau de compliment de les expectatives inicials. Cada pare o mare té la seva forma de fer, cada persona ha aportat al grup la seva experiència i els seus coneixements, de manera que han pogut aprendre els uns dels altres. Tot i que hi pot haver algunes expectatives diferents pel que fa a la formació, totes les persones del grup compartien una fita comuna: millorar i fomentar una parentalitat positiva i conscient. A més a més, aquesta comunitat pot transcendir la temporalitat del programa i algunes famílies es poden convertir en suport d'altres famílies del programa més enllà d'aquest i ampliar així la xarxa de suport social de què disposa cada família.



Activitat 3

La motxilla, la rentadora i el cubell de les escombraries

Dinàmica de reflexió individual i grupal

20 minuts

Objectiu 3

Contingut 3

a. Introducció

El propòsit d'aquesta activitat és fomentar la reflexió entre les persones participants sobre els aprenentatges adquirits durant les sessions.

b. Desenvolupament

S'enganxa a la paret o en una pissarra un pòster amb tres fotografies dels elements següents; una d'una motxilla, una altra d'una rentadora i una altra d'un cubell de les escombraries (fitxa 1, p. 25)

La persona dinamitzadora pot imprimir cada element (motxilla, rentadora i cubell de les escombraries) en un DIN-A4 o en un DIN-A3. S'ha d'escollir l'opció que sigui més apropiada perquè cada element es vegi amb facilitat durant el desenvolupament de la sessió.

La persona dinamitzadora explica al grup què significa cada fotografia:

- **La motxilla:** Simbolitza tot el que s'ha après durant les sessions i el que ens volem endur a casa. Inclou elements relacionats amb el rol de mare o pare, continguts per millorar les habilitats parentals i situacions positives.
- **La rentadora:** Representa el que hem de canviar en nosaltres mateixos. Al·ludeix a aspectes personals potencialment positius que cal ajustar o replantejar.
- **El cubell de les escombraries:** Reflecteix allò que no volem, el que sobra i hem d'eliminar. Aquí podem reflexionar sobre característiques personals que volem canviar, conductes o comportaments poc útils i situacions que no contribueixen positivament al desenvolupament familiar.

La persona encarregada de dinamitzar l'activitat lliurarà a cada participant tres notes adhesives de tres colors diferents. Cada color s'associa amb un element gràfic: la motxilla, la rentadora i el cubell de les escombraries. Després s'explica a les persones

participants que han de pensar en alguna cosa que vulguin «endur-se» a la motxilla, «rentar» a la rentadora o «llençar» al cubell de les escombraries. Poden considerar tant habilitats adquirides com aprenentatges, idees, sentiments, accions, persones o situacions relacionades amb l'exercici parental i la formació que han rebut en aquest sentit.

Per dur a terme l'activitat, cada persona reflexiona individualment sobre el que desitja col·locar dins la motxilla, la rentadora o el cubell de les escombraries. Després escriu a la nota adhesiva del color corresponent allò que desitja situar a cadascun dels elements gràfics. Ha d'escriure com a mínim una cosa per nota adhesiva de cada color (element gràfic).

Després, es convida una per una les persones participants a compartir el que han escrit i a explicar (si ho volen fer) el que han decidit conservar, el que desitgen canviar i el que volen deixar anar o rebutjar. Després podran enganxar les notes en el pòster corresponent a l'element gràfic. D'aquesta manera, tots els membres del grup podran participar en l'activitat.

En darrer lloc, la persona dinamitzadora dona peu a una discussió grupal per reflexionar sobre com han identificat els elements d'aprenentatge i canvi, i també quins els han estat més o menys difícils de reconèixer. En aquest punt els anima a agafar una o dues notes, en especial de les que han posat a la rentadora, que volen convertir en una de les seves properes fites.

d. Conclusió

Després de compartir les reflexions, la persona dinamitzadora resumeix els continguts esmentats durant la discussió grupal. També identifica punts comuns en els aprenentatges que els membres del grup voldrien mantenir, els elements que els agradaria canviar i les coses de les quals es voldrien desprendre. Finalment, és important considerar com «neteja» o canviarem els elements de la rentadora. Es tanca l'activitat recordant que encara queda feina per fer i que aquest no és el final del camí d'aprenentatge, sinó que és un punt i seguit. Com han pogut veure en l'activitat, les seves motxilles d'aprenentatge van carregades, però encara hi tenen espai per a nous aprenentatges en l'aventura de ser pares i mares. Finalment, se'ls anima a continuar mantenint els aprenentatges i els canvis aconseguits, i a assumir nous reptes en el context familiar.

La motxilla, la rentadora i el cubell de les escombraries



Sessió per a fills i filles

Aquesta serà l'última sessió dels infants en el marc de la formació modular flexible del programa *Aprendre junts, créixer en família*. Es tracta d'un espai especialment significatiu perquè reconeix els fills i filles no tan sols com a destinataris de la parentalitat positiva, sinó també com a agents actius i transformadors de la seva pròpia realitat familiar. Per tant, aquesta sessió és una oportunitat per recordar i compartir el que han après, i també per expressar com han sentit els canvis al llarg del programa. Durant les sessions grupals anteriors han explorat formes de cura i de relacionar-se en família que contribueixen al desenvolupament i la bona convivència familiar. En aquesta sessió de tancament es proposen activitats que els permetran prendre consciència dels canvis que han fet i que els ajuden a créixer feliços i a convida millor en família. Un desenvolupament positiu no depèn només dels pares i les mares, depèn del conjunt de persones que configuren la família i també de factors externs. En aquest context, tal com han experimentat al llarg de la formació, els fills i filles tenen un paper fonamental en la transformació de la vida familiar. Per això és important que els infants del programa puguin reconèixer els aprenentatges i canvis aconseguits, com també els reptes que encara els queden per superar i que poden assolir si continuen col·laborant en família i treballant junts cap a un objectiu comú.



Sessió

Vet aquí un gos, vet aquí un gat...

Objectius

- Objectiu 1. Valorar el suport familiar com un element per al seu benestar i el desenvolupament conjunt de la família.
- Objectiu 2. Reconèixer els aprenentatges adquirits durant el paquet formatiu.
- Objectiu 3. Enfortir la seva autoestima a través del reconeixement dels seus èxits i capacitats, com també del suport generat en el grup.

Continguts

- Contingut 1. La cooperació i la col·laboració com a elements bàsics del desenvolupament familiar i el benestar.
- Contingut 2. Principals aprenentatges sobre la parentalitat positiva i la participació activa dels fills i filles en la vida familiar.
- Contingut 3. Reconeixement d'èxits i capacitats personals amb reforç de l'autoestima juntament amb el valor del suport social del grup.

Activitats

- Activitat 1. Les cadires cooperatives
- Activitat 2. La motxilla, la rentadora i el cubell de les escombraries
- Activitat 3. Les meves qualitats a l'esquena

Materials

- Dispositiu per posar música
- Tantes cadires com participants hi hagi
- Notes adhesives de tres colors diferents
- Fulls en blanc
- Cinta adhesiva
- Bolígrafs o retoladors de colors
- Fitxa 1. Pòster amb tres elements: motxilla, rentadora i cubell de les escombraries (versió per a fills i filles)
- Fitxa 2. Pòster amb dos elements: motxilla i cubell de les escombraries (versió per a fills i filles adaptada)



Fitxa 1. Pòster amb tres elements: motxilla, rentadora i cubell de les escombraries (versió per a fills i filles)



Fitxa 2. Pòster amb dos elements: motxilla i cubell de les escombraries (versió per a fills i filles adaptada)

Desenvolupament de la sessió

Aquesta darrera trobada del grup de fills i filles representa un moment especial dins de la formació modular flexible del programa *Aprendre junts, créixer en família*. Aquesta sessió representa una oportunitat per reflexionar sobre el recorregut fet i els aprenentatges adquirits.

Al llarg de les sessions del programa s'ha abordat la importància del suport familiar com un element essencial per al seu desenvolupament i el de la família. S'han explorat diversos aspectes que fomenten una parentalitat positiva. Això s'ha treballat des de tres dimensions: cognitiva, actitudinal-emocional i comportamental. En aquesta sessió de fills i filles se centrarà l'atenció en l'impacte que aquests aprenentatges han tingut en la família i també en els èxits que s'han assolit gràcies a l'esforç de cada un dels membres de la família.

La sessió té com a finalitat oferir als infants un espai per valorar els canvis fets a la família, reflexionar sobre els coneixements adquirits i reforçar la seva autoestima. Al llarg de la formació s'ha emfatitzat el seu potencial i la seva capacitat per transformar la realitat familiar juntament amb els seus pares i mares. Aquesta trobada és una oportunitat excel·lent per recordar aquesta realitat i destacar els èxits assolits mirant cap al futur amb entusiasme i amb confiança en les capacitats familiars.

Les activitats d'aquesta sessió permetran valorar els èxits assolits i actuaran com un element motivador per continuar creant vincles i aliances amb els pares i les mares que promouran un desenvolupant familiar positiu.

Activitat 1

Les cadires cooperatives

Dinàmica grupal

20 minuts

Objectiu 1

Contingut 1

a. Introducció

En aquesta primera activitat es proposa una dinàmica amb cadires que requereix la cooperació del grup per assolir la fita del joc. A través d'aquesta dinàmica, divertida i en moviment, es busca fomentar una reflexió sobre el treball en equip i la col·laboració entre els nens i les nenes participants. Aquest joc ens permetrà establir un símil metafòric amb el funcionament de la família: junts podem aconseguir que les coses funcionin de manera òptima



b. Desenvolupament

Es tracta del joc tradicional de les cadires, en què totes les persones participants caminen al voltant d'un cercle de cadires mentre sona la música. Quan s'atura la música, tothom ha de seure. En aquesta versió cooperativa, però, no hi ha guanyadors ni perdedors; l'objectiu és ajudar-se mútuament perquè tothom aconsegueixi seure a les cadires com a mínim 5 segons sense que cap peu toqui a terra. La dificultat rau en el fet que cada vegada que la música es reinicia s'enretira una cadira.

Quantes cadires caldrà perquè tot el grup es pugui mantenir? La idea és motivar que hi hagi el nombre de cadires més petit possible i fomentar la cooperació en el grup per assegurar que tothom és al damunt de les cadires i sense tocar a terra.

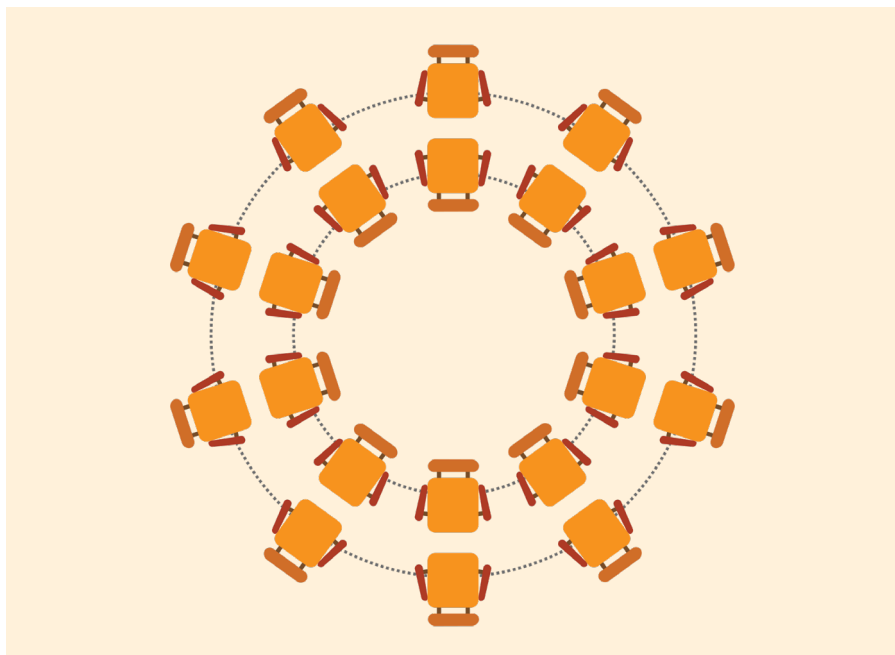
La persona dinamitzadora prepara les cadires en un cercle mirant cap enfora i controla la música. Cada vegada que s'atura la música, tothom ha de seure. Quan tothom hagi aconseguit seure, es torna a començar el joc, però s'enretira una cadira, es reorganitzen les que queden i la música torna a sonar. Aquest procés es repeteix fins que el grup no es pot mantenir sobre les cadires per manca d'espai. Es preveu un temps estimat de joc no superior als 10 minuts.

Una vegada acabat el joc, la persona dinamitzadora planteja al grup les preguntes següents:

- Com us heu sentit?
- El que ha passat en el joc de les cadires, en què creieu que s'assembla a la vida diària en família?
- Hi havia en el joc un objectiu comú? I en la família es comparteix un objectiu?
- Com és més fàcil assolir un objectiu? De manera individual o cooperant amb altres persones?

Es dediquen uns 5 minuts a compartir en grup el que tenen en comú el joc de les cadires i la vida quotidiana de la família. Aquest petit debat ha de permetre connectar l'activitat de les cadires amb les conclusions de la sessió. D'aquesta manera, el grup podrà entendre que no es tractava només de jugar «sense un propòsit», sinó que la cooperació i la col·laboració han estat la base del joc, com ho són també en el desenvolupament familiar. Junts, en família, tot és més fàcil, com en el joc de les cadires. La persona dinamitzadora, depenent del paquet modular, ajuda a centrar els temes en què creguin que ha estat necessària la seva cooperació per avançar com a família.

La persona dinamitzadora, si ho considera oportú, pot anotar a la pissarra o en un lloc visible algunes paraules clau que sorgeixin de la discussió, cosa que ajudarà a guiar la conclusió de l'activitat.



c. Conclusió

Els últims minuts de l'activitat es dediquen a la conclusió a partir del debat generat després del joc de les cadires. Com deuen haver pogut experimentar, aquesta variant del joc fomenta la col·laboració i la cooperació. No es tracta de guanyar de manera individual, sinó com a grup. La persona dinamitzadora pot ajudar a reflexionar sobre el fet que, tot i que no sempre totes les persones poden estar còmodament assegudes en una cadira, amb ajuda i col·laboració es pot aconseguir que totes es mantinguin damunt les cadires.

Aquesta dinàmica és una metàfora de la vida quotidiana. No sempre es pot fer el que ens agrada més o ens ve de gust, perquè hi ha normes, límits, rutines i obligacions, com anar a l'escola o col·laborar en les tasques de casa. Però si totes les persones de la família col·laboren, al final tothom hi surt guanyant: personalment, com a equip, com a grup o com a unitat familiar. Per exemple, si tots col·laboren en les tasques de casa, inclosos els fills i les filles, és més fàcil que el pare o la mare puguin compartir més temps amb la família, fer activitats d'oci familiar, ajudar els infants amb les tasques escolars, etc. La família té objectius comuns que només es poden assolir mitjançant l'ajuda mútua i el suport.



Activitat 2

La motxilla, la rentadora i el cubell de les escombraries

Treball individual o en parelles

Treball grupal

20 minuts

Objectiu 2

Contingut 2

a. Introducció

Es comença explicant a les persones participants que a continuació duran a terme una dinàmica anomenada «La motxilla, la rentadora i el cubell de les escombraries». Aquesta activitat els permetrà reflexionar sobre els aprenentatges assolits al llarg de les sessions formatives o els tallers del programa *Aprendre junts, créixer en família*.

b. Desenvolupament

Es col·loquen a la paret o la pissarra tres fotografies en un pòster, cadascuna amb un element diferent: una motxilla, una rentadora i un cubell de les escombraries (fitxa 1, p. 35)

S'explica a les persones participants el significat de cada fotografia:

- **La motxilla:** Simbolitza tot el que hem après durant les sessions i que ens volem endur a casa. Inclou aspectes relacionats amb la convivència familiar, coses que ajuden a millorar com a família i moments positius que hem viscut.
- **La rentadora:** Representa el que ens cal millorar o canviar en nosaltres mateixos o en la família. És com posar coses bones a la rentadora perquè surtin millorades, coses que poden ser positives, però que s'han d'ajustar; és a dir, posar dins la rentadora allò que creiem que es pot millorar. Això no implica necessàriament que estigui malament, sinó que té marge de millora.
- **El cubell de les escombraries:** Reflecteix el que no volem, el que sobra i hem d'eliminar. Aquí podem pensar en coses de nosaltres mateixos o de la família que volem canviar, comportaments que no ajuden i situacions o persones que no afavoreixen o que dificulten el desenvolupament positiu de la nostra família. Es tracta de rebutjar (llençar al cubell de les escombraries) les coses, els elements, els comportaments, etc. que no contribueixen positivament al nostre benestar ni al de la família.

Quan el grup ja sap quin és el significat de cada imatge en el context de l'activitat, es reparteixen a cada persona tres notes adhesives de diferents colors.

S'explica que cada nen o nena, de manera individual o en parelles, ha de pensar en alguna cosa que vulgui col·locar a la motxilla, a la rentadora i al cubell de les escombraries. Poden considerar habilitats adquirides, aprenentatges, idees, sentiments, actes, persones, situacions, etc., relacionats amb la formació duta a terme durant els tallers o el programa *Aprendre junts, créixer en família*.

En primer lloc, els participants reflexionen de manera individual o en parelles durant 10 minuts i escriuen els elements a cada nota adhesiva. Després, de manera voluntària, surten a explicar què han decidit que es quedaven, què volen canviar i què volen deixar anar o llençar, i enganxen les notes adhesives al pòster corresponent. Així, una per una, totes les persones participants poden compartir les seves reflexions amb la resta del grup.

c. Conclusió

Després de compartir les seves aportacions, la persona dinamitzadora resumeix els continguts abordats durant la posada en comú. Per fer-ho, guia les conclusions identificant els punts comuns en els aprenentatges que els membres del grup volen conservar, els aspectes que els agradaria modificar i les coses de les quals es volen desprendre. També ha de destacar els elements que volen «rentar» i animar cada nen i nena a pensar com pot transformar aquests aspectes per millorar-los i poder-los ficar dins la seva motxilla més endavant. Se'ls recorda que no estan sols ni soles, que tenen el suport de la família i que, com van observar en l'activitat anterior, les tasques fetes en equip o en família són més fàcils d'acabar.

Per acabar, se subratlla que encara hi ha feina per fer, però que no han de perdre de vista tot el que han aconseguit, que no és poc. Com deuen haver pogut observar durant l'activitat, les seves motxilles d'aprenentatge estan carregades, però encara tenen espai per a nous coneixements en l'aventura de compartir i créixer en família. Se'ls ha d'animar a continuar mantenint els aprenentatges i els canvis aconseguits, i a assumir nous reptes en la família. Per això els demana que escullin un dels elements de les notes adhesives sobre els quals els agradaria continuar aprenent. Com a conclusió se'ls llança una pregunta motivadora i desafiant: «Accepteu el repte?».

Versió alternativa

Per a nens i nenes de menys edat, si es considera difícil treballar la reflexió en tres nivells (guardar —a la motxilla—, millorar —a la rentadora— i desfer-se'n —a la bossa—), es pot utilitzar la metàfora dicotòmica de motxilla i cubell de les escombraries (fitxa 2, p. 36). Per tant, l'activitat seria la mateixa, però només presentant la motxilla i el cubell de les escombraries. Les persones participants han de pensar en les coses que es volen quedar (les que s'enduen a casa) i en les coses que no els serveixen (les que volen llençar o descartar).

La motxilla, la rentadora i el cubell de les escombraries



La motxilla i el cubell de les escombraries





Activitat 3

Les meves qualitats a l'esquena

Treball en gran grup
20 minuts

a. Introducció

Aquesta activitat té una doble finalitat. D'una banda, permet als nens i nenes acomiadar-se de les persones que han format part del grup de fills i filles del paquet modular flexible. D'altra banda, reforça l'autoestima dels infants perquè es ressalten les característiques o qualitats positives que cadascú ha aportat al grup. En aquest sentit es proposa fer un tancament de la formació, un comiat que, seguint la metàfora de l'activitat anterior, permeti expressar i compartir amb el grup el que ens enduem a la «motxilla» de cadascuna de les persones amb les quals hem compartit espai, temps i aprenentatges per ajudar que totes se sentin segures del que saben fer, valorin els seus èxits i descobreixin que el suport de la família i les amistats també els dona força per créixer i aprendre en equip. Això es resumeix en dues preguntes: «què t'enduu de mi?, i què m'enduc jo de tu?»

Se suggereix portar a terme aquesta activitat amb música de fons (a un volum moderat) i en un espai ampli que permeti caminar i trobar-se. Si és possible, seria interessant col·locar les cadires en un racó o fora de l'abast dels infants.

b. Desenvolupament

Es distribueixen fulls en blanc i un bolígraf o retolador a cada participant. La persona encarregada de dinamitzar l'activitat ha de tenir preparats diversos trossos de cinta adhesiva per repartir. S'explica que cada participant s'ha d'enganxar un full en blanc a l'esquena amb l'ajuda d'un company o companya.

L'activitat consisteix a moure's per la sala i aturar-se amb cadascun dels companys i companyes de l'activitat per escriure-li alguna cosa positiva al paper que té a l'esquena. Pot ser un missatge que vulguem transmetre, com per exemple «gràcies» o «espero que ens tornem a veure»; un adjectiu o una qualitat de la persona, com per exemple «ets molt simpàtica» o «m'ha agradat molt com ens has ajudat a tots»; o un moment o una experiència que hem viscut junts i de la qual vulguem que quedi constància perquè ens ha marcat, per exemple, «em va agradar quan ens vas explicar coses personals i m'hi vaig sentir identificada» o «va ser divertit quan vam jugar a l'activitat de...». No cal signar amb el nom, es pot deixar com un missatge anònim.

És fonamental insistir en la instrucció per al desenvolupament adequat d'aquesta activitat: s'ha d'escriure una paraula o frase que sigui positiva. Si algun dels fulls que duen a l'esquena els companys o companyes ja és ple o s'omple amb la nostra aportació, el podem girar i la persona dinamitzadora ens pot ajudar a tornar-lo a enganxar de nou. S'han de dedicar uns 10 minuts al desenvolupament d'aquesta part de l'activitat, en què els membres del grup s'escriuen missatges els uns als altres a l'esquena. A més, es pot posar música de fons per crear un ambient relaxat i agradable. Quan s'acaba el temps, s'apaga la música i entre tots s'ajuden a treure's el full de l'esquena. Cada persona podrà tenir «el seu full» amb les dedicatòries, les aportacions i els comentaris dels seus companys i companyes.

Es deixen uns minuts perquè cada persona pugui llegir el que li han escrit. Si alguna té dificultats de lectura, aquesta segona part es pot organitzar en parelles perquè s'ajudin els uns als altres.

Abans de passar a la conclusió, s'han de dedicar uns minuts perquè qui ho vulgui comparteixi amb els altres alguna de les coses que li han escrit i que li ha agradat especialment.

Versions alternatives

Segons les característiques del grup d'infants (com la seva capacitat d'escriptura, lectura i concentració), pot ser més complicada l'execució de l'activitat d'escriure a l'esquena d'un company o companya. En aquests casos, la persona dinamitzadora pot optar per una versió alternativa.

Versió alternativa 1 (per a nens i nenes que s'inicien en el procés d'escriptura).

En aquesta variant, en lloc d'escriure sobre un full, es proposa una activitat similar. Cada nen o nena també porta un full enganxat a l'esquena, però a cada participant se li han donat tantes notes adhesives com nens i nenes hi ha al grup. D'aquesta manera, cada participant té una nota adhesiva per company o companya. Se'ls donen alguns minuts perquè hi escriguin una paraula, un adjectiu o una qualitat de cada un dels companys o companyes o perquè facin un dibuix a cada nota. Cal recalcar al grup que han de respectar la indicació següent: la qualitat o l'adjectiu que hi escriguin o dibuixin ha de ser sempre positiu.

La persona dinamitzadora ha de passar per cada un dels nens i nenes per oferir la seva ajuda durant el temps d'escriptura o dibuix de les notes adhesives. Si ho considera oportú o veu que es podrien ajudar mútuament per escriure o dibuixar en les notes, els pot dir que hi ha la possibilitat de fer aquesta part de l'activitat en parelles. A continuació, l'activitat es desenvolupa com s'ha proposat abans: tots es mouen per la sala, amb



música de fons, buscant la persona a qui es dirigeix l'adjectiu o la qualitat que han escrit a la nota i li enganxen al full que duu a l'esquena. Quan s'acabi l'activitat, tothom ha de tenir el mateix nombre de notes enganxades a l'esquena: un per company o companya. Després, cada participant recupera el full que duu a l'esquena. Aquesta vegada, si la persona dinamitzadora considera que és difícil que puguin llegir o interpretar els dibuixos de les notes, pot preguntar als nens i nenes si volen compartir les coses que hi han anotat i ella mateixa ho llegeix al grup.

Versió alternativa 2 (per a nens i nenes amb dificultats clares d'escriptura). Aquesta variant està pensada per a grups en què una activitat que impliqui escriptura pugui generar dificultats que comprometin l'objectiu. En aquests casos es proposa substituir la part d'escriptura en full o notes adhesives per targetes que continguin paraules o dibuixos sobre adjectius o qualitats positius, prèviament preparats per la persona dinamitzadora. Els nens i les nenes poden escollir amb llibertat les targetes que volen assignar a cada company o companya i enganxar-les al full col·locat a la seva esquena.

c. Conclusió

Per concloure, es destaquen alguns dels adjectius i les qualitats que han sorgit entre els diferents participants i allò que cada un ha aportat de positiu als seus companys i companyes, així com al conjunt del grup. Es reforça la idea que totes les persones tenen potencialitats i qualitats que les fan úniques i especials, i que tenen un impacte positiu en les altres, com també en les seves famílies. Com hauran pogut veure al llarg de la formació, s'aconsegueixen moltes coses quan es treballa en equip i sempre es pot aprendre de les altres persones.

Aquest mateix principi s'aplica a casa, amb la família. Cada membre de la família aporta, amb tota seguretat, alguna cosa única i especial. Per exemple, potser la mare és molt bona escoltant-nos o detectant si alguna cosa ens preocupa. O potser el nostre germà gran sap sempre com fer-nos somriure, fins i tot quan estem tristos. S'ha d'emfatitzar la idea que el grup de formació, com la família, funciona perquè cada persona que el forma s'esforça i treballa perquè les coses vagin millor, tot i que no sempre surti tot com es planifica. Es tracta de trobar un objectiu comú i ajudar-se mútuament per assolir aquesta fita.

Sessió per a famílies

Ha arribat l'última sessió per a famílies coincidint amb la sessió final i les dues activitats de tancament. Aquesta vegada, les famílies participen en dues activitats que els han de permetre avaluar la formació rebuda i, al mateix temps, repassar en conjunt els aprenentatges que han compartit al llarg del programa.

La primera part de la sessió està pensada perquè tots els membres de les famílies avaluin diferents aspectes del programa, com els aprenentatges adquirits, la participació, el treball de les dinamitzadores, la metodologia de les sessions, els temes tractats i la seva utilitat. Aquesta activitat té dos objectius importants: d'una banda, fomentar la reflexió personal de cada participant sobre el que ha après, i d'altra banda, recollir informació valuosa que permeti a les persones dinamitzadores orientar millor les futures intervencions amb les famílies participants.

La segona part de la sessió, que ocupa gran part del temps, consisteix en un joc de taula similar als tradicionals jocs d'avançar de casella en casella fins a arribar a la meta. En aquest cas, però, només es pot avançar quan es responen preguntes relacionades amb els aprenentatges adquirits durant les sessions, les qualitats desenvolupades, les reflexions personals i els vincles creats entre les famílies. L'objectiu de l'activitat és fomentar la reflexió i l'avaluació, i oferir alhora un espai lúdic perquè les famílies gaudeixin juntes i s'acomiadin de manera positiva.



Sessió

Fins aviat!

Objectius

- Objectiu 1. Avaluar les sessions dutes a terme considerant els aprenentatges, la utilitat de les sessions, els temes tractats, la participació individual a cada sessió, les persones dinamitzadores i la metodologia utilitzada a les sessions.
- Objectiu 2. Facilitar el tancament del paquet modular flexible i la consolidació de vincles de suport social entre les famílies participants.

Continguts

- Contingut 1. L'avaluació de la formació rebuda en termes d'aprenentatges assolits, pertinença i utilitat dels temes tractats, grau de participació individual, rol de les persones dinamitzadores i adequació de la metodologia empleada.
- Contingut 2. El comiat com a tancament de la formació, reconeixement de l'experiència viscuda, manteniment de xarxes de suport social i enfortiment de la col·laboració entre famílies.

Activitats

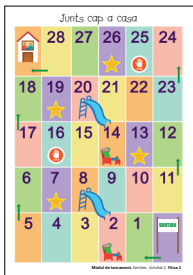
- Activitat 1. La diana d'avaluació
- Activitat 2. Junts cap a casa

Materials

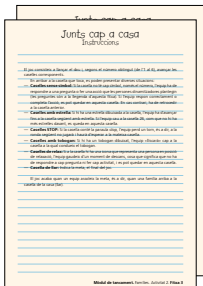
- Dau
- Petits elements o figures per jugar al joc de taula (un per a cada família)
- Fitxa 1. La diana de l'avaluació
- Fitxa 2. Tauler del joc «Junts cap a casa»
- Fitxa 3. Instruccions i llegenda del joc «Junts cap a casa»



Fitxa 1. La diana d'avaluació



Fitxa 2. Tauler del joc «Junts cap a casa»



Fitxa 3. Instruccions i llegenda del joc «Junts cap a casa»

Desenvolupament de la sessió

Es dona la benvinguda a les famílies en aquesta última sessió de la formació, que no tan sols marcarà el tancament d'un etapa del programa, sinó que també servirà com a comiat formal del grup. Tanmateix, això no implica una separació definitiva, ja que les famílies podran coincidir en altres espais i mantenir els llaços que s'han enfortit durant el programa.

Com en tota formació, és essencial portar a terme un exercici reflexiu que permeti avaluar l'experiència. Quins aspectes han funcionat bé? Quins elements es podrien millorar per a futures edicions? I quins temes relacionats amb la parentalitat positiva els agradaria continuar explorant?

Finalment, es convida les famílies a participar en un joc que fomenta la cooperació i que els permet compartir una meta comuna. Aquest moment de comiat s'ha de celebrar en un ambient amè i participatiu que convidi a reconèixer que aquest ha estat el seu espai familiar durant diverses setmanes i mereix fer-ne un tancament positiu.

Conduïxen la sessió les dues persones dinamitzadores de les sessions per a pares i mares i per a fills i filles.

Activitat 1

La diana d'avaluació

Treball de reflexió individual
20 minuts

a. Introducció

Després d'acabar una formació és fonamental per a les persones que organitzen i dinamitzen les sessions poder rebre les opinions i aportacions de les persones participants. Escoltar el grup de participants és crucial per comprendre el que han après, els aspectes que valoren positivament i els que no els han agradat o creuen que es poden millorar.

Aquesta activitat es duu a terme de manera individual. Cada participant disposa de la seva pròpia diana (fitxa 1, p. 47) per fer la seva avaluació.



b. Desenvolupament

Les persones dinamitzadores presenten la diana d'avaluació a tot el grup (fitxa 1). Aquesta diana consta de sis àrees avaluable, representada cadascuna en el punt exterior de la circumferència més gran. A l'exterior de la diana hi trobem el nom de l'àrea que s'ha d'avaluar acompanyada d'una icona que la representa.

Per portar a terme l'avaluació, cada persona ha de marcar amb una creu o un punt gran el lloc que correspon a la seva valoració: el 0, situat al centre, indica «gens», i el 10, situat a la vora exterior, indica «molt», amb un gradient que s'estén entre tots dos valors. La puntuació 0 se situa al mig de la diana, mentre que la puntuació 10 se situa a la part més externa. Per tant, si es fan marques a prop del centre, s'estan atorgant puntuacions baixes, i si es marca a prop de la vora exterior, s'estan donant puntuacions altes.

Les persones dinamitzadores expliquen el significat de cadascuna de les àrees d'avaluació començant per la primera àrea, situada a la part superior dreta de la diana, i avançant en el sentit de les agulles del rellotge.

Si es presenten dificultats de lectura o comprensió del procediment d'avaluació de la fitxa 1, es pot optar per fer l'activitat de manera grupal. En aquest format, s'explica cada àrea i s'aclareix el significat de puntuar en diferents ubicacions de la diana. Després, cada persona pot completar la seva pròpia diana seguint les instruccions generals proporcionades per les persones dinamitzadores.

Com que en les sessions familiars hi ha dues persones dinamitzadores, una es pot encarregar d'explicar cada àrea, mentre la segona ofereix suport a les persones que els calgui. Cal prestar una atenció especial als infants més petits, i també a les persones amb dificultats de comprensió lingüística o d'idioma.

Àrees d'avaluació:

- **Les persones dinamitzadores:** Pensa com avaluaries les persones que han dinamitzat les sessions durant el programa. T'ha agradat el seu tracte? T'han mostrat respecte? T'han escoltat? T'han animat a pensar i reflexionar? T'han ofert l'ajuda necessària?
- **La utilitat de les sessions:** Avalua com han estat d'útils les activitats realitzades. T'ha estat útil aquesta experiència?
- **Els aprenentatges adquirits:** Reflexiona sobre tots els coneixements que has adquirit durant les sessions. No pensis només en la quantitat, sinó també en la qualitat d'aquests aprenentatges. Potser no has après moltes coses, però les que has après són molt significatives, cosa que és un resultat positiu. I, en canvi, pot ser que hagis après molt, però que no hagi estat rellevant o significatiu per a tu, cosa que et podria portar a una avaluació menys positiva.

- **Els temes tractats:** Avalua les temàtiques que s’han abordat durant les sessions. Han estat suficients? Hi ha faltat algun tema important? Hi ha hagut temes sobrats? T’han semblat interessants i apropiats?
- **La teva participació:** Reflexiona sobre la teva pròpia participació al llarg de totes les sessions. Fes autocrítica. Hi has participat activament? Has compartit les teves experiències? Has col·laborat amb la resta de participants?
- **La metodologia utilitzada:** Avalua les metodologies que s’han aplicat durant les sessions, és a dir, el tipus d’activitats que s’han dut a terme. Per exemple, s’han fet dinàmiques, jocs, activitats de reflexió, tant individuals com grupals. T’han agradat aquestes metodologies?

Una vegada explicades les àrees d’avaluació, es distribueix una diana a cada participant, que l’ha de completar de manera individual. Les persones dinamitzadores han d’estar disponibles per resoldre qualsevol pregunta o dubte que sorgeixi.

Si s’escull l’opció de fer l’activitat en grup, es pot comentar cada àrea d’avaluació i dedicar un temps breu perquè cada participant respongui a la secció corresponent abans de passar a la següent.

Per emplenar la fitxa disposen d’un temps total aproximat de 10 minuts. Les persones dinamitzadores han d’insistir que **no s’ha d’escriure el nom a la fitxa** per garantir l’anonimat dels resultats, i han d’animar el grup de participants a respondre amb honestedat i sinceritat. A més, els han d’explicar que no hi ha respostes correctes o incorrectes, ja que l’objectiu és compartir opinions per identificar els aspectes que han estat ben rebuts i els que necessiten millores.

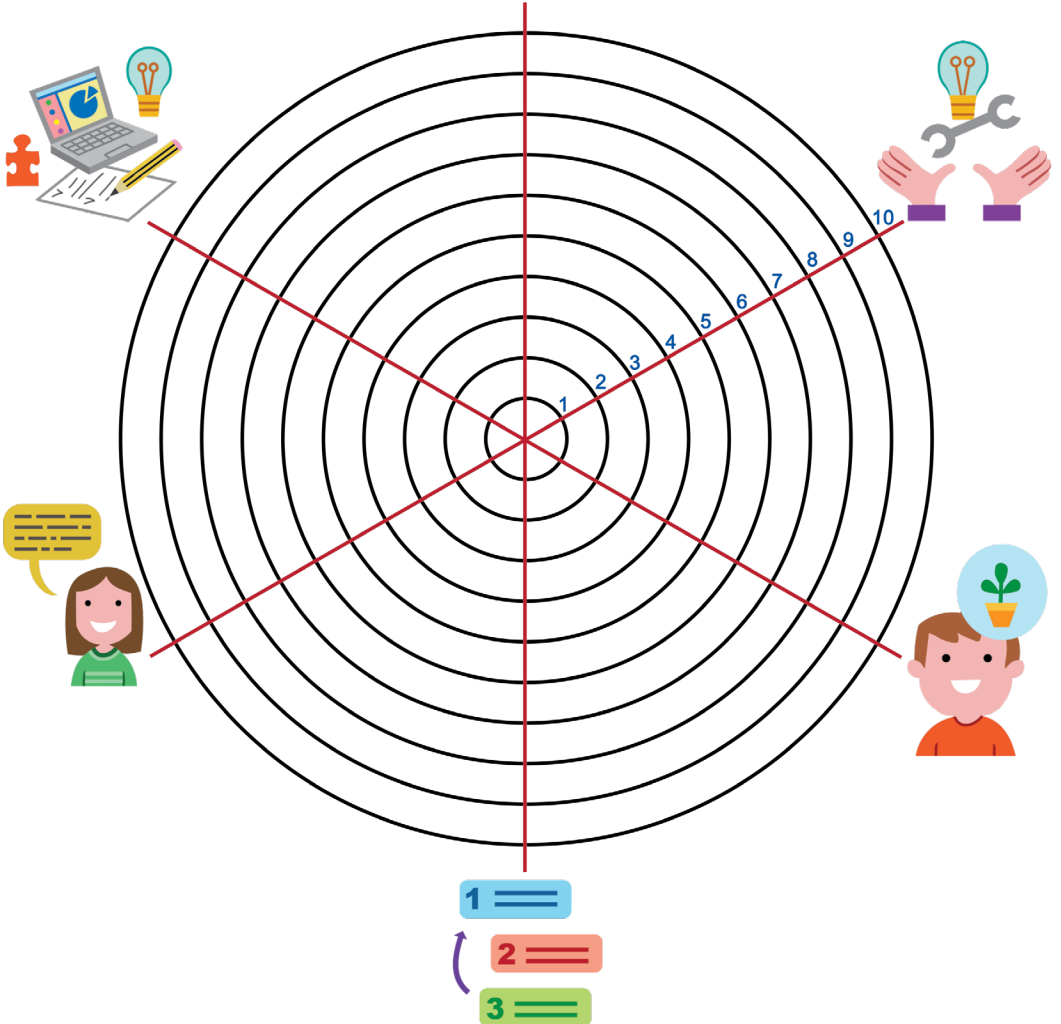
Al final, es lliuren les dianes emplenades a les persones dinamitzadores.

c. Conclusió

Es conclou indicant que, com que es tracta d’una avaluació individual, no s’han compartit els resultats de manera col·lectiva. És fonamental emfatitzar la importància de la sinceritat, ja que només a través de respostes honestes es pot conèixer l’opinió de cada participant. L’objectiu és identificar els aspectes que han funcionat bé i els que requereixen millores.

Al llarg de les sessions s’han avaluat entre els participants, s’han autoavaluat i també han avaluat les seves pròpies famílies. Amb la diana han repetit aquest procés afegint-hi l’avaluació de les sessions del programa. Les persones dinamitzadores disposaran ara d’una informació molt valuosa que els permetrà plantejar les millores necessàries per a edicions futures del programa.

La diana d'avaluació



Activitat 2

Junts cap a casa

Treball en grup
40 minuts

a. Introducció

Per tancar la sessió es proposa un joc de taula inspirat en el tradicional joc de l'oca. Per jugar-hi cal tenir un dau, el tauler del joc «Junts cap a casa» (fitxa 2, p. 50) i les instruccions i la llegenda del joc (fitxa 3, p. 51). Es recomana imprimir el tauler (fitxa 2) en la mida més gran possible i, si es pot, plastificar-lo perquè duri més.

Cada família participa en el joc com un equip, és a dir, es formen tants equips com nuclis familiars hi ha, i competeixen entre ells. Per identificar l'equip al tauler, cada família ha d'escollir un petit element o figura (que poden proporcionar les persones dinamitzadores), com una goma d'esborrar, una arracada, un anell, un lligacues, un pin, etc.

b. Desenvolupament

S'inicia l'activitat amb l'explicació del joc. Les persones dinamitzadores presenten el tauler i detallen la dinàmica del joc de taula. L'objectiu és avançar en equip al llarg del tauler fins a arribar a l'última casella, on hi ha la imatge d'una casa, símbol de la llar de cada família.

El joc consisteix a llançar el dau i, segons el número obtingut (de l'1 al 6), avançar les caselles corresponents. En arribar a la casella que toca, es poden donar diverses situacions:

- **Caselles sense símbol:** Si la casella no té cap símbol, només el número, l'equip ha de respondre a una pregunta o fer una acció que les persones dinamitzadores plantegin (les preguntes són a la fitxa 3, p. 51). Si l'equip respon correctament o completa l'acció, es pot quedar en aquesta casella. En cas contrari, ha de retrocedir a la casella anterior.
- **Caselles amb estrella:** Si hi ha una estrella dibuixada a la casella, l'equip ha d'avançar fins a la casella següent amb estrella. Si l'equip cau a la casella 26, com que no hi ha més estrelles més davant, es queda en aquesta casella.
- **Caselles STOP:** Si la casella conté la paraula *stop*, l'equip perd un torn, és a dir, a la ronda següent no jugarà i haurà d'esperar a la mateixa casella.
- **Caselles amb tobogan:** Si hi ha un tobogan dibuixat, l'equip «lliscarà» cap a la casella a la qual condueix el tobogan.
- **Caselles de relax:** Si a la casella hi ha una icona que representa algú relaxant-se, l'equip gaudeix d'un moment de relax, cosa que significa que no ha de respondre a cap pregunta ni ha de fer cap activitat, i es pot quedar en aquesta casella.
- **Casella de llar:** Indica la meta, el final del joc.



El joc acaba quan un equip assoleix la meta, és a dir, quan una família arriba a la casella de la casa (llar).

Les persones dinamitzadores s'encarreguen d'explicar les instruccions i els significats de cada casella, a més de respondre a qualsevol pregunta sobre el funcionament del joc.

Si el grup de famílies és nombrós i hi ha dues persones dinamitzadores presents a la sessió, es pot considerar l'opció de dividir l'activitat en dos grups i utilitzar dos taulars.

Una vegada tot està a punt per començar, es determina quin equip inicia la partida. Tots els equips tiren el dau i comença l'equip que obté el número més baix. L'equip amb el segon número més baix serà el següent i així successivament fins que tots tinguin el seu torn. Si dos equips treuen el mateix número, té prioritat per començar el que té el membre de la família de menys edat.

c. Conclusió

Durant totes les sessions s'ha treballat tant de manera individual com en grup, col·laborant amb altres nens, nenes, pares i mares, i amb diverses famílies. Aquesta activitat simbolitza que, després de tot l'esforç que s'ha fet, ara es forma un equip reforçat que vol avançar i arribar a casa, la seva llar. Només a través de la cooperació i el joc en equip, en què pares i mares col·laboren amb fills i filles, podran avançar cap a aquesta llar. Tanmateix, arribar a la llar no és la meta final; implica que han de continuar treballant, comunicant-se i ajudant-se mútuament.

Valoració i tancament de la sessió

Per tancar la sessió i el programa de formació cal obrir un espai perquè totes les famílies s'asseguin fent una rotllana. Les persones dinamitzadores expressen el seu agraïment per la participació activa al llarg de totes les sessions i feliciten cada família per haver arribat fins aquí. És fonamental reconèixer l'aprenentatge i l'esforç fets durant les últimes setmanes, com també els aspectes positius que s'han generat i que ara s'enduran.

Se'ls recorda que, tot i que han culminat el programa i ja no estaran acompanyats regularment per les persones dinamitzadores, continuaran tenint la possibilitat de recórrer al seu suport si el necessiten. També cal emfatitzar la importància de mantenir el contacte amb les altres famílies, ja que els vincles creats són valuosos i poden servir de suport mutu, com ha estat fins ara.

Junts cap a casa

 ←	28	27	26 ★	25 STOP	24
18 ↑	19 ★	20 Slide	21	22	23 ↑
17 ↑	16 STOP	15	14 Person sitting	13 ★	12 ↑
6 ↑	7 ★	8 Slide	9	10	11 ↑
5 ↑	4	3	2 Person sitting	1 ←	SORTIDA

Junts cap a casa

Instruccions

El joc consisteix a llançar el dau i, segons el número obtingut (de l'1 al 6), avançar les caselles corresponents.

En arribar a la casella que toca, es poden presentar diverses situacions:

- **Caselles sense símbol:** Si la casella no té cap símbol, només el número, l'equip ha de respondre a una pregunta o fer una acció que les persones dinamitzadores plantegin (les preguntes són a la llegenda d'aquesta fitxa). Si l'equip respon correctament o completa l'acció, es pot quedar en aquesta casella. En cas contrari, ha de retrocedir a la casella anterior.
- **Caselles amb estrella:** Si hi ha una estrella dibuixada a la casella, l'equip ha d'avançar fins a la casella següent amb estrella. Si l'equip cau a la casella 26, com que no hi ha més estrelles davant, es queda en aquesta casella.
- **Caselles STOP:** Si la casella conté la paraula *stop*, l'equip perd un torn, és a dir, a la ronda següent no jugarà i haurà d'esperar a la mateixa casella.
- **Caselles amb tobogan:** Si hi ha un tobogan dibuixat, l'equip «lliscarà» cap a la casella a la qual condueix el tobogan.
- **Caselles de relax:** Si a la casella hi ha una icona que representa una persona en posició de relaxació, l'equip gaudeix d'un moment de descans, cosa que significa que no ha de respondre a cap pregunta ni fer cap activitat, i es pot quedar en aquesta casella.
- **Casella de llar:** Indica la meta, el final del joc.

El joc acaba quan un equip assoleix la meta, és a dir, quan una família arriba a la casella de la casa (llar).

Junts cap a casa

Llegenda de les caselles

Pregunta o activitat que es troba a la casella

- 1 Què ha canviat a la família des que heu vingut a les sessions?
- 2 Relax. Podeu descansar perquè no hi ha preguntes per a l'equip.
- 3 Quina activitat us ha agradat més?
- 4 Quina ha estat la família amb qui heu creat un vincle més fort durant el programa?
- 5 Dieu una cosa que us hagi agradat de la persona que ha dinamitzat la sessió de nens i nenes.
- 6 Dieu una cosa que us hagi agradat de la persona que ha dinamitzat la sessió de pares i mares.
- 7 L'estrella indica que podeu avançar fins a l'estrella següent.
- 8 El tobogan indica que heu de retrocedir fins a la casella 2.
- 9 Quina activitat o quin tema creieu que es pot millorar en el futur?
- 10 Quins són els aprenentatges més significatius que us endueu?
- 11 Què és el que més us ha agradat de les sessions de família?
- 12 Toqueu o abraceu el pare o mare que ha participat més durant les sessions.
- 13 L'estrella indica que podeu avançar fins a l'estrella següent.
- 14 Relax. Podeu descansar, no hi ha preguntes per a l'equip.
- 15 Quina família us hauria agradat conèixer millor, però no n'heu tingut l'oportunitat?
- 16 STOP. Perdeu un torn. En el torn següent no podreu llançar el dau ni avançar.
- 17 En quins temes relacionats amb la parentalitat o la família us agradaria aprofundir en futures formacions?
- 18 Com us plantegeu continuar treballant els aprenentatges adquirits en el programa?
- 19 L'estrella indica que podeu avançar fins a l'estrella següent.
- 20 El tobogan indica que heu de retrocedir fins a la casella 14.
- 21 Què us hauria agradat haver après i no s'ha treballat?
- 22 Abraceu un nen o nena que hagi estat molt participatiu.

Tipus de paper utilitzats en aquesta publicació.

Paper de la coberta:

Vandia, cartolina gràfica FSC de 200 g

Paper interior:

Navigator, òfset blanc FSC de 100 g





Pots descarregar
els materials de les
activitats amb aquest QR.



Fundació "la Caixa"