



Aprendre
junts, créixer
en família
Recordant el
que hem après



8

Aprendre
junts, créixer
en família

Recordant el
que hem après



Obra Social "la Caixa"

Per tal d'evitar la repetició excessiva de formes dobles en el text (nens i nenes, fills i filles, pares i mares, etc.) i agilitzar-ne la lectura, s'ha optat pel masculí morfològic (gènere no marcat), que té valor genèric en les llengües romàniques. Aquest ús normatiu és recomanable, dins el marc d'un llenguatge no sexista, en els casos de contínua repetició dels mateixos termes.

EDICIÓ:

Fundació Bancària "la Caixa"

AUTORS:

Universitat de Barcelona

Pere Amorós

Núria Fuentes

Ainoa Mateos

Crescència Pastor

Universitat de La Laguna

M.^a José Rodrigo

Sonia Byrne

Universitat de Lleida

M. Àngels Balsells

Universitat de Las Palmas de Gran Canaria

Juan Carlos Martín

Mónica Guerra

DIRECCIÓ DEL PROJECTE

Pere Amorós (Universitat de Barcelona)

DISSENY GRÀFIC:

Cèl·lula Acció Creativa, SL

IL·LUSTRACIONS:

Imma Itxart

CORRECCIÓ LINGÜÍSTICA:

Isidro Sánchez

TRADUCCIÓ:

Esther Barnet i Joaquim Obrador

IMPRESSIÓ:

Milimétrica Producciones

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

3a Edició, 2016

Pl. Weyler, 3 – 07001 Palma

D. L.: B 13385-2016

Índex

Introducció 5

Sessions per a pares 9

Sessió 1: Oportunitats de millora..... 10

Sessió 2: Els canvis produïts..... 13

Sessions per a fills 18

Sessió 1: Canvis en positiu 20

Sessió 2: Opinem 22

Sessions per a famílies..... 28

Sessió 1: La família evoluciona..... 30

Sessió 2: Aprendre junts, créixer en família 33



Mòdul 8

Recordant el que hem après

Les activitats proposades en els diferents mòduls tenen com a finalitat la promoció de competències que permetin el desenvolupament autònom de les famílies. Els diferents mòduls del programa han treballat les necessitats de les famílies: d'una banda, amb els pares; de l'altra, amb els fills, i finalment, amb el conjunt de la família (pares i fills).

El que es pretén amb aquesta metodologia és aconseguir una coresponsabilitat en la tasca educativa dels fills. L'objectiu del mètode se centra en la promoció de la parentalitat positiva. Per fer-ho, s'han treballat els següents elements de suport, amb la finalitat d'afavorir un conjunt de conductes positives que procuraran el benestar dels nens: 1) els lligams afectius a la família, 2) les pràctiques educatives, 3) la comunicació, 4) el context escolar: suport escolar, coresponsabilitat i ús de les tecnologies, 5) el temps de lleure i els recursos comunitaris i 6) afrontar els reptes quotidians.

Aquest mòdul té com a objectiu reforçar i reflexionar, al cap de quatre mesos de la participació en el programa, sobre els elements principals que faciliten la parentalitat positiva. Té com a finalitat valorar si els canvis o els aprenentatges adquirits durant el desenvolupament del programa es mantenen uns quants

mesos després d'haver-hi participat (crystal·lització del canvi). També es pretén recollir informació sobre el grau de satisfacció i conèixer la valoració que fan els participants respecte de l'aprofitament de les activitats, després de l'oportunitat de posar-les en pràctica en els mesos posteriors a la realització del programa.

Mòdul 8

Recordant el que hem après

Objectiu general

Reforçar els aprenentatges per al desenvolupament de la parentalitat positiva.
Avaluar la cristal·lització del canvi.

Competències

Calidesa i afecte en les relacions.
Sensibilitat davant les necessitats infantils. Percepció ajustada del rol dels fills. Percepció ajustada del rol parental. Responsabilitat davant el benestar dels fills. Establiment de normes clares, raonades i necessàries.
Control i supervisió del comportament infantil.
Escolta activa.
Ajust comportamental.
Implicació en la tasca educativa.
Estimulació i suport de l'aprenentatge dels fills.
Estratègies per adquirir hàbits escolars i d'higiene que fomentin l'assoliment dels èxits acadèmics i la integració escolar.
Regulació de l'ús de les tecnologies. Estratègies de lleure compartit.

Sessions

Pares:

- Oportunitats de millora
- Els canvis produïts

Fills:

- Canvis en positiu
- Opinem

Família:

- La família evoluciona
- Aprendre junts, créixer en família



Sessions per a pares

Entre les necessitats de les persones, especialment dels nens, hi ha les relacionades amb l'afecte. Les relacions afectives tenen un paper molt important en el seu desenvolupament.

La qualitat d'aquests lligams incideix directament en l'autoestima i l'autoconcepte. Per facilitar que els nens tinguin valoracions positives de si mateixos (autoestima i autoconcepte), és important que rebin afecte i valoracions positives d'altres persones, especialment dels seus progenitors. Proporcionar-los un entorn segur i estable n'afavorirà el desenvolupament positiu, i contribuirà que se sentin estimats i acceptats pel seu entorn.

És important que els pares, com a models de referència, afrontin les situacions difícils units en família, amb afecte i donant-se suport.

La vida diària està plena d'aquestes situacions complicades, entre elles, afrontar els reptes educatius dels fills. Les famílies tenen un paper molt important en aquesta tasca educativa i és necessària la coresponsabilitat entre l'escola i l'àmbit familiar, com també la coresponsabilitat entre la parella i entre els membres de la família.

Sessió 1

Oportunitats de millora

Objectius

Reflexionar sobre els canvis que es produeixen en els llaços afectius amb els fills i les seves implicacions en la vida quotidiana.

Continguts

Els llaços afectius i l'afrontament de les situacions quotidianes.

Activitats

Activitat 1: Nous aprenentatges, noves relacions.
Activitat 2: Afrontant el dia a dia.

Materials i recursos:

USB "Ets el meu model" (mòdul 1, sessió 2).
USB "Regulant les emocions" (mòdul 7, sessió 1).

Desenvolupament de la sessió

Aquesta activitat està dedicada a l'avaluació dels canvis produïts pel que fa als llaços afectius i com han afectat aquests la vida quotidiana. Per això, es duran a terme dues activitats en què es repassaran els continguts treballats en el mòdul 1 i en el mòdul 7, a fi de refrescar els aprenentatges fets al llarg del programa pel que fa a l'afectivitat i l'afrontament de les situacions quotidianes. La finalitat de les dues activitats és ajudar els participants a reflexionar sobre aquells elements que han posat en pràctica al llarg d'aquests mesos.

Activitat 1

Nous aprenentatges, noves relacions

Videofòrum.
Treball en grup.
Treball per parelles (família).
Discussió de grup.
30 minuts.

a. Introducció

S'inicia l'activitat agraïnt la disposició dels participants perquè ens trobem de nou i se'ls explica que, després dels mesos passats, segurament han pogut posar en pràctica algunes de les orientacions i reflexions que es van fer durant el curs. Ara ens agradaria que, d'una manera amena, recordéssim alguns d'aquests continguts i orientacions.

b. Desenvolupament

ACTIVITAT 1. PART 1

Per facilitar el record del que s'ha après en el mòdul, es visualitzarà el vídeo "Ets el meu model" (correspon al vídeo visionat al mòdul 1, sessió 2).

Per introduir-lo, s'explicarà al grup que es passarà un vídeo que ja van veure a les sessions anteriors amb un seguit de seqüències que mostren la influència de les relacions afectives a la família sobre les relacions que s'estableixen més endavant amb els iguals.

Se'ls indica que mirin aquestes escenes i que diguin si ells han pogut incorporar algunes d'aquestes situacions en la seva vida quotidiana.

Orientacions per a la reflexió sobre l'afecte:

- Cal valorar la importància de l'afecte dels pares per ser comprensius amb les necessitats afectives dels nens.
- Tant la falta d'afecte com la sobreprotecció poden no beneficiar els nostres fills.
- Fomentar relacions d'afecte positives a la família per aconseguir el desenvolupament òptim de tots els membres que la formen.



- Els nens posen en pràctica amb els seus amics i companys les formes de relacionar-se que observen en els membres de la seva família.

Una vegada repassats els elements clau del mòdul 1, la persona dinamitzadora anota en unes cartolines en forma de núvol alguns “recordes” relacionats amb el mòdul de vinculació afectiva. Es poden escriure dos “recordes” dels que figuren a les orientacions, com també proposar que els participants en recordin d’altres, o bé recuperant-los d’alguna anècdota sorgida durant la realització del mòdul.

ACTIVITAT 1. PART 2

Més endavant, per promoure la reflexió, el dinamitzador els convidarà a compartir les seves reflexions per mitjà d’una sèrie de preguntes que li permetran valorar el procés de cristallització dels aprenentatges rebuts.

Orientacions per a la discussió de grup:

- S’han produït millores en la relació d’afecte amb els vostres fills i filles?
- Quins elements considereu que han afavorit aquestes millores? Quins altres han dificultat el canvi?
- Exposeu-ne alguns exemples
- Què podeu fer per continuar millorant a partir d’ara?

Es recomana prendre nota en un document o gravar en àudio les aportacions que sorgeixin en la discussió del grup (reflexió) per recollir evidències de la cristallització dels canvis produïts després de la participació en el programa.

c. Conclusió

Per acabar l’activitat, s’assenyalarà que és important que continuïn treballant en la creació de lligams afectius estables i sans amb els seus fills per fomentar-ne el desenvolupament i l’autonomia.

La manera en la qual els progenitors responem a les necessitats afectives dels nostres fills repercuteix directament en la seva autoestima.

La relació que establím amb els nostres fills té una gran importància en el que ells senten i pensen de si mateixos.

Tant la falta d’afecte com la sobreprotecció poden influir negativament en el desenvolupament dels nostres fills.

La manera en la qual els membres de la família es relacionen és el primer model que segueixen els nostres fills a l’hora de relacionar-se.

Els nens posen en pràctica amb els seus amics i companys les formes de relacionar-se que observen en els membres de la seva família.

Hem d’implicar els nostres fills en les decisions quotidianes, per a la qual cosa hem d’escoltar el que ells tenen a dir-hi perquè són una part important de la família.

Activitat 2

Afrontant el dia a dia

Videofòrum.

Treball en grup.

Treball per parelles (família).

Discussió de grup.

30 minuts.

a. Introducció

S'introdueix l'activitat explicant que, de la mateixa manera que en l'anterior, s'iniciarà l'activitat repassant el que s'ha après al llarg del mòdul 7, en què van treballar alguns aspectes importants per afrontar els reptes quotidians que es presenten en la vida familiar.

b. Desenvolupament

ACTIVITAT 2. PART 1

Per facilitar el record del que s'ha après en el mòdul, es visualitzarà el vídeo "Regulant les emocions" (correspon al vídeo visionat al mòdul 7, sessió 1).

Per introduir-lo, s'explicarà al grup que en aquesta activitat es presenten als participants una sèrie de vídeos en què els pares regulen de diferents maneres les emocions negatives dels seus fills:

Vídeo 1

Aquesta estratègia consisteix a ignorar les emocions negatives i mirar de substituir-les per d'altres de positives. Amb aquest mètode, la nena no és conscient del que ha sentit, sinó que simplement la mare la distreu del fet. No és tan negativa com altres situacions, però sols és correcta quan el disgust és molt gros i la mare sent que ha d'alleguir una mica la tensió abans de tornar a considerar l'emoció.

Vídeo 2

Aquesta estratègia consisteix en què els progenitors rebutgen les emocions negatives dels menors i les desaproven. Aquesta estratègia no permet

que els nens mostrin les seves emocions i aprenquin a reconèixer-les com a primer pas per poder controlar-les.

Vídeo 3

Aquesta estratègia es proposa promoure l'expressió controlada de les emocions negatives, proporcionant una guia al nen i sent empàtic amb ell. És una estratègia molt adequada.

Vídeo 4

Aquesta estratègia deixa que el nen expressi les seves emocions, però sense donar-li guia ni control. És un mètode molt inadequat, perquè el nen es deixa envair pels seus estats emocionals i no els sap controlar.

Més endavant s'acabarà de veure el vídeo rescatant algunes idees clau sobre l'afrontament de l'estrès:

- Les petites dificultats i complicacions quotidianes poden arribar a generar molt d'estrès i malestar en la família.
- Els sentiments negatius que es generen davant les situacions estressants poden augmentar encara més el nivell d'estrès que sentim. Si som capaços de transformar els sentiments negatius per sentiments positius, llavors podem reduir la sensació d'estrès que ens produeixen determinades situacions i afrontar-les d'una manera més efectiva.
- Els pares hem d'ajudar els nostres fills a identificar i analitzar les emocions negatives que senten en determinats moments, ja que aquesta és la millor manera d'afrontar-les.
- A través de l'anàlisi de les emocions negatives que senten els nostres fills, els podem ajudar a trobar la millor manera d'afrontar-les i superar-les.

Un cop repassats els elements clau, la persona dinamitzadora anota en unes cartolines en forma de núvol alguns "records" relacionats amb



el maneig de les situacions d'estrès, i es proposa als participants que en recordin d'altres. Se'ls pot ajudar a recuperar els records assenyalant alguna anècdota sorgida durant la realització del mòdul.

ACTIVITAT 2. PART 2

A partir de les aportacions del grup, el dinamitzador els convidarà a compartir les seves reflexions per mitjà d'una sèrie de preguntes que li permetran valorar el procés de cristallització dels aprenentatges rebuts.

Orientacions per a la discussió de grup:

- Quin tipus de millores heu detectat en la manera d'afrontar les situacions d'estrès?
- Quins elements han afavorit aquestes millores? Quins altres han dificultat el canvi?
- Dels aprenentatges sobre el maneig de l'estrès, què heu pogut aplicar en major mesura? Exposeu-ne alguns exemples.
- Què podeu fer per continuar millorant a partir d'ara?

Es recomana prendre nota de la discussió de grup. Per fer-ho, el dinamitzador disposa de la fitxa resum 8.2. per sintetitzar les aportacions del grup i recollir les evidències avaluatives. Si és possible es gravarà la discussió de grup en àudio.

c. Conclusió

Per acabar l'activitat i la sessió, s'assenyalarà que és important que continuïn treballant en la creació de lligams afectius estables i sans amb els seus fills per fomentar-ne el desenvolupament i l'autonomia. S'afegirà que, tot i que la vida quotidiana és plena de situacions difícils, si creiem que podem manejar les situacions i afrontar-les de manera positiva, facilitarem que aquest canvi sigui possible. No podem evitar l'assetjament de les dificultats diàries, però sí que podem canviar com les afrontem, evitant que influeixin en la nostra família amb sentiments negatius que afectin l'estabilitat familiar.

Sessió 2

Els canvis produïts

Objectius

Valorar l'afrontament de les tasques educatives i la coordinació amb el context escolar.

Continguts

La creació de normes, el seguiment i la supervisió educativa.

Activitats

Activitat 1: Compromís educatiu.

Activitat 2: L'ús de les TIC.

Materials i recursos

USB "Tots junts és més fàcil" (mòdul 2, sessió 2).

USB "La meva família i les noves tecnologies" (mòdul 5, sessió 2).

Desenvolupament de la sessió

La segona sessió es destina a avaluar els canvis produïts pel que fa a les tasques educatives (establir normes i límits, la coresponsabilitat educativa, etc.) i la coordinació amb el context escolar.

Per fer-ho, es duran a terme dues activitats, una primera en la qual es repassaran els continguts treballats en el mòdul 2 (pràctiques educatives) i una altra que repassarà els continguts del mòdul 5 (context escolar, coresponsabilitat en el suport als fills, gestió de l'ús de les tecnologies, etc.) amb l'objectiu de poder recuperar els aprenentatges adquirits al llarg del programa i reflexionar sobre els canvis relacionats amb les tasques educatives i l'ús de les TIC: com ha evolucionat el procés de posar normes, la negociació d'aquestes, la supervisió del seu compliment, etc.

Activitat 1

Compromís educatiu

Videofòrum.

Treball en grup i en parella.

30 minuts.

a. Introducció

L'activitat s'inicia agraint als participants la seva assistència. Se'ls explica que, en aquesta sessió, recordaran alguns dels continguts i de les orientacions que es van treballar, fa uns mesos, en el programa respecte de la creació de normes, el seguiment i la supervisió educativa.

b. Desenvolupament

ACTIVITAT 1. PART 1

Per facilitar el record del que s'ha après en el mòdul 1, es veurà el vídeo de testimonis "Tots junts és més fàcil".

Per introduir-lo, s'explicarà al grup que el vídeo és el que ja van veure en el mòdul 2 i que hi apareixen testimonis de famílies que expliquen les seves experiències relacionades amb l'educació dels seus fills i com han aconseguit establir mecanismes per crear un bon clima, amb unes normes acceptades i seguides per tothom. Es tracta de testimonis que mostren diferents maneres d'establir normes i de fer-ne el seguiment; són normes i límits relacionats amb l'organització de la vida domèstica, amb les activitats escolars i extraescolars, com també amb els hàbits d'autonomia.

Abans de veure el vídeo es plantegen alguns elements en què els participants han de fixar la seva atenció per recordar el que ja van treballar en el mòdul 2 durant el programa:

- Les normes incloses en els testimonis, sobre quines qüestions s'han establert?; són necessàries?
- Han participat els fills en l'establiment de les normes? Com ho han fet?

- Quin mètode se segueix per comprovar que les normes es respecten?
- Què passa quan la norma no es compleix? Els nens saben què passarà si no es respecta la norma?

Un cop vist, el dinamitzador rescata algunes de les idees clau que apareixen en el vídeo i que s'havien treballat en el mòdul 2 per facilitar, així, que el grup de participants recordi el que ha après. Es pot utilitzar una diapositiva per acompanyar les idees que es presenten:

Orientacions per a la reflexió sobre pràctiques educatives:

- Algunes normes es poden decidir entre tots escoltant l'opinió i les raons dels nostres fills. Però no es tracta que "manin ells".
- Els pares mantenen la seva autoritat escoltant, parlant, interessant-se, donant suport i mostrant afecte als nens.
- Una reunió familiar és una bona manera que els membres de la família tinguin una conversa agradable i comparteixin un temps per decidir coses conjuntament.
- Compartir les decisions en família és molt important perquè els nostres fills siguin cada vegada més responsables i participatius.

ACTIVITAT 1. PART 2

La dinàmica d'aquesta activitat és la mateixa que la de la primera activitat de la sessió 1 de pares: mitjançant una de les cartolines es repassen els "records" més significatius sobre les pràctiques educatives.

- S'han produït millores en la creació de normes o pautes amb els vostres fills i filles?
- Quins elements han afavorit aquestes millores? Quins elements han dificultat el canvi en les pautes educatives?
- En el procés de canvi respecte a la creació de normes, hi han participat els nens i les nenes? Com s'ha gestionat (parlat, consensuat, etc.) amb la parella? Exposeu-ne exemples.

— Què us agradaria fer per continuar millorant?

Finalment es fa la posada en comú. Per això, es demana als grups que comentin algunes d'aquestes preguntes amb la resta del grup. Es recomana gravar en àudio la discussió i recollir les anotacions en paper dels grups en cas que es facin anotacions escrites.

El dinamitzador sintetitzarà la discussió de grup a la fitxa resum 7.3 amb la finalitat de recollir evidències avaluatives de la cristallització dels canvis produïts després d'haver participat en el programa.

c. Conclusió

Per acabar, es destaquen alguns elements importants per establir pautes educatives des de la coresponsabilitat i el foment del vincle entre la família i el context educatiu:

- És important que els pares mostrin compromís amb els temes escolars.
- Cal fixar normes i límits per garantir el funcionament familiar.

S'ha de promoure la coresponsabilitat en les pautes educatives a fi que tothom hi pugui aportar la seva opinió.

Activitat 2

L'ús de les TIC

Videofòrum.

Treball en grup i en parella.

30 minuts.

Introducció

Aquesta activitat està dedicada a recordar el treball fet en el programa respecte a la coordinació amb el context educatiu i la gestió de l'ús de les TIC (mòdul 5).

Desenvolupament

ACTIVITAT 2. PART 1

Per facilitar el record del que s'ha après en el mòdul 5, es veurà el vídeo de testimonis "La meua família i les noves tecnologies".

Per introduir-lo, s'explicarà al grup que el vídeo que veuran correspon al que van treballar en el mòdul 5 sobre les noves tecnologies.

Al vídeo apareixen testimonis de diferents famílies, que expliquen, si escau, quines TIC fan servir els seus fills, en què els ajuden aquestes TIC i en què els perjudiquen. A més, els testimonis expliquen què han fet perquè els ajudin, i si hi ha hagut problemes comenten com els han resolt.

S'indicarà al grup que pari una atenció especial a:

- Quin tipus de tecnologies es fan servir més?
- Com les fan servir?
- Com han resolt els conflictes que en deriven?
- Ha requerit la coordinació amb l'escola?

Un cop vist el vídeo, el dinamitzador rescata algunes de les idees clau que hi apareixen i que han treballat durant el mòdul 5, a fi de facilitar el record del que han après durant el programa. Es pot utilitzar una diapositiva com a eina de suport per a aquesta part de l'activitat. Algunes de les idees clau del mòdul 5 són:

- La comunicació entre pares i docents és fonamental per acompanyar el procés educatiu dels nostres fills.
- Parlar amb el professorat dels nostres fills i filles ens manté informats sobre els seus avenços, els seus progressos, les seves necessitats i també ens ajuda a compartir dubtes i trobar solucions conjuntes als problemes que identifiquem.
- A fi que la comunicació entre família i escola sigui fluida és fonamental confiar en la tasca que duu a terme el professorat i en l'ajuda que ens pot proporcionar.
- Encarregar-se de l'educació dels fills és responsabilitat tant dels pares com de les mares o altres tutors.
- Els recursos tecnològics formen part de la societat actual del coneixement i són una eina més per a l'aprenentatge i la socialització dels menors.
- De vegades, els nens, per al seu aprenentatge, necessiten recursos tecnològics que no tenim a casa, però sabem que existeixen llocs públics on els poden utilitzar.
- Si volem que les TIC siguin una oportunitat i no una amenaça per als nostres fills, hem de supervisar i regular l'ús que en fan promovent que aquest sigui responsable.
- Els continguts que consulten s'han de supervisar i seleccionar tenint en compte l'edat del nen o la nena.

ACTIVITAT 2. PART 2

La dinàmica es posa en pràctica de la mateixa manera que en l'exercici de la sessió anterior: per mitjà d'unes cartolines es repassen els "records" més significatius sobre les pràctiques educatives. A fi de valorar els canvis produïts després d'haver participat en el programa respecte de la coresponsabilitat educativa es demanarà que reflexionin (si és possible, prendran nota) sobre:

- S'han produït millores en l'ús de les TIC a casa?
- Quins elements han afavorit aquestes millores?
Quins altres han dificultat el canvi?

- Dels aprenentatges sobre l'ús de les TIC, s'han establert pautes educatives sobre l'ús de les TIC? Quin tipus de normes o límits s'han fixat?
- S'ha requerit el treball conjunt o coordinat amb l'escola per a l'aplicació de les normes d'ús de les TIC? Expliqueu-nos-en exemples.
- Què podeu fer per continuar millorant respecte a la regulació de l'ús de les TIC?

Si han pres nota de la reflexió individual o en parella, es recolliran per reunir més evidències avaluatives dels canvis fets durant aquests mesos.

Posteriorment es farà la posada en comú i la reflexió amb tot el grup. Si és possible, es prendrà nota o es gravarà en àudio la discussió del grup per disposar d'evidències avaluatives sobre la cristallització del canvi després de la participació en el programa.

Conclusió

Per acabar es destaquen alguns elements importants com a tancament de la sessió:

És important que els pares s'impliquin en l'ús que fan els seus fills i la seva família de les TIC, que ho supervisin i ho regulin. D'aquesta manera aconseguim que aquestes tecnologies es converteixin en una oportunitat i no en una amenaça. És fonamental que tinguin clar:

- On trobar els recursos si els necessiten.
- La necessitat de controlar i supervisar els continguts.
- La necessitat de regular-ne l'ús en favor d'una utilització responsable.



Sessions per a fills

Entre les necessitats bàsiques dels nens, hi ha la necessitat d'afecte. Tots tenim aquesta necessitat, tot i que, de vegades, no és fàcil expressar-la. Quan algú no se sent valorat pels altres, es pot generar una autovaloració negativa. En canvi, si els altres et mostren afecte i et valoren, això repercuteix positivament en la valoració que cadascú es fa de si mateix i, per tant, afecta positivament la construcció de l'autoconcepte i l'autoestima.

El fet que no es percebin aquestes demostracions d'afecte entre els membres de la família o amb els amics i les amigues no vol dir que no ens estimin, sinó que, de vegades, és difícil transmetre i interpretar l'afecte.

A més de l'afecte, hi ha altres necessitats que contribueixen a fer que ens sentim bé o malament. La vida quotidiana és plena de situacions positives, però també hi trobem problemes diaris que hem d'afrontar. Per plantar-hi cara, cal identificar les habilitats personals que ens permetran fer front al problema, però també podem recórrer a les persones pròximes que ens poden ajudar davant d'un problema: la família i l'escola.

A més de l'afecte i de les situacions d'estrès quotidianes, al llarg del programa s'han treballat altres elements que s'abordaran en aquest mòdul: les pautes educatives i el context escolar.

Els nens han de participar de manera coresponsable en el seu procés educatiu i transmetre les seves opinions en les decisions que els afecten. Per això, cal desenvolupar habilitats que els ajudin a expressar de manera assertiva les opinions basades en raonaments i en motius justificats, com també aprendre a acceptar les opinions raonades dels pares. Finalment, s'ha d'assenyalar la necessitat que els nens adquireixin hàbits educatius i d'higiene per assolir una plena integració escolar, social i familiar.



Sessió 1

Canvis en positiu

Objectius

Valorar l'evolució dels lligams afectius amb els pares.

Continguts

La importància dels lligams afectius en el dia a dia.

Activitats

Activitat 1: Dotze abraçades per ser feliç!

Desenvolupament de la sessió

La primera activitat està dedicada a valorar els canvis produïts en les demostracions d'afecte i com aquestes han contribuït a la vida quotidiana. Es pretén, mitjançant un joc que desenvolupa la capacitat d'expressió de les emocions i els sentiments, que es puguin relacionar de manera positiva amb els seus pares i viceversa (activitat 1, part 1). Després del joc, es reprèn l'activitat amb la discussió de grup per valorar els canvis produïts en els lligams afectius després de la participació en el programa (activitat 1, part 2).

Activitat 1

Dotze abraçades per ser feliç!

Treball en grup (joc).

Discussió de grup.

60 minuts.

a. Introducció

S'introdueix l'activitat explicant que s'iniciarà un joc sobre sentiments i emocions. El dinamitzador els recorda que en el programa van treballar:

- La necessitat de crear relacions d'afecte estables i sanes, entre pares i fills, per assolir el creixement positiu dels membres de la família.
- La importància de transmetre a altres persones els nostres sentiments envers elles.
- Les expressions d'afecte dels pares i els fills.

Per fer el recordatori del que s'ha treballat, es poden utilitzar anècdotes que permetin als nens i les nenes recordar el que han après respecte a la importància de l'afecte. Per exemple, es pot recordar que van seleccionar unes fitxes amb dibuixos que representaven diferents coses que els pares fan per ells, com ara jugar, cuidar-los quan estan malalts, acompanyar-los a l'escola, etc.

b. Desenvolupament

ACTIVITAT 1. PART 1 (50 minuts)

Per dur a terme el joc, la persona dinamitzadora explica al grup que faran una activitat sobre les demostracions d'afecte. Es facilita a cada nen 5 o 6 notes adhesives (Post-it), on han d'escriure una frase que els agradaria que els diguessin o que a ells els agradaria dir (si no saben escriure, podran fer un dibuix o demanar a un company que els ajudi a escriure el que volen). Cada participant ha d'escriure una frase d'afecte en cada nota adhesiva. Se'ls concedeix uns minuts perquè puguin pensar les frases i anotar-les. Si els nens

petits tenen dificultat per inventar-se frases se'ls poden suggerir alguns exemples.

- Exemples de frases d'afecte: "t'estimo"; "et trobo a faltar"; "t'aprecio", "m'agrades"; "vals molt"; "ets el millor"; "ets molt intel·ligent"; "ets molt simpàtic"; "m'agrada ser el teu amic"; "n'hi ha pocs com tu"; "amb afecte per a tu"; "et porto sempre en el meu record"; "sempre penso en tu"; "ets un bon amic"; "ets un sol", etc.

Després que hagin escrit algunes frases, se'ls explica que el joc consisteix a desplaçar-se per la sala al ritme de la música amb els ulls embenats. Quan la música s'aturi, han d'enganxar una nota amb una frase afectuosa al membre del grup que tinguin més a prop. En resposta a la seva frase d'afecte, en rebrà una altra d'aquesta mateixa persona a la qual havia enganxat la seva nota, ja que les dues estaran l'una al costat de l'altra. En el moment que s'intercanvien les respectives frases d'afecte, abans de llegir-les s'hauran de palpar (amb els ulls embenats) i esbrinar la identitat de la persona a la qual han regalat una demostració d'afecte (nota adhesiva amb la frase) i viceversa. Quan els dos nens s'han palpat i han esbrinat qui és qui, es llegiran alternativament la nota amb la seva demostració d'afecte (frase) i es faran una abraçada (si les notes cauen en ballar, les poden tenir a les mans durant el joc). Tots rebran i donaran frases d'afecte i abraçades als membres del grup; així, s'evita que algú es pugui sentir exclòs per no rebre una frase afectuosa.

Si fan l'activitat de manera molt ràpida, se'ls poden facilitar algunes notes adhesives extres per permetre'ls uns minuts més de joc.

Una vegada acabada l'activitat, es proposa als participants que s'asseguin en cercle amb les seves notes d'"afecte" i se'ls pregunta:

- Quina sensació us ha provocat escoltar les frases afectuoses dels vostres companys? (per exemple, alegria, benestar, confort, etc.)
- Us afecta com a persones el tracte que altres tenen envers vosaltres?

A fi que puguin expressar aquestes emocions es deixen uns minuts, ja que el tema es reprèn a l'última part d'aquesta activitat: la discussió de grup.

ACTIVITAT 1. PART 2 (10 minuts)

La segona part de l'activitat consisteix a provocar una discussió de grup a partir de l'activitat de les abraçades. Aquesta discussió de grup té per objecte conèixer quins canvis s'han produït, a partir del programa, en la relació amb els seus progenitors:

- Creieu que expresseu més afecte als vostres pares i mares a partir del programa? Exposeu-ne alguns exemples.
- Com podeu millorar la relació amb els vostres pares i mares? Poseu exemples del que podeu fer d'ara endavant.
- Com podeu millorar les vostres relacions afectives amb altres persones? Poseu exemples del que podeu fer d'ara endavant.

A partir d'aquestes preguntes, es pot reflexionar sobre si hi ha hagut millores en l'expressió afectiva dels nens participants en el programa quatre mesos després de la intervenció. Si és possible es gravarà la discussió de grup en àudio.

Recomanem que la persona dinamitzadora (durant la sessió o en acabat) resumeixi les aportacions dels nois en un document per recollir les evidències avaluatives sobre la cristallització del canvi.

c. Conclusió

Per acabar l'activitat, es poden expressar, en un llenguatge proper als nens, les idees següents:

- La importància de relacionar-se amb afecte amb altres persones, especialment amb els pares.
- El tracte positiu d'altres persones envers nostre ens transmet benestar, confort i sentiments positius.

Se sol dir que necessitem dotze abraçades per créixer i ser feliços. Guanya-te-les i regala-les; busca la teva felicitat i la d'altres persones!

Sessió 2

Opinem

Objectius

Valorar la implicació dels fills i les filles en la vida quotidiana.

Continguts

La plena participació en el medi escolar i familiar.

Activitats

Activitat 1: Jo també decideixo.

Activitat 2: Implicats a casa i a l'escola.

Materials i recursos

USB Història animada "Models estranys" (mòdul 2, sessió 2).

Desenvolupament de la sessió

La segona sessió se centra en la valoració de la implicació dels fills i les filles en la vida quotidiana. La primera activitat es destina al treball relacionat amb la comunicació i la participació en la vida familiar. La segona activitat té com a finalitat detectar les forteses i les debilitats que han experimentat els nens després d'haver participat en el programa per participar de manera activa en la dinàmica familiar.

Activitat 1

Jo també decideixo

Història animada.
30 minuts.

a. Introducció

La primera activitat es destina a facilitar el record del que s'ha après durant el mòdul 2 ("Eduquem els nostres fills").

Una habilitat necessària per poder participar en la presa de decisions és la capacitat d'escolta activa, per poder negociar i arribar a acords amb les altres persones. Per facilitar que els nens recordin què van treballar respecte a aquesta habilitat d'escolta activa i negociació d'acords, es visualitzarà la història animada "Models estranys" del mòdul 2, sessió 2.

b. Desenvolupament

ACTIVITAT 1. PART 1 (10 minuts)

S'explica al grup que veuran la història d'en Frisk, aquell extraterrestre que havien conegut en una sessió del programa, que va arribar a casa de la família de la Laura i es comportava d'una manera molt estranya (recordeu que no sabien què donar-li per menjar, que pintava les parets, etc.?). Com que el vídeo és força curt es pot passar dues vegades.

Es demanarà que parin una atenció especial a la història que veuran, i que mirin de recordar què van aprendre aquell dia, per exemple, com hem de demanar les coses, la importància d'expressar-nos de manera correcta a fi que els altres puguin entendre les nostres necessitats; com n'és, de rellevant, negociar en comptes d'imposar les nostres necessitats, etc. És molt important que la persona dinamitzadora els faciliti aquests elements clau perquè ells puguin relacionar el que han après en el programa amb el visionat de la història, enriquant-la amb el pas del temps.

Quan acaba la història, d'una manera ràpida (no es tracta d'entrar en un debat profund, com

es podria donar en el mòdul 2, sinó de recordar el que s'ha après) s'apel·la al record per mitjà d'algunes preguntes com les següents: S'ha integrat en Frisk? Escolta els altres?

ACTIVITAT 2. PART 2 (20 minuts)

Es demanarà al grup que formin dos cercles, l'un dins de l'altre, de manera que les persones del cercle interior mirin cap a l'exterior i les persones del cercle exterior mirin cap a l'interior. Així, cada participant coincidirà cara a cara amb l'altra persona. S'indicarà als nens que les persones del cercle exterior formularan preguntes a les persones de l'interior. Aquestes preguntes han d'estar relacionades amb la manera en què demanem les coses a casa, com les demanem, com ens comuniquem, etc. Per facilitar la comprensió del joc, caldrà facilitar exemples com ara els següents:

Com demanes als teus pares poder jugar una estona més a la Play? Com preguntes als teus pares si et poden ajudar amb els deures? Com demanes als teus pares si et pots quedar una estona més jugant al carrer amb els teus amics?

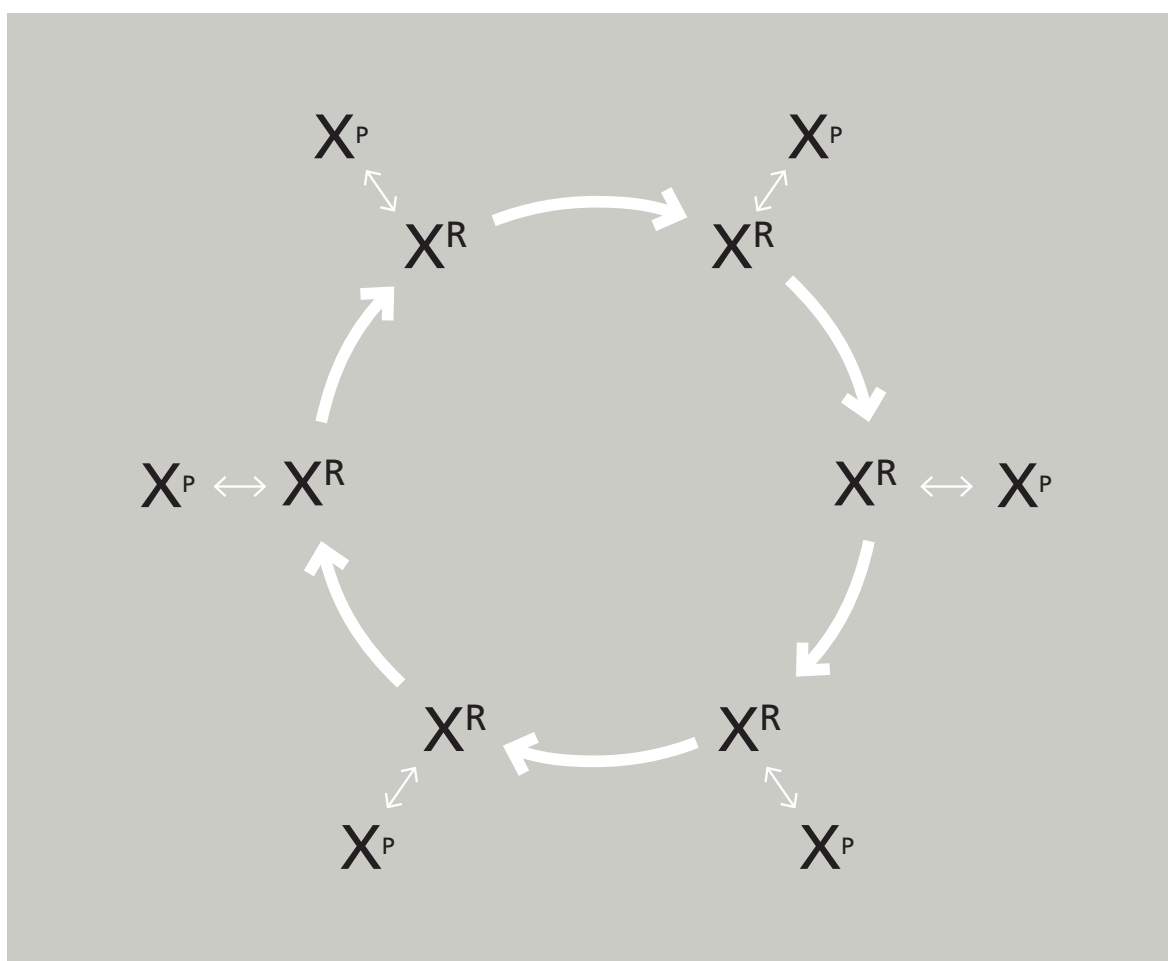
La persona del cercle interior respon la pregunta explicant com demana les coses, com actua, etc. Si a la persona que ha fet la pregunta li sembla que el seu company utilitza una estratègia assertiva s'intercanviarà el lloc amb la persona a la qual havia preguntat (el nen de l'exterior passa al cercle interior, i el de l'interior al cercle exterior). És important indicar als participants que han de donar respostes amb arguments perquè el seu company pugui decidir si la seva estratègia és adequada o no i si li canvia el lloc en el cercle (si els que han contestat accepten el canvi, a la ronda següent de preguntes seran ells qui les formulin). A més, per incentivar una mica més el joc, es dirà als nens que recordin quantes vegades el seu company els ha intercanviat el lloc perquè ha valorat positivament la seva manera d'expressar-se: com més vegades acceptin el canvi, significa que han estat més assertius en les seves actuacions!

Cada vegada que es formula una pregunta-resposta (en cada parella respectivament), tant si s'intercanvien o no la posició, el cercle interior avança una posició en el sentit de les agulles del rellotge. D'aquesta manera, es formaran noves parelles i es podrà repetir el procés: la persona del cercle exterior formula una pregunta i la de l'interior contesta. Tots podran preguntar i contestar, ja que quan es valora positivament una estratègia de la nostra parella en joc, s'intercanvia la posició (de l'interior a l'exterior). Els moviments que es poden donar dels participants, durant el joc, es recullen a la figura següent:

c. Conclusió

S'acaba l'activitat ressaltant la importància que per ser escoltats, primer hem d'escoltar nosaltres. Sense aquesta habilitat no es pot participar en la vida familiar no escolar i d'aquí que sigui necessari que ho recordem sempre i que ho apliquem en el nostre dia a dia.

Per poder participar en la presa de decisions, no n'hi ha prou de donar la nostra opinió, sinó que també cal deixar que tothom s'expressi i a més respectar les idees dels altres, tot i que siguin molt diferents de les nostres. Hem d'argumentar les nostres respostes i buscar estratègies per expressar-nos de manera adequada i sense faltar el respecte als altres.



Activitat 2

Implicats a casa i a l'escola

Treball en grup: la paret que parla.
30 minuts.

a. Introducció

La segona activitat se centra en la valoració de les fortaleeses i les debilitats per a la implicació i la participació activa en la gestió de la vida familiar i/o escolar.

S'introdueix l'activitat recordant alguns dels temes que s'havien treballat respecte a la coresponsabilitat en les decisions de la família i l'escola. Orientacions per a la persona dinamitzadora:

- Les dificultats i les oportunitats que ofereix el context escolar.
- Els hàbits bàsics que ajuden a la integració escolar.
- L'expressió adequada d'arguments.
- L'acceptació de les opinions i els punts de vista diferents.

b. Desenvolupament

ACTIVITAT 1. PART 1

Abans de l'inici de l'activitat, la persona dinamitzadora prepararà l'espai de treball. S'empaperaran les quatre parets amb paper de mural i en cada un hi haurà una pregunta relacionada amb les qüestions personals que dificulten intervenir en les decisions (debilitats), els elements personals que faciliten la intervenció (fortaleeses), els elements externs que dificulten la participació (amenaces) i els elements externs que faciliten la participació (oportunitats). A continuació es mostren les preguntes que ha de contenir cada mural:

MURAL 1: PARTICIPO MÉS PERQUÈ...

Quins trets o quines actituds faciliten que pugueu intervenir en les decisions familiars (normes, pactar ús de jocs, etc.)? I a l'escola?

— Exemples: pregunto el perquè d'una norma, intento negociar-la, proposo alternatives, etc.

MURAL 2: PARTICIPO MENYS PERQUÈ...

Quins trets o quines actituds (manera de ser, caràcter, etc.) dificulten que pugueu participar en les decisions familiars (normes, pactar ús de jocs, etc.)? I a l'escola?

— Exemple: no m'atreveixo a proposar alternatives, no sé com argumentar les meves opinions, etc.

MURAL 3: PARTICIPO AMB EL PAPA I LA MAMA EN...

Quines característiques dels vostres pares faciliten que pugueu participar de manera activa a casa? I a l'escola?

— Exemples: dialoguen amb nosaltres, s'acorda en família, etc.

MURAL 4: NO PARTICIPO AMB EL PAPA I LA MAMA EN...

Quines característiques dels vostres pares dificulten que pugueu participar de manera activa a casa? I a l'escola?

— Exemples: no dialoguen amb nosaltres, no ens permeten que opinem, etc.

S'explicarà que en cada paret hi ha un mural. Hi troben algunes preguntes que han de ser contestades entre tothom. Per facilitar-los l'activitat, la persona dinamitzadora llegirà tots els murals i explicarà, amb exemples, què han de contestar davant de cada mural. Se'ls recordarà que han d'anotar els elements que faciliten el que ha millorat en els últims mesos perquè puguin participar a la família i a l'escola. A les preguntes d'elements que dificulten la seva participació, han d'anotar els que continuen sense canvis i que no faciliten la seva participació.

Cada participant pot contestar les preguntes i els murals que vulgui. Per fer-ho, disposen de retoladors i pintures. Poden anotar les seves respostes

de manera divertida, amb colors i pintures. No cal que contestin els murals per ordre, sinó que cada un pot anar al mural que li vingui més de gust. És important que els participants entenguin les preguntes de cada mural.

ACTIVITAT 1. PART 2

Després d'haver escrit en els murals, es farà una breu posada en comú de l'activitat. Per fer-ho, es proposen les preguntes següents:

- Creieu que a partir del programa heu participat més a casa? Poseu alguns exemples de la vostra participació a casa.
- Quines dificultats heu tingut per participar més a casa? Poseu exemples del que podeu fer d'ara endavant per millorar.
- Creieu que a partir del programa heu participat més a l'escola? Podeu posar alguns exemples de la vostra participació a l'escola.
- Quines dificultats heu tingut per participar més a l'escola? Poseu exemples del que podeu fer per millorar.

Aquestes preguntes permetran reflexionar sobre la millora o no de la realitat dels nens i les nenes que participen en la sessió.

Recomanem que la persona dinamitzadora (durant la sessió o en acabat) resumeixi les aportacions dels nois en un document per recollir les evidències avaluatives sobre la cristallització del canvi.

c. Conclusió

L'activitat acaba recordant a tothom que per participar en la gestió de la vida familiar (normes, lleure, ús de tecnologies, etc.) i escolar (millorar relacions amb el professorat, alumnat, etc.), cal entrenar les habilitats socials i comunicatives: expressar les coses de manera assertiva, no imposar opinions, sinó argumentar-les i debatre-les, demanar ajuda quan es necessita, mostrar els nostres sentiments, compartir les nostres necessitats, buscar solucions, etc.



Sessions per a famílies

Per afrontar les situacions complexes del dia a dia i els conflictes que es generen en l'intercanvi d'opinions i interessos amb altres persones, es requereix l'ús d'habilitats comunicatives que permetin la resolució assertiva de conflictes.

La comunicació és un element que condiona el funcionament de la vida familiar, en regular les interaccions que s'hi produeixen. Establir bons nivells de comunicació entre els pares i els fills facilita el coneixement i la trobada personal entre els membres de la família.

Un altre factor que facilita el coneixement familiar és compartir el temps de lleure. El joc és present en totes les cultures i en totes les edats, sobretot en la infantesa. És una activitat lliure, amb poques imposicions, acceptada per tots els participants. Per poder fer activitats de joc i lleure, el barri o la ciutat on residim ofereixen una àmplia gamma de recursos per compartir els espais de lleure en família: parcs, places, centres cívics, ludoteques, biblioteques, etc.

El lleure compartit en família ofereix grans beneficis a tothom, ja que fomenta el sentiment de pertinença al grup familiar i permet que cadascú expressi els seus desitjos, les seves necessitats, els seus gustos, etc. En aquest context distès, es facilita la creació de lligams afectius, la comunicació, la resolució compartida dels problemes i el coneixement entre els membres de la família.



Sessió 1

La família evoluciona

Objectius

Reflexionar sobre el procés de millora de la comunicació familiar i la resolució de conflictes.

Valorar els canvis en la gestió i la planificació del lleure en família.

Continguts

Les habilitats comunicatives.

La resolució de conflictes.

La gestió i la planificació del lleure familiar.

Activitats

Activitat 1: El telèfon.

Activitat 2: Endevina endevineta.

Desenvolupament de la sessió

La primera activitat s'inicia amb el joc tradicional del "telèfon". Amb aquest joc es reprèn el procés de comunicació d'una manera divertida. Després es dona pas a la discussió avaluativa sobre les millores o dificultats que han trobat les famílies per practicar les habilitats comunicatives que s'havien treballat en el programa.

La segona activitat recull, mitjançant una pluja d'idees, algunes de les activitats en família que han compartit en els mesos passats des que ha acabat el programa. Amb la discussió posterior es busca identificar aquells aspectes que han facilitat o dificultat aquest lleure compartit, així com la proposta de millora i compromís de tots els participants per assolir un lleure satisfactori per a tots els membres de la família.

Activitat 1

El telèfon

Discussió dirigida.

30 minuts.

a. Introducció

S'introdueix l'activitat recordant alguns dels elements treballats en el transcurs del programa en relació amb la comunicació i el paper clau que aquesta té en els processos de gestió del conflicte. Orientacions per a la persona dinamitzadora:

- La comunicació determina el tipus de relacions intrafamiliars i extrafamiliars.
- Mantenir bons nivells de comunicació familiar permet aprofundir en els llaços i vincles afectius amb els membres de la família, com també el coneixement i la trobada personal.

La cerca d'alternatives davant les situacions de conflicte mitjançant el desenvolupament de diferents habilitats socials i comunicatives. Promoció de la resiliència.

Tots hem jugat alguna vegada al joc del "telèfon". És un joc molt senzill, que permet comprovar que un error de comunicació pot desencadenar un missatge erroni. L'objectiu de l'activitat és palesar que per resoldre els conflictes cal que les parts implicades parlin directament i de manera assertiva, sense missatgers, ja que el missatge es pot distorsionar i, per tant, es pot agreujar el problema.

Aquesta primera part de l'activitat prepararà l'ambient per poder avaluar mitjançant la discussió l'evolució del procés comunicatiu a la família a partir de la participació en el programa.

b. Desenvolupament

Es proposa a tots els participants que s'asseguin còmodament formant dos cercles, asseguts a la vora els uns dels altres, ja que jugaran al joc del "telèfon". Cada cercle constituirà un equip. És important que els dos equips continguin adults i nens.

Les persones dinamitzadores explicaran que el joc consisteix a dir una frase o paraula i que aquesta es passi ràpidament al company del costat i així, successivament, fins al final de la cadena. L'última persona de la cadena dirà en veu alta el missatge que li ha arribat. Si el missatge que arriba al final de la cadena resulta ser erroni, és a dir, no correspon amb el que s'havia transmès inicialment, es demanarà a cada participant que digui en veu alta (en el mateix ordre que s'ha transmès el missatge) què ha entès i quina frase ha passat al seu company, per detectar on s'ha tallat la comunicació. Quan alguna persona transmeti malament el missatge (per evitar que se senti malament o generi un malestar) és important recordar als participants que:

Tots ens equivoquem alguna vegada i transmetem de manera errònia un missatge. Aquest error es pot donar per diferents elements que interfereixen en la comunicació; per exemple, que la persona anterior no ens hagi transmès de manera clara el missatge, que nosaltres no l'haguem escoltat bé o amb prou antelació, que hi hagi molt de soroll i dificulti que s'entengui, etc. D'una manera o una altra, hem d'intentar transmetre els missatges clarament i sense distorsions perquè arribin de forma adequada al seu destinatari.

El joc durarà uns 15 minuts a fi que quedi temps per a la discussió de grup. La cadena o ronda de missatges es podrà repetir tantes vegades com sigui possible en els 15 minuts de joc.

S'instarà els participants a transmetre de manera clara i adequada el missatge, ja que competiran en dos equips (cercle 1 i cercle 2). Els qui transmetin més missatges correctes seran els guanyadors.

Abans de passar a la discussió de grup, el dinamitzador ha d'assenyalar la importància de comunicar-nos de manera assertiva, clara i concisa quan volem resoldre un problema. Altrament el

problema s'agreujarà fins al punt que les parts implicades entendran missatges contradictoris. Els missatges es confonen i més quan hi intervien diferents persones, ja que, com en el joc del "telèfon", es poden transmetre de manera errònia, encara que no hi hagi aquesta intencionalitat.

La segona part de l'activitat consisteix a discutir en gran grup els canvis que s'han produït en la comunicació per resoldre els conflictes a la família des de la participació en el programa. Per això, la persona dinamitzadora pot utilitzar les preguntes següents:

En els últims mesos...

- Heu pogut posar en pràctica, a la vostra família, les habilitats de comunicació que vau treballar en el programa? Poseu-ne alguns exemples.
- Quines coses han facilitat que les poséssiu en pràctica? Contesten els pares i els fills per torns.
- Poseu exemples de situacions en què ha millorat la comunicació a la família.
- Poseu exemples de situacions en què no ha millorat la comunicació a la família.
- De quina manera podeu continuar millorant la comunicació a la família d'ara endavant?

Es destinaran uns 15 minuts per a la discussió de grup. En aquesta part de l'activitat és important que les persones dinamitzadores orientin el debat en el sentit d'esbrinar si les relacions comunicatives i la resolució de conflictes han millorat en les famílies després de la participació en el programa. Es recomana resumir les aportacions de la discussió de grup en un document a fi de recollir evidències avaluatives sobre la cristal·lització del canvi.

c. Conclusió

L'activitat acaba reforçant la idea que la comunicació és un element clau per a la resolució dels conflictes quotidians, com també per a la participació activa i coresponsable de cada un dels membres de la família.

Activitat 2

Endevina endevineta

Treball en grups.
25 minuts.

a. Introducció

Es comenta que un dels temes que vam desenvolupar era el joc i el temps lliure i que per recordar-lo farem un joc d'endevinar el que pensa l'altre.

b. Desenvolupament

Es fan grups per famílies. Dins d'aquests grups treballaran per separat els pares i els fills.

Cada grup de família disposarà de tres targetes amb preguntes (3 preguntes adreçades als pares i 3 adreçades als fills).

- 1. Quin és el joc que t'agrada més?
 - 1. Quin és el joc que agrada més als vostres fills?
- 2. A què jugues amb el teu pare? I amb la teva mare?
 - 2. A què jugueu amb els vostres fills?
- 3. Indica un dia d'excursió o una sortida que vas fer amb els teus pares que t'agradés molt.
 - 3. Indica un dia d'excursió o una sortida que vas fer amb els teus fills que t'agradés molt.

En el cas que els fills mostrin dificultats per escriure la resposta, la poden dibuixar o demanar ajuda a la dinamitzadora. Quan les famílies hagin contestat les seves preguntes, la dinamitzadora recollirà les targetes per grups de família per comprovar, posteriorment, en gran grup, quantes preguntes han encertat cada família. És important no barrejar les targetes que es recullen en cada grup, ja que aquestes serviran per comprovar si els pares i els fills han contestat el mateix a cada pregunta.

Per això, la persona dinamitzadora preguntarà a cada pare la primera qüestió i es comprovarà si correspon amb la resposta del seu fill o la seva filla. Si l'encerten obtindran un punt. Des-

prés es passarà a la família següent, i així successivament. Una vegada acabada la primera ronda, es repetirà el procés per a la segona pregunta i la tercera.

S'anotaran els resultats per saber quina família ha encertat més preguntes.

Acabat aquest joc, es reflexiona en grup sobre el lleure en família. Per fer-ho, es formularan les preguntes que proposem més endavant. Per fer atractiva la discussió, en cada pregunta es llançarà un globus enlaire i l'hauran de tocar aquelles persones (nens o adults) que han pogut posar en pràctica l'activitat que se'ls indicarà a la pregunta.

- Heu pogut posar en pràctica, a la vostra família, algunes activitats de lleure que va treballar en el programa? Quines?
- Exposeu exemples de situacions en què s'han pogut organitzar activitats de lleure. Quines coses ho han facilitat?
- Nens, quan heu proposat al papa o a la mama que juguin amb vosaltres, s'han animat a fer-ho? Penseu que ara juguen més que abans d'haver participat en el programa?

La persona dinamitzadora mirarà d'aprofundir en les aportacions de cada una de les persones que han sortit a tocar el globus, però també en aquelles que no han pogut posar en pràctica l'activitat de lleure en família.

Es recomana gravar en àudio la discussió de grup o anotar les idees principals de la discussió en un document per recollir evidències avaluatives sobre la cristallització del canvi.

c. Conclusió

Per tancar l'activitat, es convida a continuar pensant estratègies per fomentar el joc i el lleure compartit, recordant els beneficis que comporta per a tota la família; s'estrenyen llaços afectius, s'incrementa la confiança en l'altra persona, s'estableixen regles de joc i s'ensenya a respectar-les, etc. S'acaba l'activitat animant a tothom a continuar compartint el joc.

Sessió 2

Aprendre junts, créixer en família

Tot programa ha de començar amb una sessió destinada al coneixement grupal i ha d'acabar amb una sessió de comiat. Aquests moments són fonamentals per crear un clima agradable de confiança en el grup i per clausurar i donar per acabat com es mereix tot l'esforç fet.

Objectius

Celebrar l'assoliment dels objectius plantejats i la clausura del programa.

Activitats

Activitat 1: Estem de festa.

Desenvolupament de la sessió

Un programa grupal de treball experiencial en què tots els participants han compartit i après junts ha d'acabar amb una celebració feta de la mateixa manera, és a dir, amb tot el grup unit celebrant els seus èxits.

Activitat 1

Estem de festa

Festa.

60 minuts.

a. Introducció

Després de tant d'esforç i de treball, la millor manera de clausurar aquest programa és a través d'una celebració conjunta, en què tots els participants, pares, fills i personal dinamitzador comparteixin un temps en comú de gaudi i orgull pels assoliments obtinguts.

b. Desenvolupament

Per al desenvolupament d'aquesta activitat, la persona dinamitzadora parlarà prèviament amb els participants (preferiblement a la sessió anterior) per organitzar aquesta festa. Els aspectes que s'han de decidir prèviament estan relacionats sobretot amb els aliments que es vulguin dur a la festa, posant cadascú alguna cosa de la seva pròpia collita i especialitat, de manera que tothom pugui gaudir de la varietat d'aliments que finalment s'hi incloguin.

A més d'això, la festa ha d'incloure alguna activitat o joc que el grup vulgui fer. Aquest joc pot ser proposat prèviament pels participants, i en aquest cas el dinamitzador només s'encarregarà d'organitzar-lo, o bé, pot ser proposat per la persona dinamitzadora a la mateixa festa.

D'aquesta manera, es pretén que tots els participants en el programa passin una estona distesa en comú, de diversió i alegria, de reconeixement per la seva implicació i el seu esforç. En el transcurs de la festa, és una bona idea que els mateixos participants parlin i comentin en veu alta els seus assoliments, ja que, d'aquesta manera, tothom pugui apreciar i valorar el que s'ha aconseguit.

c. Conclusió

Se'ls explicarà que això és el principi d'un camí i que mentre es recorre sorgiran alegries i dificultats, però que aprendre junts i créixer en família és un repte que hem d'assumir.



Fundació Bancària "la Caixa"