



UNIVERSITAT DE BARCELONA



La maternidad adolescente. Un nuevo camino por descubrir

RAQUEL RIOS MONTEOLIVA

TRABAJO DE FINAL DE GRADO

GRADO EN EDUCACIÓN SOCIAL 2013

ÍNDICE

Dedicatoria y agradecimientos

Abstract

1. Introducción	1
2. Marco conceptual	3
2.1. La adolescencia	3
2.2. Primera infancia	7
2.3. La maternidad adolescente	10
2.3.1. La maternidad adolescente y su contexto social	11
2.3.2. El desarrollo de la adolescente con la llegada del hijo	13
2.3.3. Las relaciones de apoyo en la maternidad	14
2.3.4. Dificultades y posibilidades de las intervenciones con madres adolescentes	16
2.4. Los vínculos afectivos	16
2.4.1. Las relaciones vinculares en el desarrollo humano	17
2.4.2. Los vínculos afectivos en la adolescencia y las posibles implicaciones en la maternidad	18
2.5. El Espacio Familiar	19
2.5.1. La educación social y los Espacios Familiares	25
3. Justificación	27
4. Metodología y organización	
4.1. Investigación	28
4.2. Creación del manual	37
5. Cogidos de la mano: Dossier de actividades para madres y padres	39

adolescentes

5.1 .Introducción	42
5.2. Situación actual de los Espacios familiares de Barcelona	43
5.3. Justificación del Manual	46
5.4. Actividades	50
5.4.1. Actividades para madres	51
5.4.2. Actividades para madres, padres e hijos	67
5.4. 3. Actividades para madre y padres	85
5.5. Evaluación de las actividades	102
6. Conclusiones	105
7. Difusión del material	107
8. Ética del trabajo	108
9. Limitaciones	110
10. Bibliografía	111

AGRADECIMIENTOS

Agradezco a todas aquellas personas que directa o indirectamente han participado en mi trabajo y me han dedicado su tiempo y esfuerzo.

A mis compañeros de Universidad, por todos los consejos e ideas que han aportado a mi trabajo. Gracias por todo lo que me han enseñado, no únicamente a nivel académico, sino a nivel personal. Especialmente quiero agradecer a José Moreno por darme ánimos y confianza, y a Laura Córdoba por ser mi acompañante en este largo proceso.

A mi familia y pareja, por confiar en mí y darme toda la energía y el apoyo para realizar este trabajo.

A mi tutor y acompañante en este trabajo, Manel Güell, por su dedicación y esfuerzo. Gracias también, por los grandes consejos y sesiones de autoayuda que nos ha regalado.

A Vanessa Soria, profesora de Investigación socioeducativa, que aun no siendo mi tutora del trabajo, ha resuelto todas mis dudas, y me ha transmitido tranquilidad y confianza.

Y por último, a los Espacios Familiares que me han ayudado y regalado información valiosa para mi trabajo.

Finalmente, me gustaría dedicarles a todos ellos mi trabajo, ya que gracias a todos he podido finalizar este trabajo que tanto esfuerzo y tiempo me ha llevado.

ABSTRACT

El presente trabajo está compuesto de dos partes, una primera de investigación, y la segunda, se trata de la creación de un Manual de actividades para realizarlas en un Espacio Familiar. La investigación ha pretendido realizar un acercamiento a la temática de una manera teórica y por otro lado práctica, así definiendo el estado actual de los centros de Barcelona que ofrecen este servicio. La metodología de investigación utilizada ha sido de tipo cuantitativa, utilizando métodos como la búsqueda bibliográfica y las entrevistas estructuradas que nos han ofrecido datos objetivos, como el número de plazas, la tipología de los asistentes, la lista de espera, etc. A través de los resultados obtenidos, se ha justificado la necesidad de crear actividades específicas para la maternidad adolescente, entrando así en la segunda parte del trabajo, como es la creación del Manual de actividades. Por último, como conclusión se ha destacado la importancia de crear espacios, únicamente para padres y madres adolescentes, ya que tienen necesidades específicas, y actualmente no existen esos espacios.

Palabras clave: maternidad adolescente, Espacios Familiares, vínculos afectivos, hijos, educador social.

This present work is composed of two parts, the first one of research and second, it is creating a Manual activities to realize them in a Familiar Space. The research aims to make an approach to the issue of a theoretical and practical addition and defining the current state of the centers of Barcelona that offer this service. The research methodology used was both quantitative, using methods such as literature search and structured interviews we have provided objective data such as the number of places, the type of attendees, the waiting list, etc.. Through the results, we justify the need to create specific activities for teenage pregnancy, entering in the second part of the work, as is the creation of manual activities. Finally, in conclusion, have highlighted the importance of

creating spaces only for teen parents, as they have specific needs, and currently there are no such spaces.

Keywords: *teenage motherhood, family spaces, affective ties, children, social educator.*

1. INTRODUCCIÓN

El presente trabajo se trata de la elaboración de un manual de actividades para padres y madres adolescentes, y sus respectivos hijos de 0 a 3 años, las cuales se realizarán en un Espacio Familiar. El trabajo tiene como objetivo ofrecer un abanico de actividades adecuadas a las necesidades de los destinatarios para que un educador social, las pueda implementar. Cada bloque de actividades responde a un objetivo general concreto, y dentro de cada bloque, las actividades responden a unos objetivos específicos, que van en consonancia con el objetivo general.

Los objetivos generales del manual de actividades son, fomentar el empoderamiento personal de las madres adolescentes, crear y/o mejorar el vínculo afectivo entre los padres y sus hijos, así como también, ofrecer estrategias para el desarrollo físico y psicosocial del bebé, y por último, fortalecer la relación de pareja.

El manual de actividades es el resultado de una investigación y análisis documental y teórico, sin olvidar un pequeño acercamiento a la realidad para así poder describir los recursos con más precisión y veracidad. La investigación ha permitido poder ver la importancia del embarazo adolescentes, y las posibles consecuencias en los adolescentes y sus respectivos hijos.

Es interesante fomentar la actividad de estos servicios ya que son muy escasos y la demanda es muy alta. Además, el embarazo adolescente es una problemática social que implica e interfiere en todos los ámbitos de los adolescentes y sus familias.

Respecto a la estructura del trabajo, éste está dividido en dos grandes bloques, el marco teórico y el manual de actividades para padres y madres adolescentes.

En primer lugar, encontramos el marco teórico en el cual se desarrollan las diferentes temáticas que envuelven el trabajo, que son, la adolescencia, primera infancia, maternidad adolescente, vínculos afectivos y los Espacios Familiares. Respecto a la maternidad adolescente se ha querido destacar el concepto en sí de maternidad adolescente y el contexto social que le envuelve, el desarrollo del adolescente con la llegada del hijo, las posibles dificultades y potencialidades de las intervenciones con madres adolescentes, y por último, la importancia e influencia de las relaciones familiares y de soporte en la maternidad adolescente. En referencia a los vínculos afectivos, es interesante destacar las relaciones vinculares en el desarrollo humano, para así, poder entender el sistema vincular adolescente y las posibles implicaciones en la maternidad. Por último, en el apartado de los Espacios Familiares, se ha realizado un enfoque global de todas sus características, perfiles de los profesionales, destinatarios... y seguidamente, un repaso de los seis centros en Barcelona que ofrecen el servicio de espacio familiar.

El segundo bloque del trabajo se trata del manual de actividades destinadas a madres y padres adolescentes para llevarlas a cabo en un Espacio Familiar. Las actividades están divididas según sus destinatarios, madres, padres, hijos y por último, padres y madres.

Durante estos cuatro años de carrera, las asignaturas que han sido de ayuda para realizar el trabajo de final de grado han sido, *Psicología del desarrollo* de segundo de carrera, *Planificación y evaluación de servicios socioeducativos* de tercer e *Investigación socioeducativa* de cuarto. En cada una de ellas se han desarrollado una serie de competencias específicas como el diseño de proyectos, la planificación de un proyecto, metodologías de investigación, fases de la investigación, etc.

2. MARCO CONCEPTUAL Y CONTEXTUAL

2.1. LA ADOLESCENCIA

La organización Mundial de la Salud (OMS), define la adolescencia como la etapa que transcurre entre los 11 y 19 años, considerándose dos fases, la adolescencia temprana (de 12 a 14 años), y la adolescencia tardía (de 15 a 19 años). En cada una de las etapas se presentan cambios tanto en el aspecto fisiológico como en el psicológico y de la personalidad.

Desarrollo físico

En la adolescencia se producen varios cambios físicos, como el crecimiento del cuerpo hasta llegar a la altura y peso que se mantendrá en la adultez.

Otro cambio muy significativo en la adolescencia, es el crecimiento de los genitales femeninos y los senos, en el caso de las mujeres, y el crecimiento de los genitales masculinos, masa muscular y vello corporal, en el caso de los hombres. Este proceso de cambios físicos se denomina pubertad (Cuevas, 2009).

Según Marshall y Tanner (1986), las manifestaciones principales de la pubertad son:

- Aceleración del crecimiento del esqueleto y de los órganos internos.
- Desarrollo de las características sexuales primarias, es decir, las que están directamente implicadas con la reproducción, como por ejemplo, la primera menstruación en las chicas y la primera eyaculación en los chicos.
- Desarrollo de las características sexuales secundarias como el cambio de voz en lo chicos y la aparición de bello en ambos sexos.
- Cambios en la composición corporal.
- Desarrollo del sistema circulatorio y respiratorio, es decir, aumenta la fuerza y la resistencia en los jóvenes.

Sexualidad en la adolescencia

Los cambios, referentes a la sexualidad, que se dan en la pubertad, no únicamente afectan físicamente, sino que también inciden en el joven psicológica y emocionalmente, sin olvidar los cambios sociales que la pubertad conlleva.

Según Cuevas (2009), los comportamientos sexuales, más destacados en la pubertad, son los siguientes:

- La masturbación es la principal manifestación sexual en la adolescencia. No obstante, en esta etapa vital, estos comportamientos sexuales suelen ser un tema tabú.
- Las caricias constituyen una manera de iniciar las relaciones sexuales y permiten conocerse a uno mismo y al otro.
- Las relaciones sexuales completas se inician entre los 15 y 18 años, con diferencia de un año entre chicos y chicas, siendo los chicos los más prematuros.
- Los métodos anticonceptivos más usados son los preservativos y la píldora, no obstante los jóvenes son los que más riesgos corren ya que en muchas ocasiones no utilizan ningún método anticonceptivo.
- Los embarazos adolescentes afectan a muchos jóvenes. Los motivos de los embarazos son diversos: falta de información, actitudes contradictorias de la sociedad adulta sobre el sexo, amor de riesgo y experimentación o presión grupal. No obstante, no podemos dejar a un lado, que la maternidad adolescente no es siempre un fenómeno negativo, sino que en algunos casos es deseada y muy fructífera.
- La elección de la orientación sexual, es un elemento clave en la adolescencia, ya que es en esta etapa en la que los jóvenes se definen por una orientación o por otra.

Desarrollo cognitivo

Según Inhelder y Piaget (1972) los adolescentes logran el más alto nivel del desarrollo cognitivo (operaciones formales), cuando alcanzan la capacidad para pensar de manera abstracta. Este desarrollo se inicia a los 11 años. Los adolescentes son capaces de elaborar y comprobar hipótesis.

❖ Características de la inmadurez en el pensamiento adolescente

Elkind (1981) identificó comportamientos y actitudes inmaduras en los adolescentes, que pueden ser resultado de las primeras aventuras de los jóvenes en el pensamiento abstracto. Elkind (1981) apunta que los adolescentes durante esta etapa, están actuando constantemente, para agradar a sus iguales.

❖ Razonamiento moral

Kohlberg (1997) divide el razonamiento moral en tres fases, dos de ellas hacen referencia a la adolescencia, y son la Moral convencional que se da entre los 10 y los 13 años, y se fundamenta en el intento que realizan los adolescentes para ser “buenas” personas con el fin de agradar a los demás. La otra etapa, es la Moral pos-convencional que se da entre la adolescencia y la adultez, y se basa en los juicios emitidos por los adolescentes, basado en el bien, la imparcialidad y la justicia.

Desarrollo psicosocial

Según Erikson (1981), los adolescentes forman su identidad no solo tomando como modelo otras personas, sino también deben determinar y organizar sus capacidades, necesidades, intereses y deseos para expresarlo luego en un contexto social.

Erikson (1981) afirma que la identidad se forma con la resolución de tres aspectos importantes como son la elección de una ocupación, la adopción de valores en qué creer y por qué vivir, y en el desarrollo de una identidad sexual satisfactoria.

En esta fase de creación de la identidad, los amigos tienen un papel muy importante, y pasan a un primer plano, incluso, sobreponiéndose a la familia.

James Marcia, plantea cuatro tipos de identidad:

- Logro de la identidad, caracterizado por el compromiso de elecciones hechas después de una crisis, un periodo dedicado a explorar alternativas.
- Aceptación sin Raciocinio, caracterizado por la ausencia de crisis y la falta de alternativas, lo cual lleva al adolescente a comprometerse con los planes de otra persona para su propia vida.
- Moratoria, representado con la elección de alternativas guiadas por el compromiso.
- Difusión de la identidad, determinada por la ausencia de compromiso y falta de alternativas. Inseguridad y apatía.

Dentro del proceso de la construcción de la identidad en los adolescentes, intervienen el autoconcepto y la autoestima de estos.

Según Cuevas (2009)

Cuando hablamos de autoconcepto y autoestima nos estamos refiriendo al conjunto de percepciones que tenemos y las evaluaciones que hacemos sobre nosotros mismos

En la adolescencia el autoconcepto varía en algunas direcciones fundamentales, que son las siguientes:

- Se produce un aumento de la introspección, la reflexión consciente sobre uno mismo, relacionado con las nuevas capacidades intelectuales.
- En relación con edades anteriores, la definición de uno mismo se concentra en mayor medida en los aspectos interiores de la persona. Esto significa que en la niñez se incluyen en la definición fundamentalmente aspectos físicos o comportamentales y, en la adolescencia, características de personalidad, sentimientos, creencias políticas, valores personales, lugar en los grupos sociales.
- Se produce una toma de conciencia de la multiplicidad de aspectos que integran nuestro yo, y de la posible existencia de conflictos. El adolescente percibe que puede actuar de manera diferente según el medio en el que se encuentra, como la adopción de estos diferentes roles puede resultar incoherente o contradictoria.

- El adolescente, igual que genera diversas posibilidades sobre las causas de un fenómeno físico, también reflexiona sobre diferentes maneras posibles de ser o comportarse y dibuja un yo ideal. Este aspecto implica una proyección persona hacia un futuro, el cual no aparece en otros periodos de la vida anterior. (p 71-72)

La autoestima, se puede ver desde dos puntos de vista, uno positivo, y otro negativo. Cuevas (2009) se centra en la autoestima positiva que implica seguridad y confianza en uno mismo, facilidad de relación y confianza con los demás, y aspiraciones educativas y profesionales altas y con probabilidades de éxito.

Desarrollo socioafectivo

Cuevas (2009) apunta que el autoconcepto y la autoestima no se construyen únicamente con la propia historia personal, sino que también se forma a partir de informaciones y valoraciones que recibimos de la sociedad. Los dos componentes que influyen en la construcción del autoconcepto y en la autoestima del adolescente, son las relaciones familiares y el ámbito educativo, el cual implica muchos elementos muy importantes en la creación de estos dos elementos. En estos dos ámbitos, el familiar y el educativo, el adolescente asume tres elementos claves, como son la asertividad, las tareas y responsabilidades, y el desarrollo de pautas de socialización.

2.2. PRIMERA INFANCIA

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS) la primera infancia es una etapa vital que se inicia desde el periodo prenatal hasta los ocho años. En esta etapa los niños experimentan un crecimiento muy rápido en el que incide con gran medida su entorno social y afectivo.

La OMS apunta que muchos de los problemas que sufren los adultos a lo largo de su vida, pueden tener su origen en la primera infancia. Por este motivo esta etapa vital es de gran importancia

En la primera infancia se desarrollan tres aspectos de gran importancia como son el crecimiento físico, el desarrollo del lenguaje y de la personalidad (Sarafino, 1988).

Desarrollo físico y motor

En los primeros meses de vida, los bebés crecen rápidamente. Sarafino (1988) presenta en la siguiente tabla, la evolución respecto al crecimiento físico en los primeros meses.

	Al nacer	6 meses	12 meses	18 meses	24 meses
Estatura (cm)	51	66	75	81	87
Peso (Kg)	3,3	7,4	9,8	11,2	12,5
Tamaño relativo de la cabeza	25%	-----	-----	20%	-----
Cantidad de dientes	0	1	8	16	20
Peso del cerebro	0,34	0,68	0,91	1,00	1,13
Peso del cerebro, con respecto al adulto	25%	50%	67%	70%	75%

(Sarafino, 1988)(p. 133)

Respecto al desarrollo motor, el aspecto más importante en esta etapa son los actos conductuales voluntarios, que complementan las respuestas automáticas del recién nacido, los reflejos (Sarafino, 1988).

Durante los primeros meses, los bebés empiezan a levantar la cabeza, a coger fuerza en brazos y piernas, y más adelante empiezan a gatear. El gateo es una fase importante en el bebé, ya que comienza a ser independiente para moverse, y comienza a explorar su entorno. Entre los 11 y 14 meses el bebé comenzará a caminar y en poco tiempo será totalmente independiente locomotrizmente. (Sarafino, 1988).

Desarrollo perceptual y cognitivo

Según Sarafino (1988), a través de los procesos cognitivos los niños conocen y comprenden el mundo, esto implica percibir hechos ambientales, interpretar y organizar la información, y memorizarla. Evidentemente, la capacidad cognitiva del bebé, comparada con la de un adulto, es muy elemental. No obstante, son muy capaces y competentes.

Capacidades sensoriales

La audición y la visión son los dos sentidos que más información transmiten del ser humano. No obstante, para el desarrollo del niño, es importante estimular todos y cada uno de los sentidos (Sarafino, 1988).

- La audición

La audición es un sentido muy importante para el infante ya que le permite ubicar personas y sucesos de su entorno. Aproximadamente, a los cuatro meses, los bebés dirigen la cabeza hacia el lugar de donde proviene el sonido de una voz familiar. Entre los tres y ocho meses los bebés distinguen los volúmenes del sonido, cosa que les causa una reacción distinta según el volumen. No obstante, la tonalidad de los sonidos no la distinguen hasta más adelante (Sarafino, 1988).

- La visión

Según Sarafino (1988) la visión se desarrolla rápidamente en la infancia. La capacidad de acomodación o de ajuste focal del ojo, a los cuatro meses está tan desarrollada como la de un adulto.

2.3. LA MATERNIDAD ADOLESCENTE

La maternidad adolescente es un fenómeno que merece especial atención debido a sus implicaciones no solo en la vida de las jóvenes, sino también en la de sus familias, pareja y desarrollo del niño. No podemos olvidar que la maternidad adolescente supone una interferencia en el proceso evolutivo de las jóvenes y sus niños, sin olvidar su contexto social, que también se ve implicado en este proceso.

El marco teórico y conceptual sobre la maternidad adolescente, tiene como objetivo examinar este hecho y su contexto social, haciendo referencia a las diferencias culturales y socioeconómicas que pueden afectar de una manera u otra en la maternidad de las jóvenes. Seguidamente, se aborda también el desarrollo de la adolescente con la llegada de un hijo, para así poder comprender como las jóvenes continúan su proceso evolutivo, y con esto ver en qué aspectos puede o no afectarles. Por otro lado, se trata la importancia del apoyo de la familia y de la pareja en este proceso importante y significativo, como es la maternidad, y más en la adolescencia, ya que es una etapa vital con bastantes dificultades y cambios. El fin de analizar y dar importancia al apoyo que las jóvenes reciben, es el de conocer cuál es el rol que los padres y la pareja de la joven desempeñan en este proceso. Por último, se abordan las posibles diferencias y/o dificultades en el proceso evolutivo de los niños, cuyos padres son adolescentes.

2.3.1. Maternidad adolescente y su contexto social

Actualmente, resulta complicado teorizar acerca del embarazo y la maternidad adolescente sin que éste presente una discusión sobre el entorno en el que ocurre el fenómeno, ya que sus consecuencias no son las mismas para todas las adolescentes. Existen importantes factores sociales, que deben tenerse en cuenta en el trabajo con jóvenes que han vivido esta experiencia (Trindade y Menandro, 2002). Los cambios en las costumbres y hábitos sexuales, y la liberalización de algunos comportamientos no aceptados anteriormente en diversas culturas y sociedades, han producido importantes cambios sociales, que han afectado, principalmente, a los adolescentes actuales (Coleman, 1985).

A través de los medios de comunicación, la escuela, la moda, el internet, y otros factores, la sexualidad está muy presente en la cotidianidad de los adolescentes. Esta realidad hace que los jóvenes establezcan un contacto, muchas veces de manera prematura, con imágenes y comportamientos relacionados con la sexualidad. En algunos casos, este hecho puede ocasionar un aumento de la presión social para la iniciación sexual y un estímulo en el desarrollo de la sexualidad (Coleman, 1985).

Según el Instituto Nacional de Estadística (INE), desde el año 2006, en España, ha disminuido un 15% la fecundidad en mujeres de entre 15 a 20 años. No obstante, en contraposición, ha aumentado en un 20% los abortos en jóvenes de entre 15 y 20 años, es decir, que se puede afirmar, que actualmente, los embarazos adolescentes siguen estando en el foco de la atención sanitaria. Los embarazos adolescentes ocupan un 8% en el total de embarazos en mujeres de entre 15 y 49 años.

En consecuencia con los datos, se deduce que los servicios para prevenir este tipo de embarazos, la mayoría de ellos no deseados, no son suficientes.

Con estos datos, se desencadena una reflexión sobre que sería considerado embarazo en la adolescencia. ¿Es la edad de la chica la que determina que se trata de un embarazo adolescente? ¿Se trata por el contrario de su contexto sociocultural y origen étnico? ¿O quizás el momento socio-histórico en que se

encuentra? (Fernández, 2004). No obstante, después de muchas consultas bibliográficas, se puede afirmar que, actualmente, se toma como punto de referencia la edad de las jóvenes, ya que es muy complejo escoger otro indicador que muestre la realidad.

Es por ésta y otras razones que las investigaciones actuales en psicología evolutiva están basadas en un modelo de interdependencia. Parten de la premisa de que las personas están incluidas en una red de relaciones sociales y perteneces a una colectividad familiar y social. Esta postura teórica permite una visión de la adolescencia más universal y menos limitada a grupos culturales específicos (Greenfield y Suzuki, 1998). Asimismo, dejando de lado las cuestiones culturales implicadas en el proceso, uno de los aspectos que parece ser más relevante en los estudios sobre el embarazo en la adolescencia se trata de los cambios y desafíos vivenciados por los jóvenes que conlleva pérdidas y adquisición de nuevos roles, como ya se ha mencionado anteriormente.

Así, cualquier discusión sobre la temática debe tener en cuenta los aspectos políticos y sociales del entorno de cada adolescente y sus niveles de autonomía material y personal. Porque la respuesta a este fenómeno, depende mucho de los aspectos anteriormente citados (Fernández, 2004).

Los datos señalan que las adolescentes que provienen de contextos socioeconómicos más favorecidos presentan preocupaciones relacionadas con la continuidad de sus estudios, la realización de sus proyectos personales, la interferencia de la maternidad en sus actividades de ocio, relación con amigos y la dependencia financiera de sus padres. En cambio, las jóvenes que proceden de contextos menos favorecidos centran más su preocupación en aspectos económicos, como la manutención del hijo y de ellas mismas (Trindade y Menandro, 2004).

Partiendo de la premisa de que cualquier reflexión sobre la maternidad en la adolescencia debe respetar el contexto social y cultural, además de las condiciones psicológicas y emocionales de cada joven, no se puede afirmar el supuesto de que todo embarazo en la adolescencia es un embarazo no deseado. En algunos casos, la maternidad es una experiencia planificada,

deseada y envuelta de sentimientos positivos. Para algunas jóvenes, la maternidad en estas edades sí forma parte de sus planes personales.

La investigación llevada a cabo por Amazarray, Machado, Oliveira y Gomes (1998), compara estos mismos resultados y hace referencia a los sentimientos positivos de adolescentes frente a la maternidad, en este estudio, las madres adolescentes afirman que, a pesar de las dificultades encontradas, consideran haber pasado por una experiencia gratificante, que contribuyó de forma significativa a su madurez.

A través de estudios como el citado anteriormente, se percibe que la maternidad en la adolescencia puede tener consecuencias distintas, especialmente cuando viene acompañada de apoyo familiar y de la pareja, vivencia de la maternidad como un momento importante de la evolución de la sexualidad, y responsabilidad (Fernández, 2004)

2.3.2. El desarrollo de la adolescente con la llegada del hijo.

En la adolescencia, los cambios provocados por la maternidad se suman a los cambios propios de esta etapa vital, que por sí mismos pueden provocar una inestabilidad emocional. Dicha inestabilidad viene acompañada de sentimientos de ambivalencia, ansiedad, negación y egocentrismo.

La inestabilidad afectiva propia de la adolescencia, sumada a las preocupaciones normales del embarazo, potencia episodios depresivos en las adolescentes. Estos episodios pueden aumentar, cuando aparecen algunos factores, como problemas con el padre del niño, falta de soporte social, decisión sobre el aborto y preocupaciones acerca del cuidado del hijo.

Una investigación realizada con población estadounidense afirma que un 53% de las madres adolescentes presentaron altas puntuaciones en la escala de depresión, y que estos síntomas estaban asociados al bajo apoyo social. Además de la depresión, los trastornos de conducta también parecen estar relacionados con la maternidad precoz. Algunos estudios apuntan que un tercio de las madres adolescentes cumplen con criterios diagnósticos de trastornos

de conducta y que un 54% de las jóvenes con trastornos de conducta se quedan embarazadas alguna vez durante su adolescencia. Sobre las consecuencias en la crianza del hijo, los autores encontraron que jóvenes que tenían una historia de problemas conductuales en la adolescencia, eran madres con comportamientos que iban en dos direcciones: podían ser menos sensibles con sus hijos, generando pasividad, o podían ser muy controladoras, provocando dificultades en el desarrollo de los niños (Trindade y Menandro, 2004).

Todas estas dificultades se deben a que, con la maternidad las adolescentes deben asumir una situación para la cual, en la mayoría de las ocasiones, no se sienten preparadas. Así, se produce un desbordamiento de las posibilidades psicológicas de asimilar la nueva situación y elegir, por si mismas, las opciones y caminos posibles a seguir (Fernández, 2004).

2.3.3. Relaciones de apoyo en la maternidad adolescente.

El entorno social de las madres adolescentes desempeña un papel importante tanto en las causas como en las consecuencias de la maternidad.

En lo que compete al papel de la familia, el embarazo en la adolescencia parece significar una dificultad en la relación entre padres e hijas, con la consecuencia, en algunos casos, de la ruptura de la relación familiar.

El dialogo abierto sobre la sexualidad tiene influencia significativa en la edad de la iniciación sexual y en la prevención del embarazo en la adolescencia. En familias provenientes de contextos socioeconómicos menos favorecidos y con estilos educativos más autoritarios, es posible percibir cierta dificultad en hablar directamente sobre estos temas. Este hecho convierte en menos eficaces y más autoritarias las prácticas de control sobre sus hijas (Trindade y Menandro, 2004).

La estructura familiar queda alterada por la llegada de un bebé cuya madre es una adolescente. En muchos casos, las familias sufren cambios en las dinámicas familiares, que pueden ser positivos y/o negativos. En algunos

casos, las adolescentes estrechan más la relación con sus familias a causa del nacimiento del hijo y durante todo el proceso del embarazo, pero en otros casos, los cambios en las dinámicas familiares traen muchos problemas, ya que se establecen cambios de roles y en algunos casos confusiones en los roles que cada uno de los componentes de la familia debe adoptar (Trindade y Menandro, 2002).

La madre de la adolescente es la figura de apoyo protagonista en la maternidad de las jóvenes. Por este motivo, el gran apoyo de las madres, muchas veces puede causar un intercambio de roles, así convirtiéndose la madre de la adolescente en la principal cuidadora del bebé, hecho que puede causar una confusión de roles entre la madre y la hija (Trindade y Menandro, 2002).

Además de la madre, otra figura que parece tener especial importancia en el embarazo de las adolescentes, así como en los primeros meses de crianza del bebé, es la pareja. El apoyo de la pareja parece ser decisivo en este periodo, ya que se relaciona significativamente con el bienestar psicológico de las jóvenes. Las adolescentes que afirman estar satisfechas con el apoyo de su pareja presentan bajos niveles de ansiedad, depresión y niveles más altos de la autoestima (Cáceres y Escudero, 1998).

Según Cáceres y Escudero (1994), uno de los elementos más importantes en la pareja es la comunicación. Entendiendo como comunicación de pareja, no solo las conversaciones educadas y razonables, sino también, incluyendo las discusiones, las risas, las quejas, las miradas, etc.

Muchos de los problemas de pareja provienen, no de lo que se ha dicho, sino de lo que no se ha dicho. En una pareja es muy positivo expresar los deseos e ilusiones, y no tiene por qué ser verbalmente, hay infinitas maneras de comunicarse (Cáceres y Escudero, 1998).

2.3.4. Intervenciones psicosociales con madres adolescentes: dificultades y posibilidades.

Debido a las dificultades que implica una maternidad en la adolescencia, deseada o no, es importante que los profesionales ofrezcan una especial atención a estas jóvenes.

La idea central de las intervenciones con este colectivo, sería darles herramientas para la formación de una nueva identidad, ahora la de madre, principalmente en lo que se refiere a sus planes educativos, cuidados del bebé y planificación familiar. Solamente así, las madres adolescentes son fortalecidas en su más reciente papel, sintiéndose respetadas, apoyadas, integradas y valoradas en la sociedad. Las intervenciones deben realizarse desde diferentes disciplinas, ya que como se ha dicho anteriormente, la maternidad adolescente afecta a muchos aspectos y ámbitos de la vida. Por esto, las intervenciones deben ir desde lo social hasta lo personal y desde lo físico hasta lo emocional. (Fernandez, 2004)

Las intervenciones con madres adolescentes deben intentar dar mensajes positivistas e intentar que las madres tengan una visión de su embarazo y de su maternidad muy positiva, en definitiva, deben ser un apoyo más en su contexto social y personal.

2.4. LOS VÍNCULOS AFECTIVOS

La capacidad de establecer relaciones o vínculos afectivos con las personas del entorno, es un aspecto propio del desarrollo humano que se inicia en las primeras etapas de la vida. Desde su nacimiento, el bebe mantiene una interacción especial con las personas más próximas, principalmente con las responsables de sus cuidados. La forma como cada persona experimenta estas vinculaciones es la base para la formación de su sistema relacional a lo largo de su vida.

John Bowlby fue pionero en desarrollar el concepto de vínculo afectivo. Sus investigaciones fueron esenciales para el estudio del desarrollo humano y

aportaron conocimientos sobre las posibles consecuencias de los problemas vinculares de las personas en el desarrollo de las enfermedades mentales, no solo en la infancia, sino también en la adolescencia y en la vida adulta. A partir de sus investigaciones, se llevaron a cabo muchos estudios para ampliar y profundizar el concepto de vínculo afectivo. Algunos de ellos se centraban también en desarrollar instrumentos de evaluación de las conductas de apego y vínculo, tan importante en el ámbito clínico como de la investigación.

2.4.1. Las relaciones vinculares en el desarrollo humano

El interés por el papel de las relaciones vinculares en el desarrollo humano vino a partir de las ideas del psiquiatra infantil y psicoanalista John Bowlby, que estudiaba los efectos del cuidado materno o de la falta de atención del cuidador en los niños. El desarrollo de sus ideas partió de investigaciones realizadas por la Organización mundial de la salud (OMS) a mediados del siglo XX. Según Bowlby (1998), para un óptimo desarrollo de la salud mental es esencial que el niño mantenga una vivencia afectiva, íntima y continua con un cuidador, en la cual ambos se encuentren satisfechos y gratificados.

Los conceptos teóricos elaborados por Bowlby parten de diversas áreas del conocimiento humano, como el psicoanálisis, la etología, la psicología evolutiva y cognitiva, la biología y la teoría sistémica. A partir de los conocimientos desarrollados en estos campos, el autor define dos factores que pueden interferir en el patrón vincular formado por una persona: las condiciones físicas y temperamentales del niño, y las condiciones relacionadas con su ambiente.

De acuerdo con Bowlby (1998), el proceso de vinculación ocurre a través de una relación en la que el cuidador proporciona satisfacción a las necesidades del bebé, a través de atención, confort, cariño y protección. El proceso de vincularse afectivamente a las personas más cercanas es una tendencia innata que se consolida a través de la interacción entre el cuidador y el bebé.

La sensibilidad del cuidador para responder a las necesidades de su hijo y la calidad de la interacción entre ambos, contribuyen a generar una sensación de confianza y seguridad que servirá como base para el conocimiento y exploración del ambiente.

El apego se define por los comportamientos de reclamo y acercamiento a la figura de protección, cuando el niño se encuentra en una situación de inseguridad, cansancio, malestar, peligro, etc. Estos comportamientos tienen su correlación cognitiva-afectiva conocida como vínculo, que Bowlby (1998) describe como Modelo Interno de Funcionamiento. Este modelo interno es lo que determina las percepciones de los niños sobre el ambiente, sobre sí mismos y sobre la figura del cuidador. Así, se puede decir que, el apego es una expresión comportamental y observable del vínculo, y éste es un constructo mental interno.

Según Bowlby (1998), los esquemas cognitivos no adaptativos desarrollados en los primeros años de vida de un niño, son fruto de interacciones disfuncionales con sus padres. En el caso de la madre, una vinculación insegura entre madre-hijo condiciona, en parte, las competencias cognitivas y emocionales del niño. Las interacciones iniciales afectan, en alguna medida, a la manera en que los adultos se relacionan posteriormente con sus hijos, y son el pilar de todo el desarrollo emocional de los niños

2.4.2. Los vínculos afectivos en la adolescencia y las posibles implicaciones en la maternidad

La relación de los adolescentes con sus padres o figuras de referencia es relevante en los estudios de sus patrones vinculares con los hijos, en los casos en que se produce la maternidad en estas edades. García (2001), afirma que las madres adultas demuestran más afectos positivos hacia sus hijos que las madres adolescentes. En las situaciones de juego, las madres adolescentes ofrecen directamente los objetos a sus hijos, en cambio, las madres adultas enseñan los pasos necesarios para que los niños sean capaces de cogerlos.

Se puede decir que las madres adolescentes incentivan y motivan menos a los pequeños, que en el caso de madres adultas.

Las madres adolescentes justifican esta diferencia, diciendo que las preocupaciones adicionales que una adolescente vive en su embarazo, así como los primeros meses del bebé influyen mucho en su relación y papel como madre. El estrés experimentado por muchas de las adolescentes seguramente interfiere en la relación que estas establecen con sus hijos (García, 2001).

2.5. ESPACIO FAMILIAR

Los espacios familiares son un servicio educativo dirigido a la pequeña infancia de 0 a 3 años y a sus principales cuidadores. Es un espacio de juego, encuentro y relación entre los más pequeños y sus referentes educativos y emocionales, en el cual se pretende favorecer el desarrollo del niño e incidir positivamente en su contexto familiar (Bassedas, 2005)

Origen

Es un servicio educativo que se puso en funcionamiento en Barcelona el año 1991, impulsado por el ayuntamiento de Barcelona y con la ayuda de la Fundación Bernard van Leer. Este servicio fue fruto de la voluntad política de la Administración municipal de colaborar en la aplicación e implementación de la LOGSE y de ampliar y diversificar la oferta educativa de una sociedad que se encuentra en un cambio constante, y en la cual coexisten una gran diversidad de modelos familiares y educativos (Bassedas, 2005).

Objetivos

Según el documento *“Los espacios familiares de pequeña infancia”* de la Diputación de Barcelona (2006), los objetivos de los espacios familiares son los siguientes:

- Facilitar un espacio acogedor de encuentro para las familias, que fomente el intercambio de experiencias de vida que les ayuden a “saber ser” y “saber hacer” de madres y padres, y evitar el aislamiento y la soledad de las familias con los pequeños.
- Fortalecer la confianza y la seguridad de los principales educadores de los niños, sus madres y sus padres, haciéndoles sentirse competentes.
- Sensibilizar a la familia sobre la responsabilidad de una maternidad y paternidad comprometida y compartida, que les permita
- Atender las necesidades singulares de cada uno de los niños y sus familias
- Dar apoyo a los vínculos emocionales entre los padres y las madres y los hijos.
- Detectar lo antes posible indicios de vulnerabilidad o de riesgo en la familia o en el niño, para poder realizar las intervenciones necesarias y ofrecerles los recursos idóneos.
- Ofrecerles información sobre temas de interés referentes a la crianza y a la educación de sus hijos, con la finalidad que las madres y los padres puedan sentirse más seguros a la hora de tomar decisiones.
- Favorecer un observatorio natural donde las madres y los padres puedan ver, vivir, compartir e interpretar, con otras familias, los avances de sus hijos.
- Ofrecer al grupo de niños espacios y actividades de juego para su edad, que sean estimuladores de sus capacidades de relación, de descubrimiento y de experimentación, juntamente con sus padres.
- Promover la participación y la coordinación en la amplia red social, educativa y sanitaria de la ciudad.

Características

Los espacios familiares de pequeña infancia (0-3 años), según Bassades (2005), deben:

- Mantener una estructura y un funcionamiento ligero y flexible, que respondan a las necesidades y realidades de los niños y sus familias, siguiendo una normativa clara de utilización del servicio. Esta normativa de funcionamiento ayuda a diferenciar estos servicios de otros espacios, tales como:
 - o Los grupos terapéuticos, aunque algunas conductas y actitudes puedan modificarse.
 - o Los lugares de tertulia, ya que el profesional organiza, potencia y conduce las diferentes actividades según los objetivos previstos.
 - o Los lugares de recreo, aunque el juego es el hilo conductor. Se ha comprobado que, a partir de los nueve meses, los juegos suelen ser más elaborados y de mayor nivel cognitivo en los niños cuando están presentes otros niños. Además, aquellos padres y madres que consideran saludable para el desarrollo del niño que tenga contacto y juegue con otros niños, enseñan a sus hijos a respetar a los demás, los guían y les animan a relacionarse, a comportarse adecuadamente con los demás pequeños ya valorar la presencia de los adultos.
- Adecuarse a las necesidades del territorio.
- Garantizar la confidencialidad de las familias y ser respetuosos con otras maneras de ser y de funcionar.
- Informar adecuadamente del alcance del servicio y de las condiciones de pertenencia. Los servicios pueden constituirse como grupos cerrados, es decir, un número determinado de familias y niños, o bien abiertos, que facilitan la entrada de nuevas familias hasta alcanzar el número establecido. Cada estructura de grupo tiene una forma diferente de dinamización y coordinación, la cual los profesionales adecuan en cada momento.
- Los equipos de trabajo del servicio deben ser estables para mejorar la vinculación con el territorio, con las diferentes redes y con los usuarios.

De igual manera, los espacios físicos se convierten en puntos de referencia para todos los que los frecuenta.

- Ser universales, abiertos a toda la población con niños y niñas pequeños. La heterogeneidad ayuda a dar otros modelos ya evitar el etiquetado. Las familias con vulnerabilidad y riesgo social se benefician de los modelos más «normativizados».
- Pueden posibilitar la creación de grupos de autoayuda de manera natural y fuera del servicio. Por lo tanto los espacios familiares de pequeña infancia deberían:
 - Reconocer la competencia familiar.
 - Respetar el derecho a la diversidad.
 - Creer en un concepto de apoyo basado en el protagonismo de todas las personas implicadas.
- Tener el convencimiento de la importancia que tiene el intercambio social.

Destinatarios

Estos servicios están destinados a familias que no pueden acceder o no quieren hacer uso de las guarderías, pero si creen que es necesario y positivo que sus hijos, acompañados por ellos, dediquen algunas horas semanales a realizar actividades que fomenten su desarrollo físico y personal, así fomentando la socialización, no solo de los pequeños, sino también de sus familias. Estos espacios también son útiles para orientar y dar soporte a las familias, concretamente a la familias prematuras (Bassedes, 2005).

En muchos casos se trata de familias desestructuradas y con problemas sociales.

Funciones de los profesionales

En los espacios familiares, las funciones de los profesionales, según Bassedas (2005) deben ser:

- Mantener una sana y cordial "distancia óptima" con el adulto y el niño.
- Realizar acciones educativas con las familias y facilitarles informaciones diversas, sin aleccionarles.
- Mostrar respeto hacia los diferentes enfoques educativos de las familias, prestando atención a prácticas educativas y relacionales que coloquen en situación de fragilidad el sano desarrollo del niño.
- Reconocer y aceptar una práctica profesional no omnipotente (ni todo es educable, ni lo sabemos todo).
- Intercambiar experiencias profesionales con otros técnicos y técnicas del mismo ámbito y otros, haciendo circular los saberes y mostrando a ellos receptivos y colaboradores.
- Mantener una reflexión constante sobre la tarea y su práctica profesional.
- Tener capacidad de planificar, organizar y gestionar el servicio. A grandes rasgos, también, estas serían las habilidades más adecuadas:
- Saber ganarse y mantener, ante los participantes, una autoridad procedente de la ética profesional y del saber técnico.
- Disponer de habilidades comunicativas para saber acoger, cuidar, escuchar y observar, previamente a cualquier acción dirigida tanto a adultos como a niños y niñas.
- Relacionarse con empatía con los adultos y los niños, tanto en escala individual como grupal, así como también con los compañeros y compañeras del equipo de profesionales.
- Saber manejarse con los imprevistos de la tarea diaria y cultivar un minucioso y trabajado «espontaneidad».
- Saber leer la dinámica del grupo en cada momento, para interpretarla adecuadamente y dar las respuestas adecuadas.
- Saber encontrar la distancia óptima entre su rol profesional y la actitud de empatía con los componentes del grupo.

Perfiles profesionales

Según Bassedas (2005), los profesionales de los espacios familiares, deben adquirir unas competencias para así poder realizar satisfactoriamente su trabajo. Las competencias que la autora plantea son las siguientes:

- Improvisación. Los profesionales deben ser capaces de adaptarse a cualquier problema o imprevisto que les pueda surgir en su día a día con las familias.
- Organización. Las sesiones a las que las familias van a asistir, deben estar organizadas y preparadas para así mejorar la calidad de las sesiones. No obstante, deben contar con los imprevistos, así realizando una estructura semi-rígida, ya que cada sesión variará según los asistentes y sus necesidades.
- Confianza en el otro. Los profesionales deben depositar la mayor confianza en las familias ya que ellas son los principales protagonistas.
- Tolerancia. Los trabajadores deben ser tolerantes y respetar las diferentes culturas y maneras de educar de las familias.
- Maduración personal y laboral. Los profesionales de los espacios familiares, deben tener experiencia con la relación y el trato con la pequeña infancia, y también en la relación con las familias de estos. Por otro lado, para poder realizar un buen trabajo, los profesionales deben tener un equilibrio personal y emocional, para así evitar frustraciones.

En los espacios familiares encontramos dos tipos de profesionales, por un lado, la figura del educador social y por otro lado la figura de técnico en educación infantil.

Formas de acceso

A los espacios familiares se puede acceder a través de una derivación de los servicios primarios que crean que necesaria la asistencia a este espacio, por la detección de indicadores de riesgo en el niño o en la familia.

Por otro lado, se puede acceder a los espacios familiares por iniciativa propia de los progenitores, presentando la solicitud en el centro.

2.5.1. Educación social y el espacio familiar

La educación social tiene un papel muy importante en los espacios familiares, ya que como se ha dicho anteriormente, los destinatarios en algunas ocasiones son familiares en riesgo de exclusión social, por diferentes motivos: familias desestructuradas, con pocos recursos económicos y educativos, etc.

El perfil profesional dominante en estos espacios familiares, es la del educador social, sin olvidar el refuerzo y soporte de los Técnicos en educación infantil.

El educador social, tiene como funciones:

- Participación en la elaboración del proyecto educativo global del centro.
- Diseño, ejecución y evaluación de la Programación Anual del centro de acuerdo con los objetivos generales establecidos.
- Definición, creación y adaptación del material necesario para llevar a cabo actividades establecidas por la Programación Anual.
- Participación en la elaboración de los planes de trabajo individuales de los infantes, adolescentes y familias atendidas en el servicio, en coordinación con el resto de los profesionales del centro.
- Seguimiento y evaluación del plan de trabajo educativo individual, en coordinación con los SSAP i EAIAs.
- Soporte técnico al personal de prácticas que colabore con el servicio.
- Responsabilización de las áreas de actuación.
- Coordinación con los talleristas, informáticos y la técnica en educación infantil para realizar la programación de las actividades.
- Participación en la evaluación periódica del grado de logro de los objetivos propuestos, modificando las estrategias y la metodología si es necesario, para adecuar las actividades a la realidad de los usuarios y su entorno. .
- Participación en la elaboración anual de la memoria.

- Intervención directa con los usuarios.

Los espacios familiares pueden ser espacios en los cuales se detecten negligencias o desamparamiento por parte de los padres hacia sus hijos, y los educadores sociales tienen la obligación de informar a los servicios sociales de estas irregularidades. Podemos decir que los espacios familiares pueden ser un foco de detección de negligencias familiares.

3. JUSTIFICACIÓN

Este trabajo es fruto de un gran interés personal por los embarazos adolescentes, ya que es una problemática social que cambia la vida de muchos jóvenes y puede tener repercusiones negativas en el desarrollo de los niños. Por este motivo, los espacios familiares son un servicio importante, ya que apoya y ayuda a muchas adolescentes a llevar a cabo satisfactoriamente su maternidad, por esto, es interesante e importante que se fomente la actividad en estos centros ya que son pilares básicos en los procesos de maternidad de las adolescentes.

La realidad actual de los centros que ofrecen el servicio de Espacio Familiar en Barcelona, se ha podido ver que la demanda es mucho más elevada que la oferta.

Este trabajo se centra, concretamente, en la maternidad adolescente, que ocupa una cuarta parte de los asistentes a este servicio. La investigación y la posterior creación de un manual, pretende ofrecer un servicio más especializado a este colectivo, ya que sus necesidades e inquietudes son, en algunos casos, diferentes al resto de familias.

El hecho de escoger la modalidad de Trabajo de Final de Grado de creación de material, no ha sido otra, que la de aportar herramientas útiles a estos centros y a estas madres adolescentes, para así fomentar la actividad de estos servicios. Por otro lado, no hay que obviar que evidentemente la creación de un material puede abrir las puertas al mundo laboral y, actualmente, en los tiempos en los que vivimos es algo muy importante.

4. METODOLOGÍA Y ORGANIZACIÓN

El presente punto del trabajo, centrará toda su atención en el proceso y metodología para la realización del trabajo. En un primer lugar, se hará un seguimiento por las diferentes etapas en las que ha pasado el trabajo hasta, finalmente, llegar a la creación del material, diferenciando, la investigación y la creación del material

Por otro lado, se especificará y justificará la tipología de métodos y técnicas utilizadas en la investigación, así también, como la muestra que ha sido utilizada para obtener los resultados

4.1. INVESTIGACIÓN

Según McMillan y Schumacher (2006), la investigación es un proceso sistemático de recogida y de análisis de información, con un fin concreto. Afirma que todas las investigaciones tienen unas características comunes, y éstas son las siguientes:

- **Objetividad:** se puede entender como procedimiento o como característica. La objetividad como característica hace referencia a imparcialidad, mente abierta, no subjetividad, en cambio, la objetividad como procedimiento, hace referencia a la recogida de datos a partir de los cuales se puede obtener una interpretación razonable.
- **Precisión:** se refiere a la utilización de un lenguaje preciso y técnico en todas las investigaciones.
- **Verificación:** los resultados deben poderse verificar en investigaciones posteriores.
- **Explicación** detallada: la investigación debe realizar explicaciones complejas y reducir las explicaciones sencillas.
- **Empirismo:** se refiere a investigaciones guiadas por la experiencia y no por la opinión de expertos.

- **Razonamiento lógico:** permite al investigador iniciar una investigación desde unos enunciados general y finalizar con unas conclusiones específicas, esto se denomina razonamiento deductivo, y a la inversa, desde un razonamiento específico llegar a un enunciado general, denominado razonamiento inductivo.
- **Conclusiones provisionales:** son hipótesis y deducciones que el investigador crea después de finalizar la investigación.

Respecto al paradigma, se puede definir como las diferentes aproximaciones que encontramos a la hora de llevar a cabo una investigación, con el fin de clarificar y ofrecer soluciones a los diferentes elementos que nos encontremos Bisquerra (2004).

Según este autor, podemos encontrar tres paradigmas distintos, con sus respectivas características. En primer lugar, encontramos el paradigma positivista que tiene la finalidad de explicar, controlar, predecir fenómenos y verificar teorías, en segundo lugar, el paradigma interpretativo, que tiene como finalidad comprender e interpretar la realidad educativa, los significados de las personas y sus percepciones e intenciones, y por último, encontramos el paradigma crítico, que tiene como finalidad analizar la realidad y concienciar e identificar el potencial para el cambio.

La presente investigación, se encuentra dentro del paradigma positivista o cuantitativo, ya que tanto la búsqueda bibliográfica, como las entrevistas, tienen la finalidad de explicar y definir la situación de la temática del trabajo, como es la maternidad adolescente y los Espacios Familiares de Barcelona. No obstante, en las conclusiones de la investigación y en la creación del material, se demuestra que también ha adoptado elementos del paradigma socio crítico, ya que la propuesta de actividades, tiene el fin de identificar la potencialidad para así fomentarla, y realizar cambios muy positivos y enriquecedores en estos espacios.

Fases

La investigación, según LaTorre y Delio del Rincón (1996), la podemos dividir en tres grandes etapas.



Antes de planificar la investigación, se llevó a cabo la elección del tema y el formato del trabajo que, en este caso, ha sido la creación de material educativo. Una vez escogido el tema y la tipología del trabajo, se realizó la planificación de éste, teniendo en cuenta el tiempo disponible y las acciones a realizar. Para optimizar los resultados de la investigación, es importante realizar un cronograma, en el cual aparezcan todas las etapas de la investigación, para así realizar una organización real en el tiempo. Una vez terminada la planificación de la investigación, nos adentramos a la realización de ésta. En este caso se ha realizado una amplia búsqueda bibliográfica y por otro lado, se han realizado entrevistas a los centros que ofrecen el servicio de Espacio familiar, para así complementar los resultados teóricos con la situación actual sobre esta temática. Los resultados de la búsqueda bibliográfica y de las entrevistas, han sido claves para realizar la última fase, la cual se trata de la comunicación de las conclusiones.

Metodología de investigación

La metodología según Latorre y Delio del Rincón (1996), tiene un carácter general. Se refiere a la manera de realizar la investigación, y más concretamente a los supuestos y principios que la rigen

En esta investigación se ha empleado una metodología cuantitativa que según Latorre y Delio del Rincón (1996) el objeto de la investigación es explicar, predecir y controlar los fenómenos educativos.

Como se ha podido ver, la investigación ha tenido como finalidad definir el estado actual de los Espacio familiares, para así poder proponer una serie de actividades adecuadas para la realidad de los centros.

Método

Según Latorre y Delio del Rincón (1996) el método es el camino para intentar lograr un fin, en este caso la investigación. En ésta, sea utilizado un método cuantitativo, específicamente, no experimental descriptivo. Según McMillan y Schumacher (2006), el método no experimental descriptivo, se refiere a un fenómeno existente que el investigador evalúa con el fin de caracterizar algo tal y como es.

Como se puede ver, en esta investigación, se ha realizado un relato objetivo, sin interferir en el escenario. La finalidad ha sido describir con detalle el estado actual del embarazo adolescente y de los espacios familiares.

Técnicas de recogida de datos

Según McMillany Schumacher (2006), las técnicas de investigación cuantitativa destacan categorías a priori para la recogida de datos. El fin es proporcionar descripciones, relaciones y explicaciones.

En esta investigación, se ha llevado a cabo la entrevista estructurada, ya que el fin era simplemente, describir la situación actual de los espacios familiares, totalmente de manera objetiva.

La entrevista estructurada, según McMillan y Schumacher (2006), es un conjunto estándar de preguntas, que se plantean de forma oral y en persona y están preparadas de antemano. Las preguntas están redactadas de tal manera, que la respuesta sea única y concreta.

Muestra

Según McMillan y Schumacher (2006), la muestra es el grupo de sujetos, de los cuales, se han recogido los datos.

Existen dos tipologías de muestra, por un lado el muestreo probabilístico y por otro lado, el no probabilístico. En esta investigación la muestra ha sido no probabilística.

En el muestreo no probabilístico el investigador escoge sujetos que resultan accesibles o que pueden representar ciertos tipos de características McMillan y Schumacher (2006).

Según Bisquerra (2010), dentro de los muestreos no probabilístico, podemos encontrar diferentes tipologías:

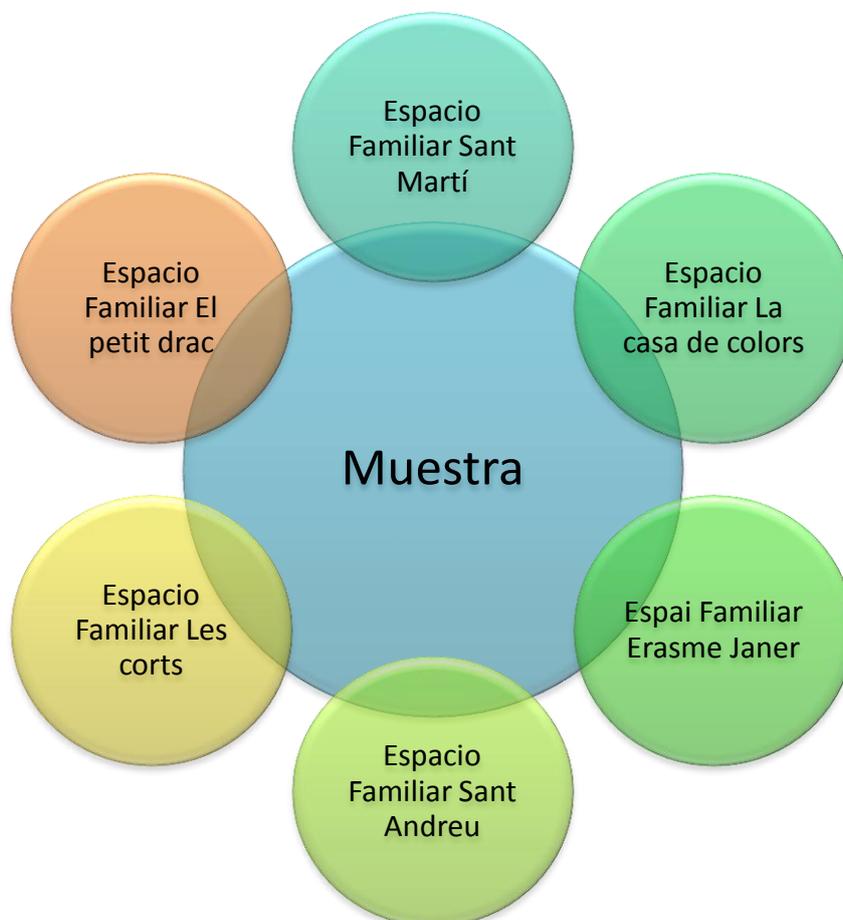
- Muestreo causal o por accesibilidad
- Muestreo Intencional u opinático
- Por cuotas
- Por bola de nieve.

En la presente investigación, se ha utilizado el muestreo no probabilístico causal o por accesibilidad. Bisquerra (2010), define el muestreo causal por la facilidad de acceso que el investigador tiene a la muestra, ya que la muestra está presente en un lugar determinado y en un momento concreto.

El muestreo ha sido causal, ya que las entrevistas se han realizado en los espacios familiares de Barcelona, centros accesibles en un lugar y tiempo

determinado. La elección de esta muestra, se puede justificar, referenciando a la información recogida, ya que la información que han ofrecido los centros, es información que, únicamente, manejan ellos.

La muestra de la investigación, consta de seis centros:



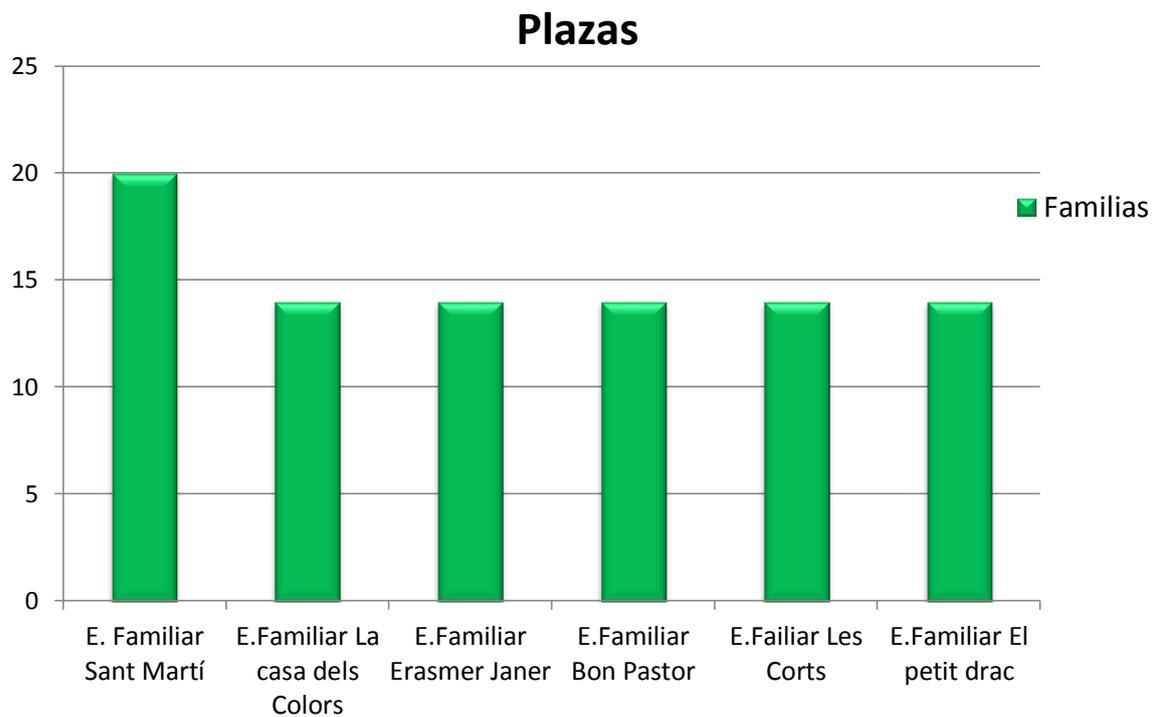
Resultados

Para plasmar visualmente los resultados y favorecer la comprensión de las entrevistas estructuradas, se utilizarán gráficos.

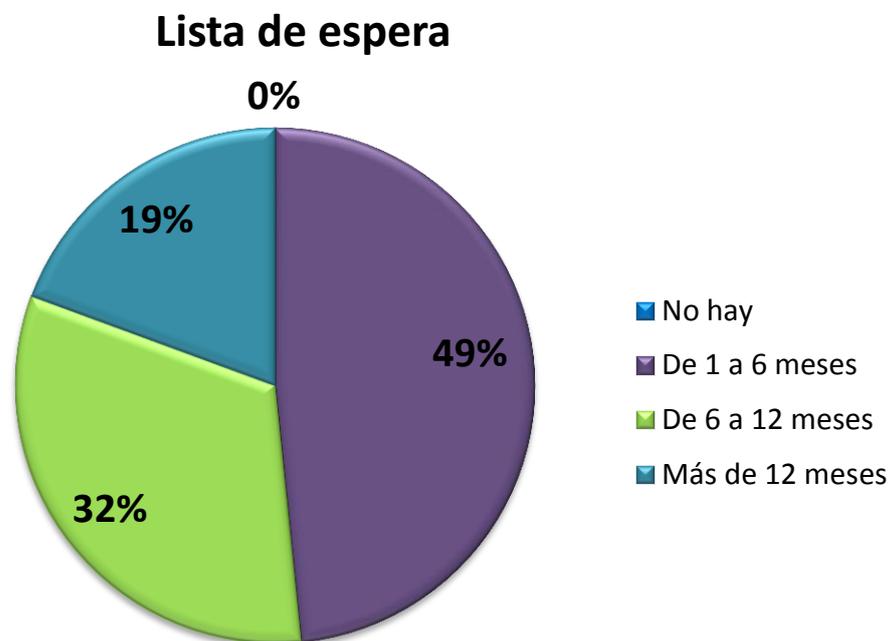
La entrevista, al ser muy estructurada, las respuestas han sido bastante cerradas y eso ha permitido utilizar esta herramienta.

Teniendo en cuenta el ítem sobre el número de plazas, se ha comprobado que todos los centros disponen de las mismas plazas. En todos los centros existen tres grupos compuestos de 14 familias cada uno. Por otro lado, en el Espacio

Familiar Sant Martí tienen 6 familias más, ya tienen un grupo únicamente de familias adolescentes.



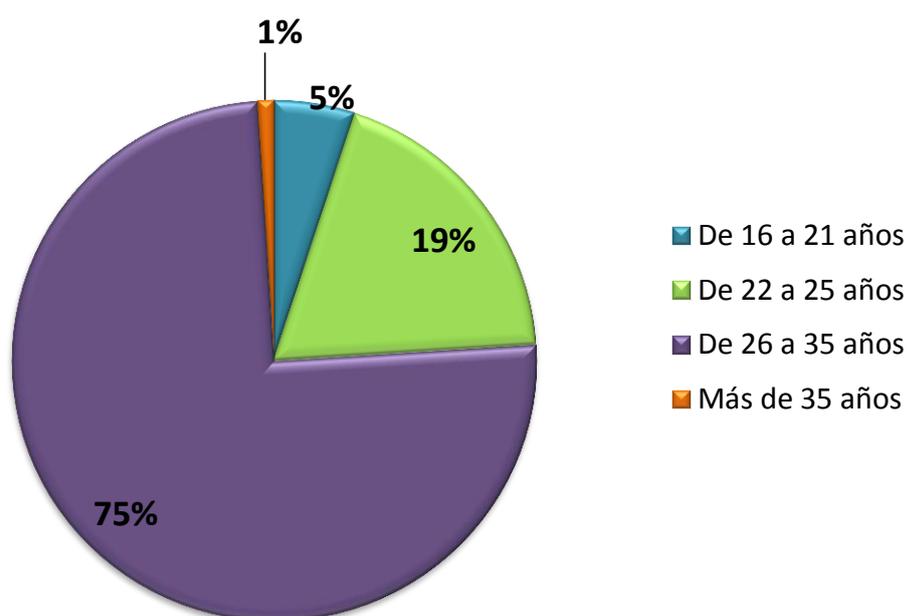
En cuanto a la lista de espera, como podemos ver en el gráfico, más el 50% de los centros tienen una lista de espera superior a 6 meses.



Respecto a la edad media de las familias que acuden a este servicio, todos los centros coinciden en que la franja etaria más habitual es de 26 a 35. No obstante, señalan que una pequeña parte de los usuarios son padres adolescentes.

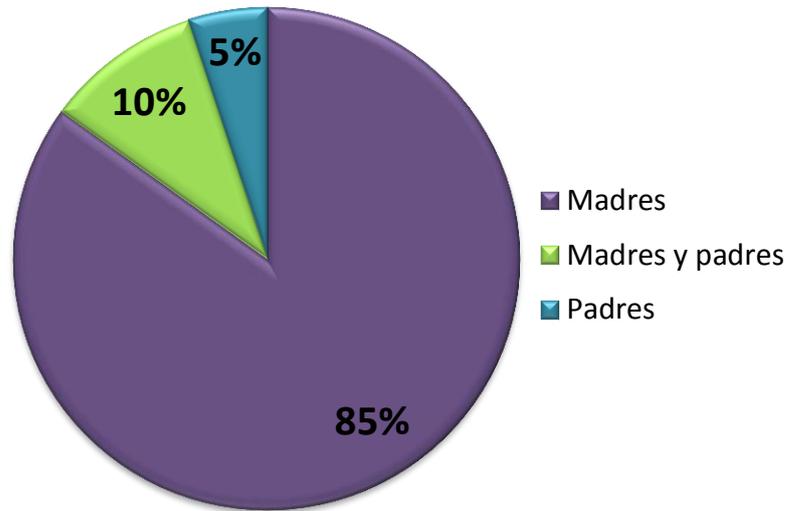
Casi un 25% de las familias que asisten al servicio, son menores de 25 años.

Edad de las familias usuarias del servicio



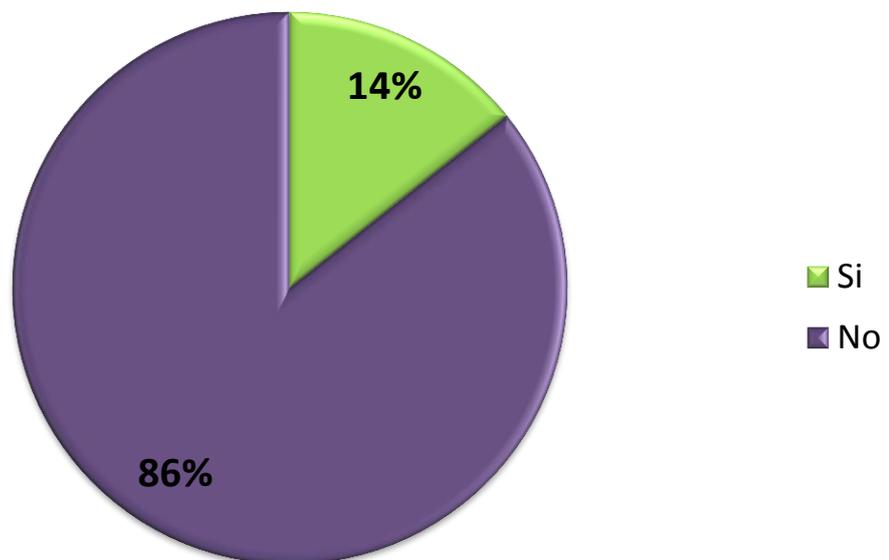
En referencia a, si participaban más, únicamente madres, o madres y padres o solo padres, los resultados se pueden visualizar en el gráfico. Como podemos ver, la mayoría de los usuarios son únicamente madres con sus hijos. Lo menos usual, es que los padres asistan solos con sus hijos.

Usuarios del servicio



Por último, como podemos ver en el gráfico, únicamente uno de los seis centros, dedica una sesión semanal únicamente para madres adolescentes.

Dedican sesiones para madres adolescentes?



4.2. CREACIÓN DEL MATERIAL

Por otro lado, la segunda etapa del trabajo ha sido la creación del Manual de actividades. En ésta, podemos destacar tres fases. La primera se trata del análisis de necesidades, es decir, los resultados de las entrevistas realizadas en la investigación, ya que los resultados de las entrevistas son la justificación de la creación de este material. Seguidamente, se ha realizado la planificación y el diseño del material, así teniendo en cuenta los objetivos de éste y la población a la que va destinado. Por último, se ha llevado a cabo la realización del material teniendo en cuenta, evidentemente, el previo diseño.

Metodología

El Manual de actividades, está basado en la metodología del juego.

Después de consultar diferentes fuentes, es difícil construir una definición de juego, no obstante, Romero y Gómez (2003) el juego tiene unas características comunes que nos ayudan a diferenciar lo que es juego y lo que no. Las características que la autora propone son las siguientes:

- El juego es libre. Es una actividad espontánea y no está condicionada por refuerzos externos, ya que el juego surge de una motivación interna.
- El juego produce placer. Ya que deja la seriedad y la rigidez a un lado, para realizar acciones llenas de diversión y flexibilidad.
- El juego organiza las acciones de un modo propio y específico.
- En el juego lo importante son los medios y no los fines. Es muy importante el proceso que se realiza con los juegos, dejando un poco de lado el fin, ya que como se dice, “lo importante es participar”.
- El juego es una actitud ante la realidad y ante el propio comportamiento. Se puede entender el juego como una manera de interactuar con la realidad, como una manera de hacer.

La autora destaca diferentes tipos de juego durante la primera infancia. Por un lado, los juegos motores, que son aquellos en los cuales se desarrollan

competencias motoras y físicas, y por el otro, los juegos de interacción social, que son los que fomentan las relaciones y competencias sociales de los niños.

Por otro lado, López (2005) define metodología participativa como un conjunto de procesos, procedimientos, técnicas y herramientas que implican activamente a los participantes.

Este mismo autor, señala que los usuarios deberían participar en mayor o menor grado en una serie de aspectos como la detección y priorización de necesidades, la concreción de los objetivos, la delimitación de los contenidos, la detección de ideas previas, las actividades y aprendizajes de los contenidos y por último, en la evaluación. En la realización de las actividades del manual propuesto, los usuarios participan activamente en la evaluación, y al ser ésta de tipología continua, permite que los usuarios tengan una gran participación en la creación de las actividades y en los contenidos en los que éstas se basaran.

Las actividades propuestas se basan en la participación activa de los usuarios, ya que como bien dice López (2005) la metodología participativa es un medio facilitador de diálogo, reflexión, análisis, etc., y estos elementos son claros objetivos de las actividades propuestas

Respecto a las técnicas que la metodología participativa ofrece, López (2005) destaca técnicas como las de animación y presentación, las de análisis general, las de ejercicios de abstracción, las de organización y planificación y por último las de comunicación

Resultados

Los resultados de la creación del material, es el propio Manual¹

¹ Ver en página 39.

COGIDOS DE LA MANO

**Dosier de actividades para madres y padres
adolescentes**



Raquel Rios Monteoliva

2013

ÍNDICE

1. Introducción	42
2. Situación actual de los Espacios familiares en Barcelona	43
3. Justificación	48
4. Actividades	50
4.1. Actividades para madres	51
4.1.1. La maternidad adolescente desde diferentes puntos de vista	52
4.1.2. ¡Por nosotras!	55
4.1.3. Mmmm... ¡Que rico huelo!	57
4.1.4. ¿Cómo soy y como quiero ser?	59
4.1.5. ¿Por qué llora mi bebé?	62
4.1.6. ¿Hacemos un café?	64
4.1.7. Yoga para mamás	66
4.2. Actividades para padres, madres e hijos	67
4.2.1. Masaje infantil	69
4.2.2. ¡Juguemos con ellos!	71
4.2.3. Yoga con mi bebé	74
4.2.4. Cuentacuentos!	76
4.2.5. ¡Bailemos juntos!	79
4.2.6. ¡Nosotros también somos músicos!	81
4.2.7. ¡Se creativo!	82
4.3. Actividades para padres y madres	85

4.3.1. Yoga para parejas	86
4.3.2. La violencia en la pareja	89
4.3.3. Tú eres yo y yo soy tú	92
4.3.4. ¿Nuestra relación es tóxica?	95
4.3.5. ¡Construyamos nuestro álbum de fotos	97
4.3.6. ¡Resolvamos nuestros conflictos!	99
5. Evaluación de las actividades	102

1. INTRODUCCIÓN

El siguiente apartado del trabajo, tiene como objetivo ofrecer un abanico de actividades con el fin de que los profesionales las puedan llevar a cabo en un espacio familiar. Lo podemos definir como un catálogo de talleres para así facilitar y/o enriquecer el trabajo que realizan los educadores sociales y los técnicos en educación infantil, que trabajan en estos espacios.

Las siguientes actividades, van dirigidas a niños de 0 a 3 años y a sus principales cuidadores, que son las madres, y en menor número, los padres. Concretamente las actividades van dirigidas a progenitores adolescentes que de manera deseada o no, actualmente, son padre.

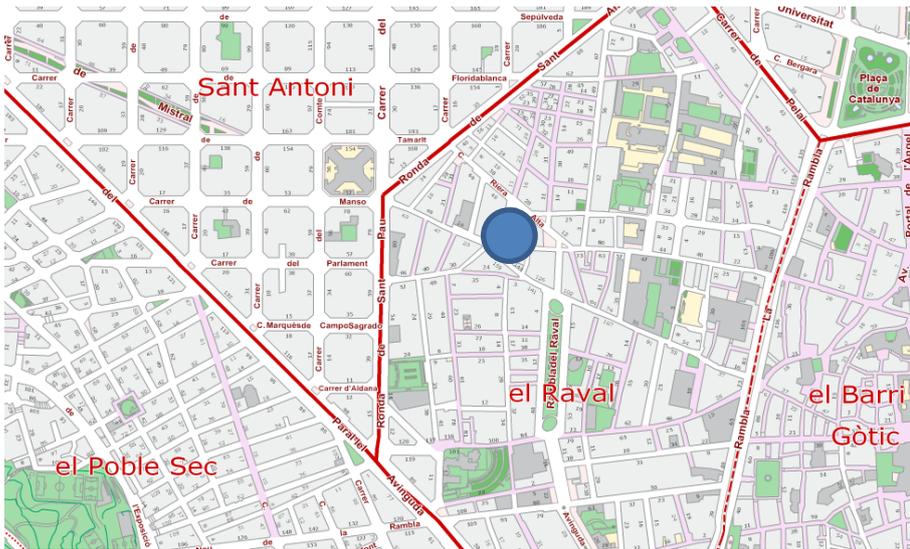
Para favorecer la adecuación de las actividades y así cubrir el máximo de necesidades posibles de los usuarios, las actividades están divididas en tres grupos, un grupo únicamente de madres, otro de madres, padres e hijos, y por último, uno de padres y madres. La figura de los abuelos, es muy importante, pero no es conveniente que los abuelos asistan a estos espacios, ya que en alguna ocasión pueden dificultar la evolución de los padres adolescentes y con esto, perjudicar la creación y el fortalecimiento del vínculo afectivo entre los hijos y sus padres.

2. SITUACIÓN ACTUAL DE LOS ESPACIOS FAMILIARES DE BARCELONA

Actualmente, en Barcelona únicamente existen 6 centros que ofrecen el servicio de *Espacio familiar*, tres de ellos con titularidad municipal.

Los centros que ofrecen este servicio son los siguientes:

- Espacio familiar Erasme Janer. Este centro se encuentra en la calle Erasme de Janer, en el distrito de Ciutat Vella.



- Espacio familiar Casa de los Colores, se encuentra en el paseo Zona Francia, en el distrito de Sants Montjuic



centro Sant Martí, ya que tiene 4 grupos. Mantiene los tres grupos igual que el resto de centros, pero ha añadido un grupo únicamente formado por 6 núcleos adolescentes que han experimentado la maternidad prematuramente.

La demanda es muy superior a la oferta y esto lo podemos ver en las largas listas de espera, que en todos los centros superan los 6 meses, y pueden llegar hasta un año.

Respecto a la tipología de asistentes, se puede afirmar que la mayoría de los usuarios son únicamente madres con sus hijos, con edades de entre 22 a 35 años. La minoría de los asistentes son los padres acompañados únicamente por sus hijos.

3. JUSTIFICACIÓN DEL MANUAL

La maternidad adolescente, actualmente, ocupa casi un 10 % del total de nacimientos en España. Las madres adolescentes, en muchas ocasiones caen en depresiones y estados de crisis, ya que al estrés emocional y cambios causados por la maternidad, se suman a las crisis de identidad típicas de la adolescencia.

Los espacios familiares ofrecen a las madres adolescentes un espacio donde expresar sus inquietudes, y en estos casos de maternidad, es muy importante el apoyo que la joven reciba. Cuanto más apoyo familiar, de pareja y social reciba, menos posibilidades hay de que la joven padezca episodios depresivos. Por este motivo, los espacios familiares son un pilar básico en las jóvenes que han sido madres, ya que ofrecen un apoyo social que les permite socializarse con personas que pueden comprender su situación. Por otro lado, como dice Fernández (2004) es básico darles herramientas para fortalecer su nueva identidad como madre, para así favorecer su empoderamiento personal, así como también el vínculo afectivo con su hijo y su pareja. Por otro lado, no podemos obviar que muchas de las madres adolescentes son abandonadas por sus parejas, y se encuentran perdidas en un mundo nuevo para ellas. No obstante, es interesante incluir a los padres en las actividades, para así dar la oportunidad a los padres que mantienen su apoyo e implicación en esta etapa.

Como se ha dicho anteriormente, el manual pretende ofrecer herramientas para cubrir estas necesidades que las madres adolescentes, en muchos casos, presentan.

Teniendo en cuenta las diferentes necesidades que la maternidad adolescente presenta, el manual de actividades se ha dividido en tres bloques, el primero está dedicado al empoderamiento personal de las madres, así teniendo en cuenta, como dice Erikson (1981) la identidad no se forma únicamente con la historia personal, sino las informaciones y valoraciones que se reciben de la sociedad, ayudan a crear la propia identidad. Con esto, podemos decir que, es importante ofrecerles herramientas a las madres adolescentes para que

construyan su nueva identidad y así evitar episodios de crisis que les puedan afectar a la crianza de sus hijos. Ya que en algunas ocasiones, la falta de vínculo afectivo entre padre e hijo, puede causar dificultades en el desarrollo del niño. Es importante, teniendo en cuenta que los adolescentes crean su identidad en esta etapa, tener en cuenta las difusiones de roles que pueden existir entre la joven madre y su madre, es decir la abuela del niño. Las actividades diseñadas, fomentan la diferenciación de roles, así empoderando a la joven para que sea ella capaz de criar a su hijo. Como apuntaba Trindade y Menandro (2002), en la maternidad adolescente, se suelen dar casos de difusiones de roles, en el que la madre adolescente se acaba convirtiendo en una hermana de su hijo, y la abuela del niño, se acaba convirtiendo en su madre. Con las actividades propuestas se pretende evitar estos cambios de roles, así como ya se ha dicho anteriormente, empoderando a la joven para que ella sea y se crea capaz de criar correctamente a su hijo.

El segundo bloque, está destinado a ofrecer herramientas a los padres, para así conseguir que éstos lleven a cabo una buena crianza de sus hijos, y puedan crear vínculos afectivos. Los vínculos afectivos, como decía Bowlby (1998) son la base del desarrollo humano. Por esto, los espacios familiares son refuerzos muy positivos para las jóvenes madres, porque les ofrecen un aprendizaje integral, no solo como madres. Y por último, el tercer bloque, está destinado a ofrecer estrategias de comunicación de pareja, y la resolución de conflictos. Como dice Cáceres y Escudero (1994), la comunicación de pareja es la causante de muchos de los conflictos, por eso es muy importante fomentarla. La falta de comunicación y estrategias de resolución de conflictos, hace que las madres adolescentes puedan caer en episodios depresivos, así también afectando al niño y a su desarrollo integral.

Por otro lado, es interesante proponer actividades para este colectivo, ya que de los seis centros que existen en Barcelona, únicamente, uno dedica una sesión a la semana a estas madres adolescentes. Se ha podido ver, que hay una demanda, ya que los Espacios Familiares tienen listas de espera de entre seis y un año, y parte de las familias, son adolescentes. Por este motivo, la utilidad y funcionalidad del Manual creado en este trabajo, es muy alta. Además, estos servicios son bastantes novedosos, ya que los centros no

tienen más de cuatro años de antigüedad, así que se puede decir que este servicio, es casi nuevo. Con esto, se pretende dar a entender que la creación de este manual puede orientar y enriquecer la práctica educativa que se realiza en ellos.

4. ACTIVIDADES

Las siguientes actividades, como ya hemos citado anteriormente, están clasificadas según los destinatarios y su objetivo, para así intentar cubrir el máximo de necesidades e intereses de éstos.

Los objetivos generales de las actividades son, crear y/o mejorar el vínculo afectivo entre los padres y sus hijos, así como también ofrecer estrategias para el desarrollo físico y psicosocial del bebé, fomentar el empoderamiento personal en las madres, y por último, fortalecer la relación de pareja.

Cada bloque de actividades responde a un objetivo general concreto. Dentro de cada grupo existen diferentes actividades que responden a objetivos específicos, que van en consonancia con el objetivo general de ese bloque.

Crear y/o mejorar el vínculo afectivo entre los padres y sus hijos, así como también, ofrecer estrategias para el desarrollo físico y psicosocial del bebé

Fomentar el empoderamiento personal de las madres

Fortalecer la relación de pareja

ACTIVIDADES PARA MADRES

Las siguientes actividades van destinadas a las madres adolescentes que acudan al espacio familiar. En este caso, las únicas participantes de las actividades son ellas. Es importante que tengan un espacio para trasladar sus preocupaciones en un lugar tranquilo, y rodeadas de sus iguales.

Las siguientes actividades responden al objetivo general de fomentar el empoderamiento personal, ya que en muchas ocasiones la maternidad adolescente produce muchas inseguridades y a consecuencia delegan sus funciones maternas a sus madres, es decir a las abuelas de sus hijos. Para que esto no suceda y no existan confusiones y cambios de roles, se presentan una serie de actividades para fortalecer el empoderamiento personal, y así evitar las dificultades, anteriormente explicadas.

Actividad 1: La maternidad adolescente desde diferentes puntos de vista

La actividad “*La maternidad adolescente desde diferentes puntos de vista*”, se trata de un video fórum en el que las usuarias puedan visualizar ejemplos de maternidades adolescentes, desde diferentes puntos de vista.

Objetivos específicos

Fomentar el empoderamiento personal de las madres

Ofrecer diferentes visiones referente a la maternidad adolescente

Ofrecer estrategias de comportamiento

Detectar malas practicas de crianza

Justificación

El video fórum ofrece la oportunidad a las madres adolescentes, a verse reflejadas, o no, en los casos que las películas relatan. Este aspecto les puede ayudar a reflexionar sobre las buenas y las malas prácticas, así también, como a ver su embarazo desde otros puntos de vista, quizás no como una problemática, sino como una oportunidad. Por estos motivos, es importante crear un espacio de debate y reflexión.

Desarrollo de la actividad

La actividad se llevará a cabo en una sala, en la que existan los recursos necesarios para desarrollarla. Después de visualizar la película, el educador social realizará una serie de preguntas las cuales incitaran a las jóvenes a

debatir sobre los diferentes aspectos que han podido visualizar. Las posibles preguntas que el educador puede proponer son las siguientes:

- ¿Qué buenas prácticas habéis podido ver?
- ¿Qué malas prácticas habéis podido ver?
- ¿Qué haríais vosotras en su situación?
- ¿Qué opináis sobre la respuesta de la familia y de la pareja respecto a la maternidad adolescente?
- ¿Seguís pensando que el embarazo adolescente es un problema? O una oportunidad?
- ...

Recursos

Materiales	Personales	Espaciales
-Televisor	-Educador social	-Sala polivalente
-Video	-Usuarías: madres adolescentes	
-Películas:		
- La fuerza del amor		
- El mejor		
- Un sabor a miel		
- The Greatest		
- Precious		
- Juno		
- Los chicos de mi vida		
- For keeps		

Temporalización

La actividad propuesta tiene una duración de dos horas. La primera parte consistirá en la visualización de la película, y la segunda parte, en el debate. Si

el tiempo disponible es inferior, el educador puede seleccionar las escenas más importantes para realzar el debate.



Actividad 2: ¡Por nosotras!

La actividad “¡Por nosotras!”, se trata de una sesión de relajación en las que las madres puedan dedicar ese tiempo, únicamente, a ellas y a su cuidado psicológico y físico.

Objetivos específicos

Fomentar el empoderamiento personal de las madres

Ofrecer espacios de cuidado personal, tanto psicológico como físico

Ofrecer a las madres adolescentes un espacio libre de estrés y responsabilidades

Justificación

Los ejercicios de relajación son importantes e interesantes, y más en madres adolescentes, ya que en poco tiempo sus vidas han realizado muchos cambios, que en muchas ocasiones no les ha dado tiempo a asimilar. Las jóvenes deben tener espacios dedicados, únicamente, a su cuidado y así poder olvidarse de todos los problemas y responsabilidades que tienen día a día. La canalización del estrés favorece la visión sobre la maternidad, y mejora la relación con el bebé y la pareja.

Desarrollo de la actividad

La actividad se llevará a cabo en una sala polivalente, en la cual haya espacio suficiente para que todas las madres puedan estirarse en el suelo. La actividad consistirá en dos partes, una de relajación en la que las jóvenes estarán estiradas en el suelo y el educador social leerá un texto sobre la autoestima

acompañado de una música de fondo relajante. En la segunda parte, las jóvenes se agruparan en parejas para realizar un masaje relajante. El educador social, en esta segunda parte, únicamente será un mero espectador.

Recursos:

Materiales	Personales	Espaciales
-Escrito sobre la autoestima:	-Educador social	-Sala polivalente
- Creer en uno mismo	-Usuarías: madres	
- Yo soy yo	adolescentes	
- Susurros del tiempo		
-Música relajante:		
- Música zen		
- Música para la meditación		
-Equipo de música		

Temporalización

Esta sesión está prevista para realizarla en 1,15h, teniendo en cuenta que los primeros tres cuartos de hora, deben estar destinados a la relajación, y el resto de la sesión, al masaje entre parejas.



Actividad 3: Mmmm ...¡que bien huele!

La actividad “*Mmmm... ¡que rico huele!*”, trata sobre las diferentes estrategias de cocina que las jóvenes pueden necesitar para alimentar a sus bebés. La actividad se basa en mostrarles diferentes técnicas de cocina, y también, una recopilación de recetas culinarias aptas para bebés.

Objetivos específicos

Fomentar el empoderamiento personal de las madres

Ofrecer diferentes técnicas de cocina

Ofrecer un amplio abanico de posibles recetas culinarias aptas para bebés.

Determinar que alimentos están prohibidos para los bebés y que alimentos son beneficiosos para éstos

Justificación

Es muy importante la buena alimentación de los bebés para así asegurar el buen desarrollo tanto físico como cognitivo. El hecho de tener un buen manejo de la cocina, no únicamente es beneficioso para el bebé, sino también para las jóvenes madres que aumentan su autoestima, al ver que ellas solas son capaces de cuidar a sus bebés satisfactoriamente. El dominio de la cocina les aporta autoestima y seguridad en sí mismas.

Desarrollo de la actividad

Esta actividad se llevará a cabo en una sala polivalente en la que haya la posibilidad de visualizar videos. La sesión se dividirá en dos partes, la primera,

se pasaran algunos videos para mostrar las técnicas de cocina básicas, que les puedan ser útiles a las madres, y la otra parte de la sesión, se trata de la creación de un libro de cocina formado por todas las jóvenes madres, sin olvidar la ayuda y colaboración del educador.

Recursos

Materiales	Personales	Espaciales
- Televisor	-Educador social	-Sala
- Video	-Usuarías: madres	polivalente
- Videos de cocina :	adolescentes	
<ul style="list-style-type: none"> ○ Comida para bebés y niños hecho por mamá ○ Como hacer comida para bebés 100% natural ○ Trucos simples de cocina ○ Técnicas de cocina 		
- Folios y bolígrafos		

Temporalización

Está sesión esta programa para realizarla en una hora y media, teniendo en cuenta que la primera media hora debe estar destinada a los videos de cocina y el resto de la sesión, a la creación del libro de recetas.



Actividad 4: ¿Como soy y como quiero ser?

La actividad “¿Como soy y como quiero ser?”, trata sobre el conocimiento de uno mismo y todo lo que nos rodea, sin olvidar la motivación que debemos tener para superar las dificultades que se nos presenten en el día a día.

Objetivos

Fomentar el empoderamiento personal de las madres

Fomentar la motivación ante el día a día

Ofrecer herramientas para el autoconocimiento

Justificación

Es importante trabajar la motivación y el autoconocimiento para así superar las dificultades que pone la vida. Especialmente, en las madres jóvenes, esta motivación es aún más necesaria, ya que la maternidad se les puede quedar muy grande, y es posible que necesiten todas las fuerzas posibles para seguir hacia adelante. Es muy interesante e imprescindible que las jóvenes dediquen tiempo a conocerse más profundamente, y sentirse especiales y únicas.

Desarrollo de la actividad

La actividad se llevará a cabo mediante una ficha, que previamente, el educador ha preparado. La ficha constará de una serie de preguntas sobre la vida de las chicas y sobre ellas mismas. Después de rellenar las preguntas que

se les proponen, se realizará una puesta en común. No obstante, si hay alguna joven que no quiere compartir sus respuestas, debemos respetarla.

Ejemplo de ficha:

¿COMO ERES, Y COMO QUIERES SER?

EDAD:

- ¿Que querías ser cuando tenías 8-9 años? Porque?

- Escribe tres cosas que te gusten mucho de ti.

- Explica 10 éxitos de tu vida.

- Piensa 10 objetivos para este año

- ¿Qué regalo te harías?

- ¿Porque estarías dispuesto a luchar?

- ¿Qué es lo que ves importante de ti?

- ¿Cuáles son los pilares de tu vida?

Recursos

Materiales	Personales	Espaciales
- Fichas	-Educador social	-Sala polivalente
- Bolígrafos	-Usuarías: madres adolescentes	

Temporalización

Esta sesión está programada para realizarla en una hora. La primera parte será, en la cual las jóvenes, respondan las preguntas, y la segunda parte, tratará de la puesta en común de las respuestas de las jóvenes que quieran compartirlas.



Actividad 5: ¿Porque llora mi bebé?

La actividad “¿Porque llora mi bebé?”, consiste en una charla en la cual una enfermera visitará y resolverá todas las dudas que las jóvenes madres le presenten. Esta actividad será más que una charla ya que habrá un *feedback* constante.

Objetivos

Fomentar el empoderamiento personal de las madres

Resolver las dudas que las madres puedan tener sobre el cuidado de su bebé y sobre ellas mismas

Ofrecer diferentes estrategias de actuación, delante de situaciones referentes a la salud

Justificación

Para fortalecer la seguridad de las jóvenes y la identidad como madres, es importante ofrecerles herramientas y pautas de actuación, para así conseguir que ellas se sientan más seguras y crean en sí mismas. Por otro lado, el hecho de que sea una enfermera la que les ofrezca esta información, hace que las jóvenes puedan preguntarle todas las dudas que puedan tener, no solo referentes a su bebé, sino también, sobre ellas.

Desarrollo de la actividad

La presente actividad se desarrollará en una sala polivalente, y sencillamente, consistirá en una conversación entre una enfermera, del ambulatorio del barrio,

y las jóvenes del centro, donde el educador social tendrá la función de motivar a las chicas a preguntar todas sus dudas, y a realizar la tarea de moderador.

Recursos

Materiales	Personales	Espaciales
- No se necesitan	-Educador social -Usuarías: madres adolescentes	-Sala polivalente

Temporalización

La actividad esta propuesta para realizarla en una hora y cuarto, para que así las jóvenes y la enfermera tengan tiempo a conversar tranquilamente.



Actividad 6: ¿Hacemos un café?

La actividad “¿Hacemos un café?”, se trata de un espacio libre y distendido en el que las madres adolescentes conversen entre ellas y puedan comentar vivencias e inquietudes sobre su maternidad.

Objetivos

Fomentar el empoderamiento personal de las madres

Ofrecer un espacio distendido y relajado

Fomentar la cooperación y la ayuda entre las jóvenes

Justificación

En algunas ocasiones, las madres adolescentes tienen dificultades para crear espacios de conversa con diferentes personas, ya que quizás en su entorno social no pueda tratar el tema de la maternidad ya que no forma parte de la vida de ese grupo. Por esto, es importante aprovechar el servicio de Espacio familiar, para ofrecer un espacio distendido y de conversa, en el que las jóvenes puedan hablar con sus iguales, de temas que les inquieten y de experiencias vividas.

Desarrollo de la actividad

La actividad se desarrollará en una sala polivalente. El educador, preparará unos cafés y refrescos, y algo para picar, para así crear un ambiente distendido y acogedor.

La función del educador es ofrecer soporte y respuesta a las preguntas que las jóvenes le puedan realizar

Recursos

Materiales	Personales	Espaciales
- Cafés	-Educador social	-Sala polivalente
- Pica-pica	-Usuarías: madres adolescentes	

Temporalización

La sesión está propuesta para desarrollarla en una hora.



Actividad 7. Yoga para mamás

La actividad “Yoga con mamás”, se trata de una sesión dedicada a vivir la maternidad desde una mirada relajada y de confianza. Esto lo permite el yoga, que es una disciplina que une lo físico con lo mental, así consiguiendo el bienestar de ambos.

El yoga se puede definir como una actividad que pone en movimiento o inmoviliza el cuerpo de forma útil, armoniosa, inteligente, consciente y agradable, al ritmo de una respiración consciente (Philizot, 1995)

Objetivos

Fomentar el empoderamiento personal de las madres

Fomentar el control físico y mental

Ofrecer una estrategia para mejorar su bienestar mental

Justificación

El yoga permite trabajar tanto la mente como el físico de manera tranquila y relajada. Haciendo conscientes a las madres, de su cuerpo, su mente y su respiración.

Estas actividades relajantes, son muy fructíferas, sobretodo en madres adolescentes, ya que estos sufren en muchas ocasiones estrés por las situaciones inesperadas que la vida les propone día a día.

Los beneficios mentales, que son los más interesantes para las destinatarias, son los siguientes:

- Estabilidad emocional y mental
- Ayuda a combatir la depresión
- Ayuda a dormir mejor
- Facilita la concentración
- Facilita la toma de decisiones
- Contribuye al pensamiento positivo
- Aumenta la autoestima
- Mejora la relación con nuestro físico

Desarrollo de la actividad.

La actividad se llevará a cabo en una sala polivalente con espacio suficiente para que todas las jóvenes puedan realizar correctamente la actividad. La actividad será llevada por un profesor de yoga, que voluntariamente quiera participar en esta actividad. El profesor dará las indicaciones necesarias para realizar la actividad correctamente. Los profesionales del espacio familiar, darán soporte al profesor de yoga.

Recursos

Materiales	Personales	Espaciales
- Manta para estirarse en el suelo	-Educador social -Usuarios: adolescentes - Profesor de yoga	-Sala polivalente madres

Temporalización

Esta actividad está propuesta para realizarla en una hora.



ACTIVIDADES PARA MADRES, PADRES E HIJOS

Las presentes actividades van destinadas a las madres, los padres y los hijos. Es importante fomentar el vínculo, no tan solo de la madre, sino también del padre, con su hijo.

Estas actividades tienen como objetivo fomentar el vínculo entre los hijos y sus padres, y ofrecer herramientas a los padres para que estimulen el crecimiento y aprendizaje de sus hijos.

Para que las actividades cubran las necesidades e intereses de los destinatarios, en cada actividad se especificará para qué edad del bebé es beneficiosa y adecuada tal actividad.

Actividad 1: Masaje infantil (0 a 12 meses)

La actividad “*Masaje infantil*”, se trata de una actividad basada en los masajes de los padres a sus bebés. Esta actividad está destinada a los bebés de 0 a 9 meses, ya que es cuando comienzan a desarrollar la capacidad sensitiva.

Objetivos

Crear y/o mejorar el vínculo afectivo entre los padres y sus hijos, así como también, ofrecer estrategias para el desarrollo físico y psicosocial del bebé

Estimular cognitivamente y físicamente a los bebés

Fomentar la interacción y comunicación entre padres e hijos

Justificación

El masaje infantil permite crear un vínculo único y muy íntimo entre los padres y sus hijos, que con el tiempo beneficia a la relación de estos. Es importante que los padres aprendan a escuchar a sus hijos y a entenderlos. La mejor manera de comprender lo que nos quieren transmitir es observándoles, ya que los bebés no tienen otra manera de comunicarse con sus padres, que con las emociones, las expresiones y los llantos. Su única herramienta de comunicación es el cuerpo.

Por otro lado, el masaje infantil tiene muchos beneficios y utilidades, ya que los padres pueden utilizarlo para ayudar a su bebé a dormir, a relajarse, a estimular todo su cuerpo, etc.

Desarrollo de la actividad

La actividad se desarrollará en una sala polivalente en la que haya buena iluminación y una buena temperatura ambiente. Para conseguir un ambiente tranquilo y relajado, los profesionales deberán buscar una música relajante.

Para facilitar el masaje, los padres deberán traer un poco de aceite corporal, para así facilitar el desliz de las manos.

Si los asistentes son dos, es decir, el padre y la madre, es interesante que ambos participen en el masaje. Para poder participar los dos, deberán turnarse.

Para realizar el masaje los padres deben seguir los siguientes pasos:

- Sentarse en el suelo con la espalda recta y las piernas estiradas.
- Colocar una toalla entre las piernas, y estirar al bebé encima de la toalla, de tal manera que madre o padre e hijo mantengan el contacto visual.
- Poner un poco de aceite en las manos y frotarlas, para así evitar que estén frías.
- Comenzar el masaje por las piernas y lentamente ir subiendo. Las partes del cuerpo más beneficiosas donde realizar el masaje son:
 - o Piernas y pies
 - o Abdomen
 - o Pecho
 - o Brazos y manos
 - o Cara
 - o Espalda

Para llevar a cabo un buen masaje en el bebé, se deben seguir los siguientes consejos:

- El masaje se debe realizar con ropa cómoda, para así poder moverse con facilidad.
- No se debe tener miedo a ejercer fuerza y/o presión en el bebé, siempre teniendo en cuenta que son seres sensibles.
- Es muy beneficioso y estimulante, que mientras se le realiza el masaje, los padres les hablen, le canten, le susurren, etc.

La función de los profesionales, tanto del educador social, como especialmente, de la técnica en educación infantil, es supervisar la práctica de los padres, así corrigiendo los errores y, fortaleciendo los aciertos y las buenas prácticas.

Recursos

Materiales	Personales	Espaciales
- Toalla	-Educador social y técnica en educación infantil (TEI)	-Sala polivalente
- Acetite corporal para bebés		
- Equipo de música	-Usuarios: padres, madres e hijos	
- Música relajante:		
○ Sonidos naturales		
○ Música clásica		

Temporalización

Esta sesión está programada para realizarla en una hora y media, ya que tenemos que contar que al principio de la sesión los profesionales explicaran los pasos y los consejos que los padres tienen que seguir para realizar un buen masaje.



Actividad 2: Juguemos con ellos! (9 a 36 meses)

La actividad “¡Juguemos con ellos!”, se trata de una actividad lúdica en la que los padres tendrán un espacio y tiempo libre en el cual solo se tienen que preocupar de jugar con su hijo. Los espacios familiares disponen de espacios adaptados para los niños, con juguetes, zonas acolchadas, libros, etc.

Objetivos

Crear y/o mejorar el vínculo afectivo entre los padres y sus hijos, así como también, ofrecer estrategias para el desarrollo físico y psicosocial del bebé

Conocer los beneficios y la importancia del juego en la infancia

Ofrecer diferentes estrategias de juegos, para que los padres puedan utilizar con sus hijos

Fomentar la interacción social del niño

Justificación

El juego es una estrategia lúdica de fomentar el desarrollo tanto físico como cognitivo, sin olvidar, también el desarrollo social. El juego tiene muchísimos beneficios y sobretodo en la primera infancia. A través de los objetos (juguetes) los niños desarrollan capacidades físicas, como la práctica y el control de los movimientos, y sociales, así como la adquisición de valores y normas. Por otro lado, el juego favorece la elaboración del apego y la creación del vínculo afectivo.

Desarrollo de la actividad

Esta actividad se desarrollará en un espacio adaptado para los niños, y apto para realizar diferentes actividades lúdicas. Aprovechando el espacio y los materiales existentes, los padres jugarán con sus hijos, así también, interactuando con el resto de padres y niños.

Los profesionales, realizarán la función de supervisar las actuaciones de los padres, y si es necesario, ofrecerán consejo y apoyo a los padres que lo necesiten.

Recursos

Materiales	Personales	Espaciales
- Juegos	-Educador social y técnica en educación infantil (TEI) -Usuarios: padres, madres e hijos	-Sala polivalente con espacio lúdico adaptado a los niños

Temporalización

La actividad está programada para realizarla en una hora, ya que es tiempo suficiente para que los padres interactúen y jueguen con sus hijos y el resto de familias.



Actividad 3: Yoga con mi bebé (12 a 36 meses)

La actividad “*Yoga con mi bebé*”, se trata de una sesión dedicada a vivir la crianza del hijo desde una mirada relajada y confianza. Esto lo permite el yoga, que es una disciplina que une lo físico con lo mental, así consiguiendo el bienestar de ambos. El yoga se puede definir como una actividad que pone en movimiento o inmoviliza el cuerpo de forma útil, armoniosa, inteligente, consciente y agradable, al ritmo de una respiración consciente (Philizot, 1995)

Objetivos

Crear y/o mejorar el vínculo afectivo entre los padres y sus hijos, así como también, ofrecer estrategias para el desarrollo físico y psicosocial del bebé

Fomentar la respiración consciente de los padres y del bebé.

Desarrollar formas más relajadas de relación entre padres e hijos

Justificación

El yoga es una actividad muy beneficiosa, tanto para la creación del vínculo entre padres e hijos, como para el desarrollo del niño y de los padres. Esta actividad crea una conexión física entre los padres y los hijos que favorece en la relación de estos. Por otro lado, el yoga permite trabajar tanto la mente como el físico de manera tranquila y relajada, y este aspecto, es beneficioso tanto para los hijos como para los padres.

Estas actividades relajantes, son muy fructíferas, sobretudo en padres adolescentes, ya que estos sufren en muchas ocasiones estrés por las situaciones inesperadas que la vida les propone día a día

Desarrollo de la actividad.

La actividad se llevará a cabo en una sala polivalente con espacio suficiente para que todos los padres puedan realizar correctamente la actividad. La actividad será llevada por un profesor de yoga, que voluntariamente quiera participar en esta actividad.

El profesor dará las indicaciones necesarias para realizar la actividad correctamente. Los profesionales del espacio familiar, darán soporte al profesor de yoga.

Recursos

Materiales	Personales	Espaciales
- Manta	-Educador social y técnica en educación infantil (TEI) -Usuarios: padres, madres e hijos - Profesor de yoga	-Sala polivalente

Temporalización

Esta actividad está propuesta para realizarla en una hora.



Actividad 4: Cuentacuentos (24 a 36 meses)

La actividad “Cuentacuentos” la podríamos definir como un momento del día de relax y tranquilidad, en el que los padres se puedan sentar con sus hijos, y leerles un cuento.

Objetivos

Crear y/o mejorar el vinculo afectivo entre los padres y sus hijos, así como también, ofrecer estrategias para el desarrollo físico y psicosocial del bebé

Fomentar la interacción entre padres e hijos

Ofrecer espacios de serenidad y bienestar

Fomentar el lenguaje

Justificación

Que los padres lean cuentos o historias en voz alta a sus hijos, tendrá una muy positiva influencia en su desarrollo intelectual y personal. Leerles en voz alta se convertirá en una buena base para toda su vida y les aportará innumerables beneficios. Los niños irán adquiriendo, poco a poco, habilidades y tendrán beneficios que les repercutirán a largo plazo. A continuación, enumeramos algunos de estos beneficios:

- Leer en voz alta es un acto que implica a dos; el que lee y el que escucha. Leerle en voz alta a tu hijo es una forma divertida y productiva de pasar el tiempo juntos. Los niños, especialmente los más pequeños, necesitan una atención especial y, sobre todo, pasar tiempo con las personas que más quieren.

- Leer con tus hijos fomenta la comunicación y construye vínculos emocionales más sólidos entre el niño y la madre o el padre.
- Cuando lees a tus hijos, les demuestras lo importante que son para ti ya que ellos se dan cuenta de que les dedicas un tiempo que habitualmente dedicarías a otras cosas.
- Cuando lees a tus hijos, les inculcas los beneficios de la lectura y los afionas a ella. Un niño que lee desde pequeño, tiene una mayor probabilidad de éxito académico y mayores probabilidades de tener éxito después en su vida laboral.
- Cuando lees a tus hijos, les ayudas a dominar y explorar el lenguaje.
- La lectura desarrolla en el niño la capacidad de concentrarse y de prestar atención, evitando que se disperse con facilidad en otros quehaceres.
- Gracias a la lectura, los niños se pueden expresar con mayor confianza y facilidad, amplían su vocabulario y cometen menos errores al hablar o escribir.
- La lectura promueve la curiosidad natural del niño y aumenta su capacidad creativa.
- Si utilizas libros ilustrados, podrás conseguir que los más pequeños se familiaricen con las figuras y los objetos cotidianos con mayor facilidad, potenciando la actividad cognitiva de la lectura.

Desarrollo de la actividad

Esta actividad se llevará a cabo en una sala polivalente en la que se puedan encontrar libros sencillos para primera infancia. Los padres leerán el cuento que quieran a sus hijos, de manera pausa, con una voz alta y clara, e intentado gesticular con todo el cuerpo, para así fomentar la estimulación del niño.

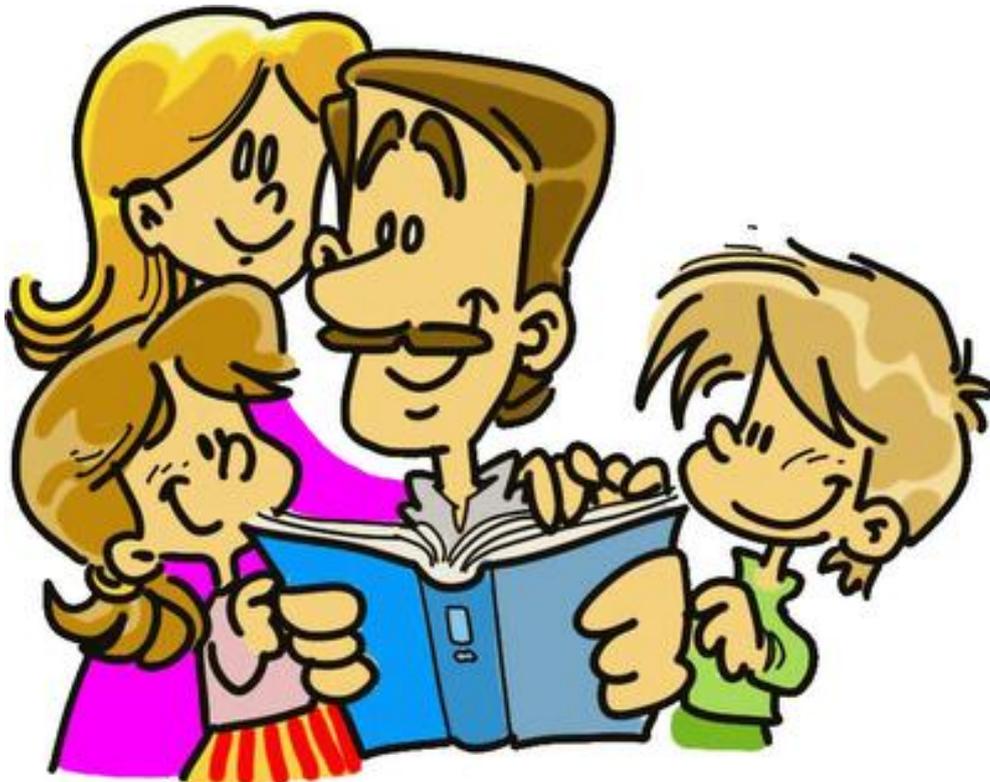
Los profesionales, únicamente serán observadores, no obstante en el caso de necesitar ayuda, los profesionales ofrecerán sus consejos.

Recursos

Materiales	Personales	Espaciales
- Libros aptos para niños de 24 a 36 meses	-Educador social y técnica en educación infantil (TEI) -Usuarios: padres, madres e hijos	-Sala polivalente

Temporalización

Esta actividad esta propuesta para realizarla en media hora, ya que tenemos que ser conscientes de que los niños no aguantan mucho tiempo quietos y prestando atención.



Actividad 65: Bailemos juntos! (24 a 36 meses)

La actividad de “*Bailemos juntos*”, es una actividad en la que los padres deben olvidar todas sus preocupaciones, y desinhibirse. Sin olvidar a los más pequeño, que les servirá, también para divertirse con sus padres y el resto de niños.

Objetivos

Crear y/o mejorar el vinculo afectivo entre los padres y sus hijos, así como también, ofrecer estrategias para el desarrollo físico y psicosocial del bebé

Fomentar desinhibición

Desarrollar habilidades sociales, tanto los niños como los padres

Fomentar el desarrollo físico de los niños a través del baile

Justificación

El baile es una práctica que tiene innumerables beneficios, tanto físicos como psicológicos. Pero el más relevante en la primera infancia, es el desarrollo de habilidades sociales que los niños desarrollan bailando. Este aspecto es interesante, ya que no únicamente les favorece en las relaciones sociales, sino también favorece y fortalece el vínculo afectivo con los padres.

Este espacio divertido y lleno de música y baile, favorece tanto a la pareja como al núcleo familiar, ya que puede ser una vía de escape del estrés y las preocupaciones.

Desarrollo de la actividad

La actividad se desarrollará en una sala polivalente en la que haya la posibilidad de poner música. La actividad será libre y cada familia hará en todo momento lo que les apetezca. No obstante, la función de los profesionales es motivar a las familias a bailar y divertirse.

Recursos

Materiales	Personales	Espaciales
- Música actual	-Educador social y técnica en educación infantil (TEI) -Usuarios: padres, madres e hijos	-Sala polivalente

Temporalización

Esta actividad esta propuesta para realizarla en una hora.



Actividad 6: Nosotros también somos músicos! (24 a 36 meses)

La actividad “*Nosotros también somos músicos*”, se trata de un espacio en cual, a través de la música y los instrumentos, los padres y sus hijos, se pueden comunicar de diferentes maneras. Para que un niño siga la música no hace falta que entienda la letra, ya que la música crea un sentimiento y un efecto en el niño, que el intenta expresar. En este espacio, padres e hijos interactúan mediante la música, una herramienta muy valiosa para el desarrollo humano y la socialización.

No olvidemos que música, se puede hacer con los elementos que tengamos disponibles.

Objetivos

Crear y/o mejorar el vinculo afectivo entre los padres y sus hijos, así como también, ofrecer estrategias para el desarrollo físico y psicosocial del bebé

Ofrecer a los padres las posibles actuaciones que se pueden realizar con la musica.

Dar importancia al desarrollo artistico, tanto de los padres como de los niños

Optimizar los recursos disponibles

Justificación

La música como elemento educativo y social tiene infinidad de beneficios, como:

- Mejora la afectividad, la comunicación y la conducta.
- Favorece al desarrollo psicomotor.

- Desarrollo de la atención y de la percepción.
- Fomenta el desarrollo del lenguaje.

Es importante dar cuantas más herramientas sean posibles a los padres adolescentes, ya que quizás su campo de actuación este muy limitado por el desconocimiento y la inexperiencia.

Recursos

Materiales	Personales	Espaciales
- Música -Materiales de la sala que reproduzcan sonidos	-Educador social y técnica en educación infantil (TEI) -Usuarios: padres, madres e hijos	-Sala polivalente

Temporalización

Esta actividad está programada para realizarla en una hora, ya que debemos tener en cuenta la corta edad de los niños, y el cansancio y agobio que les conlleva estar más de hora realizando la misma actividad.



Actividad 7: Se creativo! (24 a 36 meses)

La actividad “¡Se creativo!”, se trata de una sesión de pintura en la que padres e hijos, dedican el tiempo de la sesión a disfrutar y desinhibirse mediante el arte, concretamente, con la técnica de pintura.

Objetivos

Crear y/o mejorar el vínculo afectivo entre los padres y sus hijos, así como también, ofrecer estrategias para el desarrollo físico y psicosocial del bebé

Fomentar la creatividad de los niños y de los padres

Desarrollar habilidades sociales, tanto los niños como los padres

Fomentar la relación de apoyo y coordinación entre los progenitores y sus hijos

Justificación

La pintura como técnica social y educativa, tiene muchos beneficios, no únicamente, en niños, sino también en adultos. La pintura estimula la comunicación, la creatividad, la sensibilidad, etc. Esta técnica, disminuye la ansiedad y el estrés, aspecto muy importante en los padres adolescentes.

En definitiva, los beneficios respecto al desarrollo de los niños, son los siguientes:

- Ayuda al desarrollo de la creatividad y la imaginación
- Fomenta las habilidades sociales
- Estimula la comunicación
- Favorecer la expresión y la percepción.
- Tranquiliza y relaja

Desarrollo de la actividad

La actividad se desarrollará en una sala polivalente. Los padres y sus hijos utilizarán el material de pintura (colores, rotuladores, pinturas, etc.) y dibujarán y pintarán lo que en ese momento les venga a la cabeza. El objetivo no es obtener un buen dibujo ni una buena pintura, sino disfrutar del proceso y fomentar la unión entre padres e hijos.

Los profesionales serán los encargados de traer el material, y de ayudar a las familias que lo necesiten.

Recursos

Materiales	Personales	Espaciales
- Cartulinas o papel de embalar	-Educador social y técnica en educación infantil (TEI)	-Sala polivalente
- Temperas y acuarelas	-Usuarios: padres,	
- Rotuladores y lápices de colores	madres e hijos	

Temporalización

Esta actividad está propuesta para realizarla en una hora y media, teniendo en cuenta que se tiene que preparar el material, y al finalizar la sesión limpiar y ordenar la sala.



ACTIVIDADES PARA MADRES Y PADRES

Por último, estas actividades van destinadas, únicamente, a los progenitores, ya que, la relación de la pareja es muy importante en el desarrollo del niño. Si la pareja se mantiene unida y con una buena relación, la visión ante este acontecimiento, como es el nacimiento de un hijo, cambia completamente. La buena relación entre la pareja ayuda a superar momentos de inseguridad, ya que es un elemento de apoyo.

Por esto, las siguientes actividades, tienen como objetivo fortalecer los vínculos de pareja, y con esto su relación.

Actividad 1: Yoga para parejas

La actividad “*Yoga con parejas*”, se trata de una sesión dedicada a vivir la maternidad desde una mirada positiva, relajada y de confianza. Esto lo permite el yoga, que es una disciplina que une lo físico con lo mental, así consiguiendo el bienestar de ambos. P

El yoga se puede definir como una actividad que pone en movimiento o inmoviliza el cuerpo de forma útil, armoniosa, inteligente, consciente y agradable, al ritmo de una respiración consciente (Philizot, 1995)

Objetivos

Fortalecer la relación de pareja

Fomentar el control físico y mental

Ofrecer una estrategia para mejorar su bienestar mental

Justificación

El yoga permite trabajar tanto la mente como el físico de manera tranquila y relajada. Haciendo conscientes a la pareja, de su cuerpo, su mente y su respiración.

Estas actividades relajantes, son muy fructíferas, sobretodo padres adolescentes, ya que estos sufren en muchas ocasiones estrés por las situaciones inesperadas que la vida les propone día a día, y esto hace surjan conflictos de pareja.

Los beneficios mentales, que son los más interesantes para las destinatarias, son los siguientes:

- Estabilidad emocional y mental
- Ayuda a combatir la depresión
- Ayuda a dormir mejor
- Facilita la concentración
- Facilita la toma de decisiones
- Contribuye al pensamiento positivo
- Aumenta la autoestima
- Mejora la relación con nuestro físico
- Facilita la resolución de conflicto
- Mejora el autocontrol

Desarrollo de la actividad.

La actividad se llevará a cabo en una sala polivalente con espacio suficiente para que todos los jóvenes puedan realizar correctamente la actividad. La actividad será llevada por un profesor de yoga, que voluntariamente quiera participar en esta actividad.

El profesor dará las indicaciones necesarias para realizar la actividad correctamente. Los profesionales del espacio familiar, darán soporte al profesor de yoga.

Recursos

Materiales	Personales	Espaciales
- Manta para estirarse en el suelo	-Educador social -Usuarios: madres adolescentes - Profesor de yoga	-Sala polivalente

Temporalización

Esta actividad está propuesta para realizarla en una hora.



Actividad 2: La violencia en la pareja

La actividad “*Violencia en la pareja*”, trata sobre la violencia en la pareja, no solo física, sino también psicológica. La actividad consiste en la visualización de una película, y a continuación la creación de un debate sobre ésta.

Objetivos

Fortalecer la relación de pareja

Detectar actuaciones violentas y analizarlas

Justificación

Durante la maternidad y una vez ya nacido el hijo, la pareja adolescente puede entrar en crisis ya que deben asumir responsabilidades que antes no tenían, y sus vidas han cambiado por completo.

La adolescencia está marcada por la impulsividad i la inmadurez, y en muchas ocasiones las parejas se encuentran desbordadas por las obligaciones. Este aspecto suele ser el centro de todas las discusiones, y como adolescentes que son, los conflictos no son resueltos con facilidad ya que no tienen las herramientas suficientes.

Todo esto, puede finalizar con la agresión de un sujeto de la pareja al otro. Por esto, es interesante trabajar el tema de la violencia, ya que las parejas adolescentes son un colectivo de riesgo.

Desarrollo de la actividad

La actividad se llevará a cabo en una sala, en la que existan los recursos necesarios para desarrollarla. Después de visualizar la película, el educador social realizará una serie de preguntas las cuales incitarán a los jóvenes a debatir sobre los diferentes aspectos que han podido visualizar. Las posibles preguntas que el educador puede proponer son las siguientes:

- ¿Qué acciones violentas habéis podido ver?
- ¿Quién es el culpable?
- ¿Cuáles son los motivos por los cuales, crees que se da la violencia?
- ¿Qué haríais en esa situación?
- ¿Pensáis que solo existe la violencia física?
- ¿Qué se puede hacer para no llegar a esta situación?
- ¿Qué profesionales creéis que pueden ayudar a la pareja?
- ¿Qué aspectos son imprescindibles para que la pareja funcione?
- ...

Recursos

Los recursos necesarios para desarrollar esta sesión, se pueden clasificar en:

Materiales	Personales	Espaciales
-Televisor	-Educador social	-Sala polivalente
-Video	-Usuarías: Padres y madres adolescentes	
-Películas:		
- Te doy mis ojos		
- Nunca más		
- Solo mía		
- Celos		
- Cicatrices		
- La captura		
- Durmiendo con su enemigo		
- El color purpura		

Temporalización

La actividad propuesta tiene una duración de dos horas. La primera parte consistirá en la visualización de la película, y la segunda parte, en el debate. Si el tiempo disponible es inferior, el educador puede seleccionar las escenas más importantes para realzar el debate.



Actividad 3: Tú eres yo y yo soy tu

La actividad “Tu eres yo y yo soy tu”, se trata de un *roleplaying* en el que los padres cogerán el papel de madres, y las madres adoptaran el papel de padres.

El *roleplaying* es una interpretación en la que los personajes adoptan roles diferentes. Normalmente, adopten los roles que en la realidad no tienen. En este caso, los padres adoptaran el rol de madres y las madres el rol de padres.

Objetivos

Fortalecer la relación de pareja

Fomentar la empatía

Intercambiar diferentes puntos de vista y opiniones sobre los conflictos

Resolver conflictos de pareja

Justificación

Los juegos de roles, se llevan a cabo simulaciones en las que los participantes asumen roles individuales, normalmente asumen el rol que en la realidad no tienen. Como ya se ha dicho anteriormente, los juegos de roles ayudan a empatizar y a comprender situaciones que desde una visión externa no se comprenden.

En el caso de las parejas adolescentes, y a más padres, surgen muchos conflictos por falta de comprensión y de comunicación. Por esto, es interesante trabajar de manera lúdica estos aspectos, para así utilizar estos espacios para poder fomentar la comprensión y la comunicación entre la pareja. Como ya se

ha dicho anteriormente, la falta de comprensión y comunicación es uno de los mayores detonantes de conflictos.

Desarrollo de la actividad

La actividad se desarrollará en una sala polivalente. El educador planteará una situación a cada pareja, y el padre deberá adoptar el papel de su mujer, y su mujer el suyo. La pareja realizará el *roleplaying*, y una vez finalizado, se debatirá de manera grupal, las actuaciones de la pareja. Todas las parejas realizarán la actividad, pero cada una de ellas interpretará una situación distinta. El educador social es el que se encargará de distribuir las situaciones, y dentro del *roleplaying*, será un mero espectador. En el momento de debatir las actuaciones deberá mediar entre las diferentes partes.

El educador social, puede plantear situaciones como:

- Conflictos causados por los celos.
- Conflictos causados por la no colaboración del padres en las tareas tanto domésticas como las referentes al cuidado del bebé.
- Conflictos sobre las diferentes familias de la pareja
- Conflictos sobre las diferentes visiones de futuro
- Conflictos económicos
- Etc.

Recursos

Materiales	Personales	Espaciales
- No hacen falta	-Educador social -Usuarías: Padres y madres adolescentes	-Sala polivalente

Temporalización

Esta actividad está programada para realizarla en una hora y media. Cada *roleplaying* durará entre cinco y diez minutos. Después de cada simulación se dedicaran de diez a quince minutos a debatir las actuaciones realizadas.



Actividad 4: ¿Nuestra relación es tóxica?

La actividad “¿Nuestra relación es tóxica?”, se trata de una sesión expositiva en la que el educador expondrá situaciones o características típicas de las relaciones tóxicas.

Se puede definir como relación tóxica, aquella que:

- La pareja está constantemente sumergida en un sufrimiento
- Los dos componentes de la pareja desean sostener la relación por más sufrimiento que haya
- Provocan más insatisfacción que felicidad
- No hay libertad de expresión por miedo a poner en peligro la relación
- En muchas ocasiones ambos se hacen daño
- Se utilizan mecanismos como la culpa, la burla, la humillación para poder así manipular al otro componente de la relación

Objetivos

Fortalecer la relación de pareja

Detectar situaciones y comportamientos tóxicos

Ofrecer estrategias de actuación para evitar las relaciones tóxicas

Evitar situaciones de violencia tanto verbal como física

Justificación

En la adolescencia los jóvenes configuran su identidad y con esto, adoptan ya estructuras de comportamiento. Por esto es importante exponer actuaciones de relaciones tóxicas para que así los jóvenes tengan referentes positivos en referencia a las relaciones de pareja.

Algunos de los jóvenes que, prematuramente, son padres existe la posibilidad de que sus referentes de pareja no sean positivos. Por esto es interesante

mostrar a los jóvenes que es una relación tóxica, para así evitar que estos la reproduzcan.

Es importante en la adolescencia, hacer hincapié en los referentes positivos, ya que en esta etapa los jóvenes están construyendo su identidad, y esta se compone de pequeñas piezas que los jóvenes captan de su entorno.

Desarrollo de la actividad

Esta actividad se desarrollará en una sala polivalente, en la que haya un ordenador. El encargado de realizar esta actividad será el educador, el cual utilizará tanto medios audiovisuales como noticias, como soportes realizados para la Generalitat de Catalunya, para tratar las relaciones tóxicas y así dar a conocer que es una relación de esta tipología y como se puede evitar llegar a ella.

El educador social deberá fomentar la participación de los usuarios para así crear debates, generando reflexión y opinión crítica.

Recursos

Materiales	Personales	Espaciales
- No hacen falta	-Educador social -Usuaris: Padres y madres adolescentes	-Sala polivalente

Temporalización

Esta actividad está diseñada para realizarla en una hora. En una primera parte de la sesión el educador realizará la exposición y el resto de la sesión se dedicará al debate y reflexión sobre las situaciones expuestas.

Actividad 5: ¡Construyamos nuestro álbum de fotos!

La actividad “¡Construyamos nuestro álbum de fotos!”, se trata de una sesión en la que las jóvenes parejas recuerden su pasado, construyan su presente y planeen su futuro. Esta actividad consistirá en una recopilación de fotos, para así poder crear un álbum de pareja.

Objetivos

Fortalecer la relación de pareja

Ofrecer estrategias de autoconocimiento de pareja

Unificar planes de futuro

Conocer en profundidad la historia vital de la pareja

Justificación

Algunas de las parejas adolescentes, han sido padres de manera accidental y en algunos casos su relación es bastante prematura. Con esto se puede concluir que normalmente las parejas que son padres prematuramente, no conocen en profundidad a sus parejas y esto causa muchos conflictos. Por eso, es positivo e interesante que la pareja descubra la evolución vital que su pareja ha realizado y los acontecimientos más importantes. Este conocimiento en profundidad, estrecha el vínculo afectivo de la pareja y esto es muy positivo para el buen desarrollo del niño.

Desarrollo de la actividad

Esta actividad se desarrollará en una sala polivalente. Los padres y madres adolescentes, deberán traer fotografías de cuando ellos eran pequeños hasta ahora, así también como de eventos importantes. En la primera parte de la sesión la pareja compartirá sus fotos, así también explicando el significado de ellas, y un poco su trayectoria. Una vez acabada esta parte, deberán construir su propio álbum, enganchando las fotos en cartulinas. Deberán mezclar las fotos de uno y de otro, así creando una historia conjunta. Una vez acabada esta parte, la pareja deberá dibujar supuestas fotografías que muestren como creen ellos que será su futuro con su hijo. Una vez acabada esta parte, las parejas mostraran al resto del grupo su álbum familiar.

La función del educador, será fomentar el dialogo y la complicidad entre las parejas. Por otro lado, el educador deberá ofrecer su ayuda a las parejas que la precisen.

Recursos

Materiales	Personales	Espaciales
- Fotos de los usuarios	-Educador social	-Sala polivalente
- Cartulinas de colores	-Usuarías: Padres y madres adolescentes	
- Pegamento		

Temporalización

Esta actividad está diseñada para llevarla a cabo en dos horas, ya que está formada por diferentes fases y es importante que los usuarios tengan el tiempo suficiente para poder expresar lo que deseen.



Actividad 6: Resolvamos nuestros conflictos

La actividad “Resolvamos nuestros conflictos” trata sobre la resolución de conflictos de pareja a través de la mediación.

La mediación es un método de gestión de conflictos en el cual un tercero, el mediador, el cual no tiene poder de decisión, facilita a las partes a encontrar puntos de consenso de manera respetuosa, a través del dialogo, la reflexión y la cooperación.

En esta sesión se realizaran mediaciones informales para así intentar resolver los conflictos que las parejas no pueden resolver por sí solas.

Objetivos

Fortalecer la relación de pareja

Ofrecer estrategias de resolución de conflictos

Crear una relación basada en el respeto, el dialogo y la cooperación

Justificación

Es importante ofrecer a los adolescentes, y más si han sido padres en esta etapa, estrategias para resolver los conflictos desde el diálogo y el respeto. Como ya se ha dicho anteriormente, la maternidad trae muchos conflictos de pareja, y en el caso del embarazo adolescente aún más ya que se trata de parejas no consolidadas. La mediación ofrece un método de resolución de conflictos en el cual las dos partes pueden expresar lo que sienten y piensan. La mediación ofrece llegar a un acuerdo de una manera tranquila y respetuosa.

Desarrollo de la actividad

Esta actividad se desarrollará en una sala polivalente. La pareja que realizará la mediación deberá sentarse uno enfrente del otro, y el mediador a un lado. Cada una de las partes expondrá su punto de vista, así respetando las normas de la mediación, que el mediador habrá ya explicado. Una vez finalizada la mediación se realizarán unas conclusiones, en las cuales también participará el resto del grupo. Es importante que participe todo el grupo, ya que los conflictos que puede tener una pareja, también los puede tener otra, es decir que lo más seguro, es que sean conflictos comunes en todas las parejas. La opinión del grupo enriquecerá la mediación.

Las funciones del mediador son:

- Organizar el diálogo
- Ser imparcial con las diferentes partes
- Fijas las pautas y normas del proceso
- Administrar el tiempo de intervención de cada parte
- Promover la comprensión mutua
- Buscar puntos en común
- Respetar la privacidad de las partes

Recursos

Materiales	Personales	Espaciales
- No hacen falta	-Educador social -Usuarías: Padres y madres adolescentes	-Sala polivalente

Temporalización

Esta sesión se desarrollará en una hora y media, teniendo en cuenta que los usuarios deben tener el tiempo suficiente para poder expresar lo que sienten y sus conflictos con la pareja.



5.4. EVALUACIÓN DE LAS ACTIVIDADES

La evaluación de las actividades será de tipología continua, es decir, al final de cada actividad se realizará la evaluación de esta. Con esto lo que se pretende es saber después de cada sesión que es lo que ha ido bien y lo que ha ido mal, y lo que les ha gustado a los destinatarios y lo que no.

Esta tipología de evaluación, permite reestructurar y reformular las actividades ya planificadas, ya que, como se ha dicho, después de cada actividad se realizará una evaluación, y esta será utilizada para mejorar aspectos de las siguientes actividades. Las evaluaciones no tienen únicamente la finalidad de detectar los errores, sino también de detectar las fortalezas y las potencialidades de las actividades, para así aplicarlas en el resto de sesiones.

La propuesta de evaluación continua que se plantea consta de dos partes, una parte oral y grupal, en la que después de cada sesión el grupo se reunirá con los profesionales y realizarán críticas constructivas sobre las actividades. Y por otro lado, se realizará una evaluación escrita que constará de unas pocas preguntas más concretas y personales. Esta ficha de evaluación, tiene el objetivo de profundizar más en las debilidades de las sesiones. Ya que son los aspectos que más cuestan de hablarlos en público. Las fichas serán totalmente anónimas, ya que la evaluación es referente a las sesiones y no a los destinatarios.

Algunas de las cuestiones que se podrían plantear en la ficha de evaluación continua, son las siguientes:

- 1- ¿Qué has aprendido en esta sesión?
- 2- ¿Has disfrutado?
- 3- ¿Qué te hubiera gustado hacer que no hayamos hecho?
- 4- ¿Qué es lo que más te ha gustado?
- 5- ¿Qué es lo que menos te ha gustado?
- 6- ¿Crees que la actividad ha sido muy larga?
- 7- ¿La actividad ha sido útil para tu futuro?
- 8- ¿Cómo valorarías la función de los profesionales?

9- ¿Qué cambiarías?

10-¿Te sientes a gusto en el grupo?

11-¿Hay algún tema que te preocupe o interese especialmente?

6. CONCLUSIONES

Como conclusiones generales de la investigación, se puede decir que la maternidad adolescente es una problemática social que interfiere en todos los ámbitos de la joven. Por otro lado, la prevención y las medidas que se destinan a evitar esta problemática, son insuficientes e incorrectas, ya que los casos siguen existiendo, y los abortos cada año aumentan. Por otro lado, las figuras de apoyo respecto a la maternidad adolescente son básicas para que esta salga adelante, ya que el apoyo recibido de la familia, pareja y sociedad fomenta la autoestima de la joven y esto hace que esta no caiga en episodios depresivos. En la mayoría de los casos, como se ha podido ver, las madres adolescentes afrontan esta etapa sin sus parejas, ya que éstas no se quieren hacer cargo. Por otro lado, es importante fomentar la participación de aquellas parejas que si apoyan a las jóvenes.

Por último, haciendo un repaso de los centros de Barcelona que ofrecen el servicio de Espacio Familiar, se ha podido ver que son insuficientes, ya que hay listas de esperar de entre seis a un año. No obstante, hace únicamente cuatro años que se inauguró el primero, y hemos podido ver que cada vez más han ido aumentando, así que si la demanda sigue subiendo, la creación de nuevos centros está asegurada.

Respecto a las conclusiones en referencia a la creación del manual, se destaca el gran impacto que estas actividades pueden tener, ya que intentan cubrir todas las necesidades de las madres adolescentes, desde el empoderamiento personal, pasando por la crianza del hijo, y finalizando por la relación de pareja. Estos tres aspectos son básicos para conseguir un buen desarrollo del niño y con esto tener una vivencia positiva de la maternidad adolescente. Se puede decir, que los Espacios Familiares, intentan facilitar este difícil proceso, como es la maternidad adolescente, e intentan conseguir que la maternidad sea vista como una experiencia positiva y enriquecedora y no como un obstáculo en la vida de las jóvenes.

Se espera que este trabajo cubra las necesidades, las cuales se han tenido en cuenta para realizarlo, y sea enriquecedor para la práctica educativa de los educadores sociales en los Espacios Familiares

7. DIFUSIÓN DEL MATERIAL

Es importante la difusión del conocimiento, ya que se desperdicia muchísimo aprendizaje en los miles de trabajos que los estudiantes realizan y quedan totalmente en el anonimato.

Como dice Ferrer (2012), el Trabajo de Final de Grado, (TFG) va más allá, pretende romper esa barrera y difundir el saber generado (p.131).

Para difundir este trabajo, se tendrá en cuenta los diferentes recursos de internet que actualmente existen. Uno de ellos es el Deposito digital de la UB, y el otro, el espacio de documentación y publicaciones del Colegio de Educadoras y Educadores Sociales de Cataluña (CEESC).

Por otro lado, los bloqs referentes a la temática, también pueden ser un buen canal de difusión, teniendo en cuenta los derechos de autor.

En un futuro, me gustaría que este trabajo se utilizara en los Espacios Familiares y las programaciones anuales, tuvieran en cuenta algunas de las actividades que se proponen en este manual. Por otro lado, no descarto la idea de crear un proyecto educativo para este tipo de servicios, teniendo en cuenta las actividades que yo misma he creado.

8. ÉTICA DEL TRABAJO

El presente trabajo está totalmente comprometido con el código deontológico del educador social, en el cual se presentan un conjunto de normas que deben orientar, en todo momento, la acción y conducta profesional. Y por otro lado, también tiene en cuenta la ética de la investigación, que define lo que es correcto y lo que no lo es, a lo largo de la investigación.

Los principios del código deontológico del educador social que más cabe destacar son los siguientes:

- **Principio de profesionalidad.** Este principio supone que el educador social trabajará con respeto hacia las personas, protegerá los derechos humanos, tendrá sentido de la responsabilidad, cumplirá con sus competencias profesionales y tendrá prudencia en la utilización de herramientas y técnicas educativas.
- **Principio de la información responsable y de la confidencialidad.** Este principio obliga ineludiblemente al educador social a guardar el secreto profesional en relación a todas aquellas informaciones que ha obtenido directamente o indirectamente en referencia a los sujetos.

En referencia a la ética de la investigación, según McMillan y Scumacher (2006), los principios de mayor interés para los investigadores son los siguientes:

- El investigador es el principal responsable de los patrones éticos del estudio
- El investigador debe informar a los sujetos de todos los aspectos de la investigación que podrían afectar sobre el deseo de participar y contestar a todas las preguntas. El investigador debe ser tan sincero y honesto como sea posible.
- Los sujetos deben estar protegidos de cualquier malestar físico y mental, daño y peligro. Si hubiera cualquier riesgo, el investigador deber informar a los sujetos.

- El investigador debe obtener el informe de consentimiento de los sujetos, para así evitar cualquier mal entendido.
- La información obtenida de los sujetos debe ser confidencial y únicamente puede darse uso de dicha información para la realización del trabajo.
- El investigador debe comunicar los resultados de la investigación intentando evitar todas aquellas mal interpretaciones que puedan sucederse.
- El investigador debe proporcionar la oportunidad a los sujetos de conocer los resultados de la investigación.

Este trabajo, como se ha referenciado anteriormente, cumple con todos los puntos anunciados, así dándole mayor importancia a la confidencialidad de la información, y al buen uso de ésta.

Por otro lado, este trabajo está, totalmente, comprometido con una serie de valores, como:



9. LIMITACIONES

Las limitaciones para realizar este trabajo implican varios ámbitos.

Respecto a la investigación, las limitaciones están relacionadas con la búsqueda teórica, ya que la oferta de libros referentes al embarazo adolescentes ha sido bastante escasa, y no ha sido nada fácil encontrar las referencias bibliográficas adecuadas a mi temática.

Por otro lado, en referencia a mi situación personal y laboral, puedo decir que ha sido un impedimento para la realización del trabajo, ya que actualmente trabajo a jornada completa y en turno nocturno. Esto ha hecho que mi tiempo para dedicarle a este trabajo haya sido limitado. No obstante, también me ha aportado ideas y conocimientos prácticos para la realización de éste.

En tercer lugar, a lo que se refiere a la organización y planificación del TFG por parte de la Universidad de Barcelona, debo decir que ha sido el mayor de los impedimentos. A causa de la mala organización y planificación de horas y de asignaturas, la realización del trabajo ha estado compartida con la implicación en cinco asignaturas más con sus correspondientes planes docentes y evaluaciones. Con esto, me refiero a que teniendo en cuenta todo el trabajo que conlleva tener cinco asignaturas, el tiempo que le he podido dedicar al TFG, no ha sido ni mucho menos el que se merecía. Por otro lado, no ha habido una estructura clara del trabajo, y esto ha causado un estado de incertidumbre durante la realización de éste. Tampoco ha habido un criterio único para el trabajo, es decir, que según el tutor que se nos ha asignado, el trabajo ha tomado un camino u otro. No obstante, cabe entender que este es el primer año que se realiza este trabajo, y son comprensibles algunos de los errores.

10. BIBLIOGRAFÍA

- Barcelona. Ajuntament de Barcelona (2010). *Infants i famílies a Barcelona*.
- Bassedas, M., Jubete, M. y Majem, T. (2005). *Temes d'infància 50. Espais familiars*. Barcelona: Associació de Mestres Rosa Sensat.
- Bisquerra, R. (2004). *Metodología de la investigación educativa*. Madrid: La Muralla
- Bonany, T. y Camarasa, M. (1994). *Jugando en casa: gimnasia para madres, padres e hijos (2-5 años)*. Barcelona: Paidotribo.
- Bowlby, J. (1998). *El apego y la pérdida*. Barcelona: Paidós
- Cáceres, J. y Escudero, V. (1994) *Relación de pareja en jóvenes y embarazos no deseados*. Madrid. Piramide.
- Caleso, M. (2007). *Vínculo afectivo y estrés en la maternidad adolescente: un estudio con metodología combinada*. Tesis de doctorado. Universidad Autónoma de Barcelona. Barcelona.
- Callabed, Joaquín (2001) *El primer año de vida: embarazo, neonato, vinculación padres- hijos, educación familiar, intervención social*. Barcelona: CIMS: Club de Pediatría Social
- Cirigliano, G. (1964). *El "Role-Playing": una técnica de grupo en Servicio social*. Buenos Aires: Humanitas
- Coleman, J. (1994). *Psicología de la adolescència*. Madrid: Morata
- Elkind, D. (1981). *El niño y la realidad: tres aspectos del desarrollo*. Barcelona: Paidós.
- Erikson, E. (1981). *Identidad: juventud y crisis*. Madrid: Taurus.
- Fernandez, A. (2004). Adolescencias y embarazos :hacia la ciudadanía de las niñas. *Revista del instituto de investigacions de la facultat de psicologia UBA, n°3*, pp.17-24.
- Ferrer, V., Carmona, M. y Soria, V. (2012). Trabajo de final de grado: guía para estudiantes, docentes y agentes col•laboradores. Barcelona: Mc Graw Hill
- Inhelder, B. y Piaget, J. (1972). *De la lògica del niño a la lògica del adolescente: ensayo sobre la construcción de las estructuras operatorias formales*. Buenos Aires: Paidós

- Jiménez, G. F. (1990). *Introducción al Psicodiagnóstico de Rorschach y láminas proyectivas*. Salamanca: Amarú Ediciones.
- Kit, L. (2007). *Madres, no mujeres*. Barcelona: Serbal.
- Kohlberg, L. (1997). *La educación moral según Lawrence Kohlberg*. Barcelona: Gedisa
- Latorre, A. Y Delio del Rincon, A. (1996). *Bases metodológicas de la investigación educativa*. Barcelona: GR92.
- López, F. (2005). *Metodología participativa en la Enseñanza Univesitaria*. Madrid: Nercea
- Lundington-Hoe, S. y Golant, S. (1990). *Como despertar la intel·ligència de su bebè. Para un desarrollo físico y mental más armonioso y más rápido*. Barcelona: Medici.
- McMillan, J. y Schumacher, S. (2006). *Investigacion educativa: una introducción conceptual*. Madrid: Pearson Addison Wesley.
- Philizot, H. (1995). *Despertar La Atencion (30 Sesiones De Relaxacion Y Yoga En La Escuela Infantil, 0-6 años*. Barcelona: Paidotribo
- recursos/GreenfieldySuzuki-completo.pdf
- Rodrigo, M^aJ. y Palacios, J. (1998). *Familia y desarrollo humano*. Barcelona: Alianza editorial
- Romero, V. y Gomez, M. (2003). *Metodología del juego*. Barcelona: Altamar
- Sarafino, E. (1988). *Desarrollo del niño y del adolescente*. Mexico: Trillas.
- Trindade, Z. y Menandro, M. (2002). País adolescentes: vivència e significação. Recuperado de <http://www.scielo.br/pdf/epsic/v7n1/10950.pdf>
- Violante, R., Soto, C. y Fernández, A. (2008). *Pedagogía de la crianza: un campo teórico en construcción*. Buenos Aries: Paidós.

Webgrafia

- Garcia, M. (2001). El procés de convertir-se en pares : prehistoria de la vinculació. Recuperado de <http://www.raco.cat/index.php/Aloma/article/viewFile/96004/154221> [Consultado el dia 20/2/2013]

- Greenfiel, P y Suzuki, L. (1998). *Cultura y desarrollo humano: implicacions parentales educatives, pediatriques y de salud mental*. Recuperado de <http://cognitiva.univalle.edu.co/archivos/grupo%20cultura/> [Consultado el dia 13/3/2013]
- Diputació de Barcelona (2006). Els espais familiar de petita infància (0-3 anys). Prexarxa d'Espais Familiars de Petita Infància. Recuperado de http://www.diba.cat/c/document_library/get_file?uuid=def0c2ab-521e-410d-9f4b-5f4add28c446&groupId=14465 [Consultado el dia 17/4/2013]
- Calesso, M., Mitjavila, M. y Castellá, J. (2007). Embarazo en la adolescència: predictores de salud y bienestar en una muestra brasileña. Recuperado de http://www.elsevier.es/ctl_servlet?f=7016&articuloid= [Consultado el dia 18/3/2013]
- www.ine.com, [Consultado el dia 10/3/2012]
- www20.gencat.cat/, [Consultado el dia 23/3/2013]
- www.guiainfantil.com, [Consultado el dia 15/4/2013]

