
ACTIVIDAD:	1.1 Rompehielo: Mi nombre es
PARTICIPANTES:	Padres
DURACION:	20 minutos
CONCEPTO BASICO:	Autoconsciencia
RECURSOS:	Hojas de rotafolio, marcadores

META:

Comenzar el proceso de formar un grupo unido y de apoyo.

OBJETIVOS:

1. Compartir los hechos de la vida familiar.
2. Practicar la conversación en el ambiente del grupo.
3. Compartir sentimientos con el grupo.

PROCEDIMENTOS:

1. Antes de comenzar el grupo, escriba el rompehielo en papel de rotafolio y péguelo con cinta adhesiva en la pared para que todos lo puedan ver. Si algunos llegan tarde después que haya comenzado el grupo, podrán ver fácilmente el rompehielo y el grupo puede continuar sin interrupción sustancial.

EJEMPLO:

1. Mi nombre es _____.
 2. Los nombres de mis niños son _____.
 3. Yo vivo con _____.
 4. En este momento me siento _____.
 5. Me gusta _____.
2. Comience el rompehielo anunciando su nombre. Haga que los padres por turno digan sus nombres. Continúen tomando turno respondiendo a las demás preguntas. Usted como líder modelará la profundidad de lo que se va a compartir en el grupo, así que siempre responda de la manera más profunda, más auténtica que pueda.

IMPREVISTOS, MISCELANEOS:

Cualquiera puede "saltarse" cuando quiera. Antes de que un miembro pueda prestarle plena atención al grupo, ese miembro debe hacer una contribución verbal al mismo. Tanto completar el rompehielo, como decir "yo paso" constituyen una contribución verbal.

ACTIVIDAD:	1.2 Orientación
PARTICIPANTES:	Padres
DURACION:	20 minutos
CONCEPTO BASICO:	Manejo de comportamiento
RECURSOS:	Manuales para padres

META:

Clarificar la estructura, orientación y expectativas del programa.

OBJETIVOS:

1. Explicar la estructura de las reuniones.
2. Compartir las expectativas del grupo.
3. Establecer las reglas del grupo.

PROCEDIMIENTOS:

1. El líder explica que cada semana consistirá de tres partes:
 - a. Aproximadamente la primera hora de actividades se enfocará en el manejo de comportamiento.
 - b. El recreo con los niños durará alrededor de 20 minutos.
 - c. Después del recreo, las actividades se enfocarán en los padres y en sus necesidades.
2. Los niños tendrán un programa específico que se corresponde con el programa de los padres. Aprenden algunas de las mismas materias y técnicas a través de los títeres, el juego, el arte, la dramatización y la música como también a través de la interacción con los facilitadores y entre sí. Tienen cuatro reglas principales en su grupo:
 - a. Quedarse en la habitación—no correr fuera de la habitación.
 - b. Ser gentil con nuestras cosas—no tirar ni romperlas.
 - c. Ser considerados con los demás—no golpear.
 - d. Hablar suavemente—no gritar.

Los niños son “triunfadores” y tienen gráficas para registrar su comportamiento.

3. Explique el tiempo de recreo a los padres. (Véase el **Manual de aplicación del programa** para una descripción completa de la razón fundamental del tiempo de recreo.)
 - a. El recreo tendrá lugar aproximadamente una hora luego de haber comenzado el programa.
 - b. El personal tendrá la responsabilidad de traer las meriendas en las primeras semanas. Después, las familias pueden ofrecerse a traer las meriendas semanales. Las bebidas serán proporcionadas por el personal.
 - c. El personal será responsable por los niños durante el recreo.
4. Reparta un manual para padres a cada padre y madre. Indique a cada padre y madre que escriba inmediatamente su nombre en el manual. Informe a los padres que es su responsabilidad traer ese manual a cada sesión. Incluidos en el manual hay recursos con información sobre instrucciones, actividades de la sesión, y las tareas para cada una de las 15 semanas del programa.
5. Indique a los padres que abran sus manuales en la primera semana. Explíqueles que hay conceptos de aprendizaje semanales programados para los padres y los niños. Los padres podrán querer revisar su agenda antes del comienzo de las reuniones semanales.

6. Revise con los padres la preparación de los niños para la participación semanal en el programa ubicado en el manual para los padres. Proporcione a los padres los nombres y números de teléfono de los facilitadores del programa para propósitos de información.
7. Actividades de evaluación. Explique a los padres que se les pedirá que completen un breve cuestionario de evaluación del programa y un diario familiar cada semana. El propósito del diario es evaluar el impacto del entrenamiento sobre cada familia. El cuestionario de evaluación ayuda al personal a concentrarse en los puntos débiles y fuertes. Los cambios en la familia escritos en los diarios se compartirán durante el tiempo de revisión de tareas; los cuestionarios de evaluación completados se recogerán al final de cada sesión semanal.
8. Inventarios pre y post. Informe a los padres que habrán dos breves inventarios que han de completar al comienzo y al final del programa. El propósito de las formas es ver cuánto han ganado en el conocimiento y consciencia. (Véase Manual de aplicación del programa para más información.)
9. Se asignará una tarea cada semana. Se espera que los padres intenten completar las asignaciones y reportar sus éxitos/esfuerzos la semana siguiente.
10. Compartir las expectativas del programa para los padres.
 - a. Venir cada semana y traer a sus niños.
 - b. Intentar hacer la tarea.
 - c. Tratar de ser honesto—por bien o por mal.
 - d. Estar pendiente de los sentimientos de otros.
 - e. Traer su manual para padres cada semana.
 - f. Mantener toda la información de manera confidencial.
11. Compartir las expectativas sobre los líderes del grupo.
 - a. Estar aquí cada semana.
 - b. Estar disponible para usted si es necesario.
 - c. Estar pendiente de sus sentimientos.
 - d. Animarle a crecer.
 - e. Retarle.
 - f. Ayudarle a reír.
12. ¿Hay algunas normas que los padres quieren hacer por sí mismos? ¿Quieren los padres compartir sus números de teléfono? (Si es así, haga una lista para ser mecanografiada y traerla la semana siguiente.)

IMPREVISTOS, MISCELANEOS:

1. Podría necesitar discutir reglas sobre fumar, limpieza o meriendas, etc.
2. Si los padres viven cerca, usted podría sugerir que vengan varios en un mismo coche.

ACTIVIDAD:	1.3 Expectativas y temores
PARTICIPANTES:	Padres
DURACION:	30 minutos
CONCEPTO BASICO:	Empatía, Autoconsciencia
RECURSOS:	Hojas de rotafolio, marcadores

META:

Compartir las expectativas que la gente trae al grupo.

OBJETIVOS:

1. Recabar información sobre los padres.
2. Permitirles hablar sobre sus expectativas y temores.
3. Proporcionar información para la evaluación del grupo al final del programa.

PROCEDIMIENTOS:

1. El líder explica el proceso de “lluvia de ideas” y sus cuatro reglas.
 - a. Todas las ideas son bienvenidas.
 - b. Ni juicios ni declaraciones evaluativas sobre alguna idea.
 - c. Está permitido repetir o construir sobre las ideas de otros.
 - d. Todo vale – las ideas locas o extremistas también son buenas.
2. Dividir en pequeños grupos. Identificar una persona que servirá de anotador para cada grupo.
3. El anotador escribe en dos hojas de rotafolio.
 - a. Expectativas
 - b. Temores

El papel puede ponerse en el medio del círculo, colocado en un atril o pegado a la pared. El anotador podrá agregar sus propias expectativas y temores y debe funcionar como “anotador” y no como líder.

4. Lluvia de ideas sobre las expectativas y los temores.
 - a. En este programa, espero que _____.
 - b. En este programa, temo que _____.
5. Este proceso debe tomar 7-10 minutos. El silencio por poco tiempo está bien. Usted podría considerar incluir algunas expectativas y temores extremos para animar la respuesta creativa y honesta, enfatizando el mensaje de que todo vale.

IMPREVISTOS, MISCELANEOS:

1. Si se dividen en grupos más pequeños, reúnanse de nuevo y compartan la información después de que el proceso haya terminado.
2. Diga a los padres que usted guardará estas hojas para la última semana y así podrán verlas juntos.
3. Dé tiempo para que los padres “procesen” la actividad. Revise las expectativas y temores comunes.

ACTIVIDAD:	1.4 Recreo: Canción de sentimientos
PARTICIPANTES:	Padres e hijos
DURACION:	20 minutos
CONCEPTO BASICO:	Empatía
RECURSOS:	Ninguno

META:

Reforzar interacciones adecuadas adulto-niño.

OBJETIVOS:

1. Ayudar a los padres y niños a aprender a disfrutarse mutuamente.
2. Proporcionar a los niños la oportunidad de estar con los padres en un ambiente seguro.
3. Nutrir física y emocionalmente a los niños y padres.

PROCEDIMIENTOS:

1. Inicie las actividades después que se haya servido la merienda. Haga que el personal, niños y padres se paren formando un círculo.
2. El facilitador explica la actividad. “Vamos a cantar una canción que tiene muchos sentimientos. La canción dice así”: Consiga o invente una canción o tonada conocida en la que se pueda mencionar varios sentimientos y demostrar con gestos faciales y movimientos; por ejemplo, “Alegre Gallito”.

“Alegre gallito”

(Tonada: “Alegre gallito”, una canción infantil mexicana)

Alegre gallito va a cantar.
Echa la cabeza para atrás.
Aletea garboso y hace así.
Canta muy clarito –
¡Qui quiri qui!

(Todos hacen un movimiento o cara de alegría u orgullo.)

Triste, el gallito va a llorar.
Baja la cabeza hasta acá.
Callado se siente y hace así.
Llora tristecito –
¡Qui quiri qui!

(Todos hacen un movimiento o cara de tristeza.)

¡Enojado el gallito va a gritar!
Patea las patitas allá y acá.
Aletea asustado y hace así.
Grita con disgusto –
¡Qui quiri qui!

(Todos hacen un movimiento o cara de ira.)

Miedoso el gallito va a saltar.
Todo su cuerpo temblando está.
Aletea asustado y hace así.
Chilla fuertemente –
¡Qui quiri qui!

(Todos hacen un movimiento o cara de miedo.)

3. Repita cantando con los niños y los padres participando.

4. Cuando ha terminado con la actividad programada reúna a los padres y niños en un círculo y canten la canción de despedida al recreo. Consiga o invente una canción o tonada conocida en la que la gente se despide, se abraza, y se besa con alegría. Por ejemplo, “Naranja Dulce” se puede cantar así:

“Naranja dulce”
(Tonada típica latinoamericana)

Naranja dulce, limón partido.
Dame un abrazo, que yo te pido.
Si fueran falsos mis juramentos
En otros tiempos se olvidarán.
¡Toca la marcha, mi pecho canta!
¡Adiós familia, yo ya me voy
Con mis amigos a divertirme!

IMPREVISTOS, MISCELANEOS:

1. Los padres y niños podrán estar incómodos cantando o actuando. Asegúrese que los padres y niños entiendan que besar y abrazar son opcionales. Con el tiempo todos los miembros se sentirán más cómodos.
2. El personal debe formar parte de todas las actividades del recreo.
3. La misma canción de despedida al recreo es la actividad de cierre para cada recreo en todas las 15 semanas.

ACTIVIDAD:	1.5 Evaluando las fortalezas de los padres
PARTICIPANTES:	Padres
DURACION:	20 minutos
CONCEPTO BASICO:	Autoconsciencia
RECURSOS:	Inventario adulto-adolescente sobre el rol de padres (AAPI), cuestionario sobre la crianza con cariño, lápices

META:

Aumentar la consciencia que tienen los padres de sus puntos débiles y fuertes acerca de sus habilidades como padres.

OBJETIVOS:

1. Evaluar las actitudes y conocimientos de los padres sobre las expectativas apropiadas en cada edad.
2. Evaluar las expectativas de los padres acerca de las necesidades de los niños.
3. Evaluar las actitudes y el conocimiento de los padres sobre el manejo de comportamiento.
4. Evaluar la consciencia de los padres sobre sus propias necesidades.

PROCEDIMIENTOS:

1. Explique el propósito de los inventarios pre y post en el programa. La comprensión precisa de los padres asegurará respuestas más honestas.
2. Distribuya copias del AAPI y el cuestionario sobre la crianza con cariño a los padres. Haga que éstos completen el AAPI primero, luego el cuestionario.
3. Explique cómo responder a ambos formularios: circule únicamente una respuesta en cada pregunta. Asegúrese que los padres pongan sus nombres (o números si quieren ser anónimos) en ambos formularios.

IMPREVISTOS, MISCELANEOS:

Después que los inventarios han sido calificados y anotadas sus puntuaciones, encuentre el tiempo durante las 15 semanas para compartir resultados generales con los padres. No se recomienda que se lleve a cabo un análisis detallado de las respuestas con los padres.

ACTIVIDAD:	1.6 La crianza con cariño
PARTICIPANTES:	Padres
DURACION:	35 minutos
CONCEPTO BASICO:	Expectativas apropiadas, empatía, autoconsciencia
RECURSOS:	Manuales para padres

META:

Aumentar la consciencia de los padres sobre el rol de padres en la vida de sus hijos.

OBJETIVOS:

1. Definir la crianza con cariño y con abuso por medio de los cinco sentidos.
2. Permitir la autoexpresión libre en una discusión del impacto de las experiencias positivas y negativas en las vidas de los padres.
3. Fomentar la cercanía y cohesión del grupo a través del compartir información personal, risa y diversión.

PROCEDIMIENTOS:

1. Explique el proceso llamado "lluvia de ideas."
 - a. Se acepta cualquier idea, bien sea extrema, risible o razonable.
 - b. Durante la lluvia de ideas no se permitirá evaluaciones, comentarios o juicios.
 - c. Se exponen las ideas en forma breve.
 - d. Se aceptan repeticiones y la elaboración sobre las sugerencias dadas por otras personas.
2. Escriba en una hoja de rotafolio la palabra "olores" y pida a los padres que recuerden los olores que significan el cariño para ellos, olores agradables (ej., la grama después de la lluvia, el vapor del café, la cocina de la abuelita, etcetera). Apunte todos los aportes.
3. Continúe por generar una lista semejante para cada uno de los otros cuatro sentidos: sabores, sonidos, vistas y toques (lo que sienten al cuerpo). Cuelgue las cinco hojas una al lado de otra en la pared.
4. Repita el mismo proceso con experiencias desagradables y negativas relacionadas con los cinco sentidos: olores terribles, sabores repugnantes, sonidos irritantes, vistas malas y toques que incomodan o lastiman. (Es preferible usar un marcador de color diferente para distinguir las hojas positivas de las negativas.) Cuelgue estas hojas en la pared al lado opuesto de donde se colgaron las positivas.
5. Divida el grupo en dos. Mande a un grupo a pararse en frente de las hojas de las experiencias positivas, y al otro que se pare en frente de las negativas. Solicite a los dos grupos que lean sus carteles, que absorben las experiencias ahí escritas. Al acabar de leer, entreviste a los miembros de cada grupo. ¿Cómo se sienten ahora? ¿Qué están pensando?
6. Trace una línea imaginaria entre la pared de las experiencias cariñosas y la pared de las abusivas. Pida a los padres que se ubiquen en la línea según la mezcla de experiencias que experimentaron de niños. Si su niñez fue cien por ciento positiva o negativa, se ubicarán a los extremos del cuarto; si fue 50-50, estarn entre medio. Cada uno encontrará el punto en la línea que representa sus experiencias. Usted también se puede ubicar.

100% negativas



100%positivas

7. Pídales ahora que se cambien al punto de la línea que representa la vida de sus hijos hasta la fecha.
8. Ahora solicíteles que se cambien al punto que considerarían ideal. ¿Por qué escogieron estos puntos?
9. Cuando el grupo se sienta de nuevo, facilite una discusión sobre el impacto en nuestras vidas de la información que recibimos por medio de nuestros cinco sentidos. ¿A base de nuestras experiencias, qué aprendemos con relación a nuestro ambiente, a los que nos rodean, a nosotros mismos? ¿Cómo sabemos

en qué y en quien podremos confiar? ¿Cuáles experiencias aumentan la autoestima y el autoconcepto, cuáles los disminuyen? ¿Es necesario experimentar experiencias negativas para llegar a ser una persona de respeto, de carácter fuerte?

IMPREVISTOS, MISCELANEOS:

La clave del éxito de este ejercicio es la discusión libre, sin censura o crítica. Haga que la lluvia de ideas sea divertida, animada, rápida y asegure que ningún aporte se rechace. Por lo general, le gusta a la gente hablar de sus gustos y preferencias.

El ubicarse en el continuo puede resultar difícil para unos, por tener que revelar a los otros algo desagradable con respeto a sus vidas o las de sus hijos. Mantenga una actitud de apoyo y comprensión.

El elemento más importante de los procedimientos números 6 y 9 es la discusión entre los miembros del grupo. No hay que predicar, ni presentar una larga oración. Los participantes tendrán una variedad de opiniones. Con convicción y delicadez a la vez, usted tendrá la oportunidad de presentar la filosofía del Programa CCC que postula que el abuso, el maltrato y las experiencias negativas no desarrollan el carácter de una forma positiva. Al contrario, las personas que a menudo experimentan experiencias lastimosas, atemorizantes o desagradables generalmente se enojan y quieren vengarse. Este tipo de experiencia daña al autoconcepto y la autoestima. El carácter fuerte de una persona de respeto se construye sobre una fundación de cariño y atención positiva. Lo que uno es refleja lo que uno vive. Nuestras experiencias influyen nuestros pensamientos, sentimientos y comportamientos hacia los demás y hacia nosotros mismos. En este programa, intentaremos proveerles – tanto a los padres como a los niños – de muchas experiencias positivas y cariñosas.

ACTIVIDAD:	1.7 Abrazo grupal y evaluación
PARTICIPANTES:	Padres
DURACION:	5 minutos
CONCEPTO BASICO:	Empatía, autoconsciencia
RECURSOS:	Formularios de evaluación del programa, diarios familiares

META:

Facilitar la cohesión del grupo y el compartir entre los miembros.

OBJETIVOS:

1. Proporcionar un cierre de las actividades.
2. Establecer un ambiente cálido y de apoyo.
3. Aumentar la comodidad con el contacto físico.
4. Brindar a los padres la oportunidad de decir lo que quieran.
5. Desarrollar el acercamiento en el grupo.
6. Aumentar el sentido de participación de los padres.
7. Brindar a los padres una oportunidad para compartir sus sentimientos de una manera constructiva.

PROCEDIMIENTOS:

1. Explique que el tocar no siempre es fácil.
2. Diga que algunos problemas pueden resolverse hablando de ellos, otros necesitan más aprendizaje experiencial.
3. A veces la mejor manera es simplemente comenzar. Esto es lo que vamos a hacer con un abrazo en círculo. Virginia Satir, una famosa psicóloga norteamericana, dice que necesitamos cuatro abrazos al día para sobrevivir, ocho abrazos al día para mantenimiento y doce abrazos al día para crecimiento.
4. Haga que los miembros del grupo se paren en un círculo. Modele poniendo sus brazos alrededor de aquellos a ambos lados de usted. Permita tiempo para comentarios, observaciones, sentimientos inconclusos o silencio. En un momento natural termina la actividad.
5. Distribuya las formas de evaluación del programa para que los padres las completen antes de irse.
6. Distribuya los diarios familiares a fin de que los padres los completen antes de la sesión de la próxima semana. La información se compartirá durante la revisión de las tareas. Las familias o el personal pueden guardar los diarios dependiendo de la preferencia del líder.

IMPREVISTOS, MISCELANEOS:

1. Los padres probablemente se sentirán incómodos con el primer o segundo abrazo grupal. El tocar, la calidez y el estar cerca, podrían ser características con las que no están acostumbrados. Dé apoyo y anime la discusión.
2. Anime a los padres a ser honestos con respecto a sus evaluaciones. Toda la información es anónima.