



Colegio Salesiano Concepción

PROYECTO 2016 -2018
FORMANDO PERSONAS AUTÓNOMAS Y
RESPONSABLES:
“BUENOS CRISTIANOS Y HONESTOS CIUDADANOS”

Temas Pastorales: Reuniones Mensuales de Apoderados

Jornadas Por Niveles

2016 - 2018

Concepción, Marzo 2018.

Elaborado: Padre Luis Flores
Yenny Molina C.

PRESENTACION

PROYECTO

Formando personas autónomas y responsables: “buenos cristianos y honestos ciudadanos”

2016-2018

5os EB a 4os EM

1. PRESENTACIÓN

Durante los 129 años de historia nuestra Comunidad Educativa Salesiana de Concepción ha pretendido acompañar la vida de nuestros estudiantes y de sus familias. La oferta educativo pastoral ha considerado experiencias significativas, retiros espirituales, experiencias asociativas, propuestas de evangelización ambiental, etc.

Hoy, vemos la necesidad de reformular nuestros esfuerzos elaborando una nueva articulación de nuestro quehacer a partir de la realidad del joven y de su familia, profesionalizando nuestras intervenciones a la luz de la ciencia y de nuevos estudios que iluminan nuestra acción pedagógica desde lo antropológico, carismático salesiano y teológico pastoral.

Hasta ahora, no ha sido fácil articular el trabajo entre las áreas para conjugar experticias educativo-pastorales no sólo porque nos ha faltado integrar nuestras ofertas con los procesos de maduración de los estudiantes en todas sus dimensiones sino, tal vez, porque hemos perdido de vista a uno de los grupos que pueden y más quieren ayudar a sus niños y adolescentes: los padres.

Formando personas autónomas y responsables: “buenos cristianos y honestos ciudadanos” se propone generar una manera de trabajar que tenga como centro al niño, al adolescente y su familia como una unidad, donde padres y educadores emprenden una tarea articulada de apoyo al largo y, a veces, duro proceso que conduce a la autonomía y responsabilidad como logros del proceso de individuación adolescente.

Confiamos en que esta nueva manera de trabajar arraigue, fructifique y otorgue elementos concretos para que cada agente de nuestra comunidad educativa al mismo tiempo que forma a niños y jóvenes crezca en libertad y vida interior al servicio de la transformación y humanización del entorno.

2. MARCO DE REFERENCIA

Evangelizar a los adolescentes y jóvenes es la primera y fundamental finalidad de nuestra misión.¹ Se expresa en la acción educativo pastoral salesiana que se orienta desde un horizonte teológico, antropológico y educativo: el desarrollo de lo humano hasta la plena madurez en Cristo y su vinculación vital con la Iglesia. El cultivo de la dimensión religiosa, en armonía con las otras dimensiones de la persona, es central en el desarrollo de la persona.²

A la luz de la experiencia de Don Bosco, subrayamos algunos elementos que son centrales de su propuesta educativa para nuestro proyecto/proceso: una mirada positiva del joven como centro de su misión, la creación de un entorno acogedor y rico en posibilidades de crecimiento, la facilitación de un camino de vida interior para que el joven se encuentre experiencialmente con Cristo expresado en la transformación de su vida.

Nuestra mirada de la adolescencia, lejos de una visión problemática y turbulenta, es optimista y verdadera. El rediseño por completo del cerebro adolescente, convierte a esta edad en un tiempo privilegiado para el uso eficaz de la inteligencia en el aprendizaje: aprender a pensar mejor, a sentir mejor, a ser más autónomo y responsable y, de esa manera, definir su personalidad y el sentido que desea darle a su vida³.

Para Don Bosco, “en todo joven, aun en el más desgraciado, hay un punto accesible al bien...”, niños y jóvenes tienen todas las potencialidades para crecer, lo único que necesitan para hacerlo es la confianza de un entorno estimulante. Familia, escuela, barrio y sociedad son parte constitutiva del entorno de nuestros niños y jóvenes.

Por ello, no consideramos al adolescente en forma aislada, nuestro enfoque es más global. Entendemos la adolescencia desde una perspectiva más amplia e incluida en la unidad familiar, de modo que sería el resultado de un sistema socio familiar y no tanto de la persona concreta y su fase de desarrollo. Desde esta perspectiva, es fundamental para nosotros articular el binomio familia-escuela si queremos apoyar a nuestros adolescentes desde una pedagogía de los recursos.

¹ Evangelium nuntiandi n°14, Constituciones sdb n°31.

² Cfr. CG XXIII n° 160

³ José Antonio Marina. *El talento de los adolescentes*. Editorial Planeta, 2014.

Don Bosco hizo un gran esfuerzo por establecer en el Oratorio un clima de familiaridad, lo llamó “espíritu de familia”. Para él, la tarea de la educación es lo que, actualmente, compararíamos con la tarea de unos buenos padres cristianos. Su método se basa en una relación afectiva entre educador y educando, igual al de una buena familia. Un tema particularmente actual dado que la adolescencia, sobre todo la temprana, es una etapa de gran vulnerabilidad en la que la inmadurez de los mecanismos de autoregulación requiere de una supervisión directa por parte de los padres combinada con la cesión progresiva de mayor autonomía y responsabilidades. De ahí la importancia de mantener un entorno enriquecido y de una conexión positiva con el adolescente: “en el desarrollo de la corteza prefrontal –centro ejecutivo de la persona- no hay que olvidar el papel que ejerce el afecto parental”. En esta etapa que incluye varias tareas de desarrollo hay mucho por hacer y no todo depende del propio desarrollo del adolescente sino que en gran parte de un entorno armonioso y constructivo, particularmente de una conexión de afecto y ternura con sus padres.

3. OBJETIVOS

1. OBJETIVO GENERAL

Colaborar con los niños, adolescentes y sus familias, en el camino hacia la autonomía y responsabilidad propias del cristiano que aporta a la transformación de la sociedad.

2. OBJETIVOS ESPECIFICOS

Niños y adolescentes

1. Fortalecer la construcción de una imagen de sí mismo y del mundo-como creación de Dios- rica, veraz y llena de posibilidades
2. Reconocer y valorar el uso de sus capacidades intelectivas de una manera rigurosa, creativa y capaz de resolver problemas
3. Adquirir progresivamente un tono vital alegre, optimista, activo, resistente y de confianza en sí mismo, en los demás y en Dios
4. Desarrollar habilidades para el ejercicio de su libertad apoyado en una voluntad libre y recta
5. Aumentar el uso del propio lenguaje como una facultad para comunicarse consigo mismo, con los demás y con Dios
6. Incrementar el talento para la convivencia con sus pares, su familia y al servicio de la compasión y solidaridad con los más pobres.

Padres y adultos significativos

1. Reconocer la importancia del rol de los padres en la imagen de sí mismos y del mundo que van forjando los hijos y en proyectar la paternidad de Dios
2. Fortalecer competencias para acompañar el proceso de crecimiento cognitivo, afectivo y ético de los hijos.
3. Facilitar herramientas para que los hijos adquieran una actitud activa ante la vida, un carácter positivo y optimista capaz de soportar la frustración
4. Desarrollar una actitud de decidido apoyo al ejercicio de la libertad de sus hijos, los que se basarán en sistemas de valores para el control de su propia conducta
5. Facilitar herramientas o recursos psicopedagógicos para fortalecer el vínculo afectivo-comunicacional con los hijos
6. Acompañar en el desarrollo de la sociabilidad de los hijos a nivel de pares, de la familia y del servicio a la sociedad

Educadores (personal del colegio y agentes pastoral adultos)

1. Facilitar herramientas e instancias educativo pastorales para valorar positivamente la niñez y la adolescencia como etapas en que hijos y padres establezcan un trato de conexión y cercanía emocional
2. Manejar un modelo educativo que permita dotar a los niños y adolescentes de todos los recursos intelectuales, afectivos, ejecutivos y éticos para su desarrollo pleno
3. Fortalecer la adquisición de recursos intelectuales, afectivos, ejecutivos y éticos para acompañar a los niños, adolescentes y sus familias en la consecución de sus objetivos
4. Fortalecer la articulación en red para la formación de los niños, adolescentes y sus padres

4. ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN

- a. Nuestra estrategia de intervención es a tres años y se considera, siempre, al niño, adolescente y su familia como una sola unidad.
- b. Lo hacemos en dos partes para respetar el desarrollo evolutivo propio de la niñez y el desarrollo particular de la adolescencia.
- c. El punto de partida para el 2016, es compartir entre todos un nuevo paradigma para apoyar a los niños y adolescentes.
- d. Entre las estrategias destacamos la selección mensual de contenidos y elaboración de materiales para estudiantes y padres
- e. La transmisión de contenidos en las reuniones de apoderados por parte de los profesores jefes con la colaboración de los delegados de pastoral.
- f. Se contempla la realización de una jornada anual de profundización por niveles con los padres de 5.º Básico a 4.º de EM (*anexo 2*)

LAS ESTRUCTURAS DE TRANSMISIÓN

Las estructuras de transmisión serán las siguientes:

- reunión lineal mensual de todos los profesores y el “momento pastoral” de las reuniones mensuales de padres y apoderados
- La clase de orientación, una vez en el mes, con los contenidos trabajados con los profesores en la reunión lineal mensual (*anexo 1*) y, además, la aplicación dos veces al mes de un programa de educación de la afectividad y sexualidad (*anexo 3*)
- La clase de religión y la catequesis de comunión y confirmación como lugares para la implementación de actividades en la línea de favorecer el cultivo de la vida interior.
- página web del colegio con una presentación del tema del mes

Para el 2017 se prevé la articulación con otras estructuras como la de los retiros anuales por curso y los distintos organismos de participación pastoral (MJS y otros).

5. REFERENCIAS

Ser padres de adolescentes. Una síntesis de la investigación y una base para la acción. A. Rae Simpson, Ph.D. OPS. 2001

El talento de los jóvenes. José Antonio Marina. Ariel. Barcelona 2014

Curso: *Positive Youth Development. A curriculum for youth work professionals (Desarrollo positivo de los jóvenes. Un curriculum para profesionales que trabajan con jóvenes).* Jutta Dotterweich, Ph D. ACT for Youth Center of Excellence. Bronfenbrenner Center for Translational Research. College of Human Ecology Cornell University. 2015

The Power of Relationships (El poder de las relaciones) y Understanding Ages & Stages (Entendiendo las edades y las etapas). <http://www.parentfurther.com/> Revisado por última vez en Septiembre de 2015.

The Spiritual Child. The New Science on Parenting for Health and Lifelong Thriving. Lisa Miller, Ph.D. St. Martin's Press. New York. 2015

Inteligencia Espiritual. Francesc Torralba. Plataforma Editorial. Barcelona. 2010.

EXPLICACIÓN DEL TEMA PASTORAL 5º BÁSICOS A 4º MEDIOS

El tema del mes tiene como finalidad entregar a todos los apoderados herramientas para aplicar en casa y corresponden a los objetivos trazados en el proyecto.

Durante 2016 hubo un único tema para todos los cursos. Desde el año 2017 los temas se diversificaron para la Enseñanza Básica y Media.

El tema pastoral se prepara con los profesores jefes en reunión de profesores y con los delegados de pastoral en su reunión mensual. La preparación con los profesores jefes la realiza el encargado del proyecto (P. Luis Flores) y las reuniones con los delegados de pastoral se prepararon con el encargado del proyecto junto al matrimonio responsable de la pastoral del CEGEPA. El delegado el día de la reunión retira desde portería su caja pastoral y antes que comience la reunión arma el Altar. Se dedica la primera media hora de reunión para el tema del mes.

El desarrollo del tema durante la reunión de apoderados es por cuenta del profesor jefe y de cada delegado/a de curso, con la participación de los apoderados. Además, a cada apoderado se le entrega una hoja impresa en Publisher con el tema tratado con la sugerencia de conversarlo en casa.

P. Luis Flores F., SDB



PROYECTO 2016 -2018

FORMANDO PERSONAS AUTÓNOMAS Y RESPONSABLES:

“BUENOS CRISTIANOS Y HONESTOS CIUDADANOS”

PARTE A

“TEMAS MENSUALES

REUNION APODERADOS 2016”

Concepción, Marzo 2018.

Elaborado: Padre Luis Flores

Yenny Molina C.

TEMAS: ENSEÑANZA BASICA Y MEDIA 2016

-  **Abril:** Mitos sobre la adolescencia
-  **Mayo:** El cerebro adolescente
-  **Junio:** Desmontando mitos sobre la adolescencia
-  **Agosto:** El proceso de individuación espiritual en los adolescentes
-  **Septiembre:** Metas a lograr en la individuación adolescente
-  **Octubre:** Acercamiento y conexión emocional con los adolescentes
-  **Noviembre:** Recapitulación y evaluación de la experiencia con los temas

El nuevo paradigma basado en la evidencia científica: los últimos avances de la neurociencia arrojan nuevos datos sobre el desarrollo del cerebro adolescente, plantean que en esta etapa se produce una segunda revolución neuronal por lo que la plasticidad y posibilidad de aprendizaje se incrementan significativamente. Están en una segunda gran oportunidad para dirigir su vida hacia donde prefieran. Estos datos echan por tierra el determinismo (“no hay nada que hacer”) y que los adolescentes estaban condicionados por la revolución hormonal. Los cambios que se producen en este momento están más influidos por los cambios cerebrales que por los hormonales.



Tú eres el rostro visible del Padre invisible, del Dios que manifiesta su omnipotencia sobre todo con el perdón y la misericordia: haz que, en el mundo, la Iglesia, y nuestra familia, sea el rostro visible de Ti, su Señor, resucitado y glorioso.

¿Tengo una visión catastrofista o positiva de mi hijo?



“Con Jesús: Recorramos Juntos la Aventura del Espíritu”

**P. LUIS FLORES FARÍAS
ÁREA DE APOYO**

COLEGIO SALESIANO DE CONCEPCIÓN

2016

UNA VISIÓN POSITIVA DE LA ADOLESCENCIA

Existen dos visiones acerca de la etapa de la adolescencia, lo que llamamos visión tradicional de la adolescencia y el nuevo paradigma. Existen muchas diferencias en cuanto a una y otra postura. Como saben, la opinión que se tiene acerca de este periodo está muy influenciada por aspectos sociales, culturales, educativos, personales... Que a la vez pueden estar teniendo repercusión en la visión que nosotros mismos tenemos.

Visión tradicional	Nuevo paradigma
Su cabeza no funciona bien	Cerebro hermoso y brillante
¡Mala reputación! Promiscuidad, nocturnidad, malas relaciones familiares, drogodependencia, conductas antisociales	La mayoría de los adolescentes atraviesa la etapa sin grandes problemas
Para "protegerlos" se los infantiliza: cero o casi nula ayuda en las tareas domésticas	Son una parte más de la unidad familiar y tienen tareas domésticas propias e indelegables
Etapas de riesgos, problemas y trastornos	Al insistir en esta visión los adolescentes pueden llegar a corroborar la imagen que se les envía (profecía auto-cumplida)
No hay como enfrentarlos en sus problemas	Enfrenta los problemas conociéndolos bien y aprovechando su energía (no la nuestra) para resolverlos
Visión de los padres: desconfianza en sus capacidades, miedo a sus errores e infantilización	La adolescencia como una gran oportunidad para el aprendizaje, el cambio y el reencuentro entre padres e hijos desde un nuevo lugar
Visión del adolescente: Siente que tiene que responder a demandas cada vez más complejas pero no se siente preparado (frustración e inseguridad)	Desafía las capacidades del adolescente para adaptarse a un entorno cambiante y cada vez más exigente de su autonomía y responsabilidad.
Se visiona solamente al adolescente problemático y sus cambios. La persona concreta y su fase de desarrollo	Se entiende la adolescencia desde una perspectiva más amplia e incluida en la unidad familiar, por tanto sería el resultado de un sistema socio-familiar
En definitiva: visión pesimista y negativa del adolescente	Tiene una visión más realista y positiva de la etapa fundamentada en los últimos avances científicos (neurociencias, psicología positiva...)

Con el objetivo de saber desde dónde partimos, a continuación, les propongo una serie de ideas acerca de la adolescencia sobre las que les pido opinión. Lo haremos utilizando una escala de 0 a 5 donde 0 es totalmente en desacuerdo y 5 totalmente de acuerdo.

- Al llegar a la adolescencia ya no necesitan tanto a los padres
- La adolescencia es una etapa conflictiva
- Los adolescentes no razonan, hacen las cosas sin pensar
- Los adolescentes se mueven por impulsos
- Una vez llegados a la adolescencia poco se puede hacer educativamente hablando
- Los adolescentes son presos de sus hormonas
- Son muy influenciables a esta edad puesto que todavía no tienen un criterio definido
- Los adolescentes se meten en problemas con mucha facilidad
- A los adolescentes les gusta el riesgo
- Los adolescentes se mueven por impulsos
- Los adolescentes están poco motivados y tienen poca iniciativa
- Los adolescentes son ariscos y muestran poco interés por su familia
- Los adolescentes son rebeldes por naturaleza
- Al llegar a la adolescencia se vuelven egoístas

Autocorrección. Las ideas que reciban más puntuación serán las que con más credibilidad mantienen ustedes y por tanto serán éstas en las que más atención tendrá que poner cada uno/a.

Para la casa: Reflexionar con los demás adultos de la casa e identificar si aparecen algunos de estos mitos. Y, sobre todo, de qué manera están condicionando o podrían condicionar el trato con sus hijos.

Formación Apoderados Abril 2016

¿TENGO UNA VISIÓN CATASTROFISTA O POSITIVA DE MI HIJO?

Existen dos visiones acerca de la etapa de la adolescencia, lo que llamamos visión tradicional de la adolescencia y el nuevo paradigma. Existen muchas diferencias en cuanto a una y otra postura. Como saben, la opinión que se tiene acerca de este periodo está muy influenciada por aspectos sociales, culturales, educativos, personales.... Que a la vez pueden estar teniendo repercusión en la visión que nosotros mismos tenemos.

Visión tradicional	Nuevo paradigma
Su cabeza no funciona bien	Cerebro hermoso y brillante
¡Mala reputación! Promiscuidad, nocturnidad, malas relaciones familiares, drogodependencia, conductas antisociales	La mayoría de los adolescentes atraviesa la etapa sin grandes problemas
Para “protegerlos” se los infantiliza: cero o casi nula ayuda en las tareas domésticas	Son una parte más de la unidad familiar y tienen tareas domésticas propias e indelegables
Etapa de riesgos, problemas y trastornos	Al insistir en esta visión los adolescentes pueden llegar a corroborar la imagen que se les envía (profecía auto-cumplida)
No hay como enfrentarlos en sus problemas	Enfrenta los problemas conociéndolos bien y aprovechando su energía (no la nuestra) para resolverlos
Visión de los padres: desconfianza en sus capacidades, miedo a sus errores e infantilización	La adolescencia como una gran oportunidad para el aprendizaje, el cambio y el reencuentro entre padres e hijos desde un nuevo lugar
Visión del adolescente: Siente que tiene que responder a demandas cada vez más complejas pero no se siente preparado (frustración e inseguridad)	Desafía las capacidades del adolescente para adaptarse a un entorno cambiante y cada vez más exigente de su autonomía y responsabilidad.
Se visiona solamente al adolescente problemático y sus cambios. La persona concreta y su fase de desarrollo	Se entiende la adolescencia desde una perspectiva más amplia e incluida en la unidad familiar, por tanto sería el resultado de un sistema socio-familiar
En definitiva: visión pesimista y negativa del adolescente	Tiene una visión más realista y positiva de la etapa fundamentada en los últimos avances científicos (neurociencias, psicología positiva...)

Con el objetivo de saber desde dónde partimos, a continuación, les propongo una serie de ideas acerca de la adolescencia sobre las que les pido opinión. Lo haremos utilizando una escala de 0 a 5 donde 0 es totalmente en desacuerdo y 5 totalmente de acuerdo.

	<ol style="list-style-type: none">1. Al llegar a la adolescencia ya no necesitan tanto a los padres2. La adolescencia es una etapa conflictiva3. Los adolescentes no razonan, hacen las cosas sin pensar4. Los adolescentes se mueven por impulsos5. Una vez llegados a la adolescencia poco se puede hacer educativamente hablando6. Los adolescentes son presa de sus hormonas7. Son muy influenciables a esta edad puesto que todavía no tienen un criterio definido8. Los adolescentes se meten en problemas con mucha facilidad9. A los adolescentes les gusta el riesgo10. Los adolescentes se mueven por impulsos11. Los adolescentes están poco motivados y tienen poca iniciativa12. Los adolescentes son ariscos y muestran poco interés por su familia13. Los adolescentes son rebeldes por naturaleza14. Al llegar a la adolescencia se vuelven egoístas
--	---

Autocorrección. Las ideas que reciban más puntuación serán las que con más credibilidad mantienen ustedes y por tanto serán éstas en las que más atención tendrá que poner cada uno/a.

Para la casa:

Reflexionar con los demás adultos de la casa e identificar si aparecen algunos de estos mitos. Y, sobre todo, de qué manera están condicionando o podrían condicionar el trato con sus hijos.

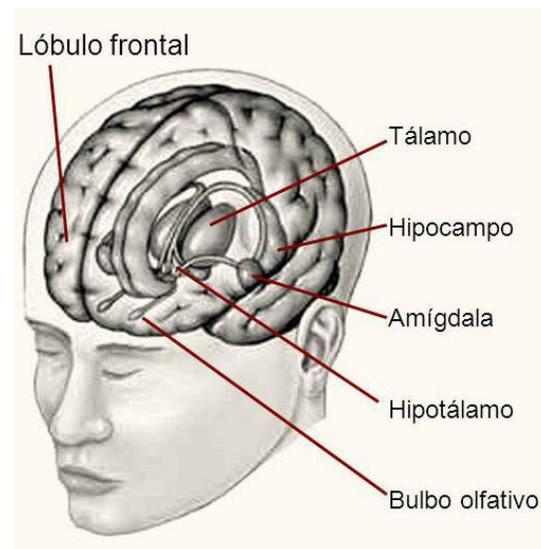
CONCLUSIONES

- ⇒ Cuando los hijos conocen como funciona su cerebro suelen sentirse más libres en lo que tiene que ver con sus propios errores.
- ⇒ El proceso de armonización de la corteza prefrontal y del circuito mesolímbico (piso de arriba y abajo) depende mucho del entorno (familia, escuela...). Cuando el ambiente en que se educan los adolescentes es rico en estímulos su cerebro se armoniza mejor.
- ⇒ La adolescencia, sobre todo la temprana, es una etapa de gran vulnerabilidad en la que la inmadurez de los mecanismos de autoregulación requiere de una supervisión directa por parte de los padres combinada con la cesión de mayor autonomía.
- ⇒ En esta etapa hay mucho por hacer y no todo depende del propio desarrollo del adolescente (25%) sino que en gran parte del **entorno** (75%): por tanto familia y escuela juegan un papel MUY importante.



Tú eres el rostro visible del Padre invisible, del Dios que manifiesta su omnipotencia sobre todo con el perdón y la misericordia: haz que, en el mundo, la Iglesia, y nuestra familia, sea el rostro visible de Ti, su Señor, resucitado y glorioso.

El Cerebro Adolescente



El cerebro: una casa de dos pisos

Por distintas situaciones, a veces, los adolescentes se confunden. Para poderles ayudar necesitamos aprender cómo funciona su cerebro. El cerebro es como una casa de dos pisos, allí viven personajes que la piensan, toman decisiones, son empáticos y flexibles y, otros personajes que tienen muy a flor de piel sus emociones, lo que sienten y, sobre todo, su seguri-

Los que viven en el piso de arriba

El pensador, el que resuelve problemas, el que regula emociones, el creativo, el tipo flexible y empático. El segundo piso corresponde a la **corteza prefrontal**. Tiene un ritmo de desarrollo más lento y no está influido por el desarrollo hormonal, depende de la edad y del aprendizaje. No alcanza su madurez hasta la tercera década de la vida.



Los que viven en el piso de abajo

Son personajes que viven extremadamente preocupados de la seguridad y de la satisfacción de las necesidades elementales. La principal de ellas la SE-GU-RI-DAD. (también el deseo, el miedo, la angustia y la agresión...) El primer piso corresponde a las capas más profundas del cerebro y más primitivas. Aquí se ubica **la vía mesolímbica**. Está asociada con las respuestas de la conducta frente a estímulos de gratificación emocional y motivación, es decir, en el mecanismo cerebral que media la recompensa. En los adolescentes es cuatro veces mayor que en los niños y adultos. Por ello son muy “golosos” para hacer lo que les gusta y, además, extremadamente sensibles.

En la adolescencia temprana el/la adolescente se encuentra con un sistema motivacional muy marcado e influido por la obtención de recompensas y, por otra parte, con una corteza prefrontal inmadura e incapaz de autoregularse adecuadamente.

¿Cómo funciona en el cerebro adolescente la relación entre el piso de arriba y el abajo con sus respectivos personajes? ¿Qué conclusiones sacamos después de haber visto el video?

El cerebro trabaja mejor cuando el piso de arriba y el piso de abajo dialogan. Ejemplo: el piso de abajo se puede sentir muy ansioso ante una señal de peligro que para algunos estudiantes es común. El examen final en que se juegan el aprobar un ramo. La amígdala, el cerebro reptil enciende las alarmas. Angustia... ojo... el cerebro de arriba: cálmate, respira profundo... si estudiaste... conoces los contenidos... relájate... y mantén el control. ¿por qué se logró el control? Porque los personajes del piso de abajo y los del piso de arriba se ocuparon en llevar mensajes arriba y abajo. Hubo fluidez. Se pusieron de acuerdo. La persona actúa con armonía .

¿Qué pasa cuando el piso de abajo toma el mando?

Algunas veces uno de los personajes del piso de abajo advierte peligro, su compañero cercano entra en pánico y hace que otro de sus compañeros comience a vociferar que preparen el cuerpo porque viene peligro. Todo en centésimas de segundo. El mensaje central es este: “El grupo de arriba podrá volver a trabajar con rigor cuando nosotros, los de abajo, estemos fuera de peligro”. Lo que hacen en rigor los del piso de abajo es cerrar automáticamente la puerta. Con ello corta la conexión entre el piso de arriba y el de abajo que normalmente debieran estar conectados.



Todos cerramos nuestra puerta

En situaciones de “peligro” todos cerramos nuestra puerta y, de alguna manera, nos bloqueamos. Por ejemplo, cuando perdemos algo importante (el celular, la billetera) y lo buscamos una y otra vez en el mismo lugar. Eso ocurre porque la parte baja del cerebro se hizo cargo, por lo que al cerrar la puerta la parte de arriba del cerebro, la parte pensante no trabajará de forma apropiada.

A veces el primer piso se equivoca

Los hijos cierran sus puertas más que los adultos (que suelen tener más integradas ambas partes). A veces aprietan el botón de pánico (se amurran) por cosas pequeñas y eso sucede porque la parte del segundo piso está todavía en construcción y lo estará hasta los 25 años, aprox.

A no ser que yo lo quiera, NADIE me puede enojar. Ver conferencia sobre cerebro adolescente:

<http://bit.ly/1PZpxlY>

El cerebro adolescente – Apoderados

Objetivos

- Acercarnos al funcionamiento del cerebro de nuestros hijos.
- Entender la relación entre el cerebro pensante (corteza prefrontal) y el cerebro emocional (circuito mesolímbico)
- Mostrar y comentar el video: “el cerebro dividido”.

Procedimiento

- a) El profesor, la profesora explica los objetivos del tema “cerebro adolescente”
- b) Oración inicial a cargo del Delegado de Pastoral

La Biblia nunca habla del cerebro. Porque los antiguos creían que los pensamientos surgían del corazón. Por ejemplo, en Mt 15 leemos “porque lo que sale por la boca brota del corazón; y eso sí contamina al hombre. Porque del corazón salen las malas intenciones, asesinatos... etc.” Al iniciar nuestra reflexión sobre el Cerebro Adolescente queremos, en primer lugar, dar gracias a Dios por este órgano maravilloso que cuando se equilibra bien en sus distintas partes nos hace personas equilibradas y abiertas a la conexión con todos y todas.

Dejamos un **momento de silencio** para dar gracias a Dios por el regalo que nos ha hecho de poder pensar, poder sentir y poder actuar libremente gracias al cerebro maravilloso que nos dio... (2 minutos aprox. de silencio)

Nos unimos en acción de gracias diciendo: Padre Nuestro.

- c) Como introducción al tema sobre “¿cómo funciona el cerebro de nuestros hijos” hacemos una lluvia de ideas a cargo del delegado/a de pastoral
 - a. ¿Por qué la adolescencia es una etapa crucial para la maduración cerebral?
 - b. ¿Cómo podemos colaborar los padres en ese proceso de maduración?
- d) Explicación del tema a cargo del profesor (con la ayuda de la delegada pastoral)
- e) Al llegar a la pregunta del folleto padres “¿Cómo funciona en el cerebro adolescente la relación entre el piso de arriba y el de abajo?” se proyecta el video: el cerebro dividido: <http://bit.ly/1DRyY3r>
- f) Al finalizar el delegado pastoral invita a los papás a conversar con el hijo sobre el tema y a ver juntos el video que se señala sobre el cerebro adolescente (link en círculo del folleto para los padres). Conversar particularmente cómo funciona el circuito de la rabia.
- g) La oración final del díptico: “Señor Jesús... tú eres el rostro visible del Padre...”

Recomendación final: conversar sobre el tema con los hijos mañana o pasado. La próxima semana lo harán en las clases de orientación para complementar.

¿Cómo hacemos para que esos mitos, los que identificamos como más nuestros, no sesguen nuestro comportamiento?

Tome consciencia de que los mitos son falsos, identifique cuál de ellos mantiene y en qué circunstancias se activan. *Cuando mi hijo me pide permiso para ir a una fiesta...*

Póngalo por escrito de manera textual y en primera persona. *Cuando quise hacerle cariño a mi hija Paula reaccionó de mala manera, me gritó y me dijo: "ya no soy una niña". Mi hija se ha vuelto arisca...*

Analice los pensamientos que a menudo surgen en usted a propósito de la conducta arisca de su hija. *¿qué pasó exactamente? ¿qué datos tengo para sostener este pensamiento? ¿cómo actué yo y cómo reaccionó mi hija? ¿siempre es así o solo en algunas ocasiones? ¿mantener este mito, me acerca o aleja de mi hija? ¿Me ayuda a conseguir mis objetivos educativos? ¿Cómo influye este pensamiento en mi conducta y en la de mi hijo?*

Para evaluar más detalladamente nuestras creencias, tener presente que el hecho de pensar en algo no significa que necesariamente sea cierto, el pensamiento no es igual a la realidad. Tenemos que identificar entre aquellos que anotamos los que sean negativos, es decir, los que nos hacen sentir mal o nos bloquean y de éstos establecer el grado de credibilidad que les damos de 0 a 10. Y empezaremos el análisis por el de menor grado de creencia.



Desmontando mitos sobre la adolescencia



Visión catastrofista de la adolescencia

El adolescente parece volverse otra persona, se cierra en sí mismo, se vuelve arisco, no le interesa la familia. Son presa de sus hormonas y no tienen la capacidad de controlarse, realizan con una alta probabilidad conductas arriesgadas, solo piensan en sí mismos, son rebeldes por naturaleza y “si no han entrado ya en vereda” no se podrá hacer nada ya que el momento de educarles ya pasó.

De ahí las inseguridad y miedos que experimentan padres y adolescentes. Algunos ejemplos de falsas creencias y la contra respuesta en la página siguiente.

1. La adolescencia es un período de crisis y conflictivo

A pesar de la visión catastrofista hay múltiples estudios que revelan que la mayoría de los adolescentes pasan por este proceso sin muchas dificultades y no experimentan una ruptura tan crítica respecto a su infancia.

2. La adolescencia es un período en el que el cambio no es posible. El cerebro ya está desarrollado

Las últimas investigaciones arrojan resultados sorprendentes acerca de la capacidad de cambio y plasticidad que se producen en esta etapa. 2.a revolución neuronal por lo que el adolescente en este momento tendría la capacidad de reinventarse y poder dirigir su vida, está ante una gran oportunidad.

3. Los adolescentes son presa de sus hormonas y se mueven por impulsos

La influencia hormonal que se suponía no es tal ya que muchos de los cambios derivados se deben a la revolución neuronal y los cambios estructurales cerebrales. Las hormonas afectan más al sistema mesolímbico de recompensa que a las funciones ejecutivas de la corteza prefrontal.



4. Al entrar a la adolescencia se vuelven ariscos, ya no quieren cariños, es como si se convirtieran en personas extrañas.

Es una cuestión más de la persona que del período que experimentan. Además, lo que sí ocurre es que el grupo de iguales aparece como una parte muy importante de su mundo y por ello muestran interés en asentar este tipo de vínculo. Además suelen pasar tiempo con otros intereses y pensando en sus cosas pero eso no podemos atribuirlo a que no se sientan bien con la familia.

5. Son rebeldes por naturaleza y no tienen razones

Buscan y demandan independencia midiendo hasta dónde pueden llegar, por ello los comportamientos desafiantes o de oposición a todo lo venga de sus padres. Sólo demandan autonomía y espacio.

6. Solo tienen en cuenta sus puntos de vista y son egoístas mirando solamente por sus intereses personales

Es cierto que se mantiene una visión egocéntrica. Dos fenómenos se producen:

Audiencia imaginaria. Siente que es el centro de atención y que los demás están muy pendientes de su persona. Se siente muy preocupado por lo que piensen de él.

Fábula personal. Tendencia a pensar que sus circunstancias son únicas y que el resto no tiene capacidad para entenderlas.

7. Los padres ya no son un referente

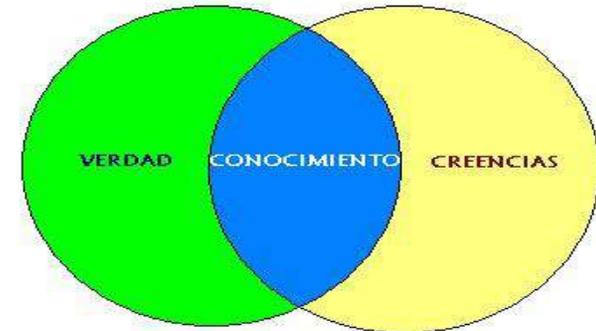
Siguen siendo referentes en los aspectos fundamentales y acuden a ellos en las decisiones más importantes. No es que no sean referentes, necesitan unos referentes firmes que pongan en orden en sus inseguridades.

8. No se puede confiar en los adolescentes ya que se meten en líos con mucha facilidad

Si guiamos la necesidad de curiosidad y de buscar lo novedoso; de experimentar sensaciones diferentes hacia alternativas saludables y enriquecedoras no tienen por qué caer en conductas problemáticas o meterse en problemas.

9. Los adolescentes no tienen criterio, no saben lo que quieren

Tienen una postura propia sólo que ésta se está desarrollando y son influenciables por el contexto social y por sus emociones por lo que esta postura podrá modificarse. Pero a los 15-16 años ya tienen formado un criterio (aunque todavía en evolución) y su capacidad analítica es más que suficiente para entender razones. Son coherentes.



Cómo desmontar los mitos, es decir, nuestras creencias erróneas

Los mitos impactan e influyen negativamente en la relación con los hijos, aunque por lo general no somos conscientes de ello. Los temores y miedos que levantamos influyen en la manera como tratamos a nuestros hijos.

Formación Apoderados Junio 2016

¿Cómo desmontar algunos mitos sobre la adolescencia? – Apoderados

Objetivos

- Reflexionar sobre los prejuicios que se tienen de los adolescentes y cómo responder a ellos.
- Dar algunas pistas para que los prejuicios identificados no sesguen el comportamiento frente a nuestros hijos

Procedimiento

- a) El profesor, la profesora explica los objetivos del tema “cómo desmontar algunos mitos sobre la adolescencia”
- b) Oración inicial a cargo de la/del Delegado de Pastoral

Cuando el amor de Dios está en los padres y madres cristianas, Dios permanece y actúa en él. Se puede decir que es verdaderamente engendrado en Dios, ya que por este amor “ha conocido experiencialmente a Dios”.

Mantener prejuicios o falsas creencias sobre los jóvenes es, de alguna manera, ponernos un paraguas para impedir que el agua fresca del amor de Dios fecunde nuestra tarea educativa que como padres tenemos.

Escuchemos la palabra de Dios tomada de la primera carta de Juan, capítulo 4:

[15] Si uno confiesa que Jesús es Hijo de Dios, permanece con él y él con Dios. [16] Nosotros hemos conocido y hemos creído en el amor que Dios nos tuvo. Dios es amor: quien conserva el amor permanece con Dios y Dios con él. [17] El amor llegará en nosotros a su perfección si somos en el mundo lo que él fue y esperamos confiados el día del juicio. [18] En el amor no cabe el temor, antes bien, el amor desaloja el temor. Pues el temor se refiere al castigo, y quien teme no ha alcanzado un amor perfecto.

Dejamos un **momento de silencio** para darle vuelta a la siguiente frase que acabamos de escuchar: “En el amor no cabe el temor, antes bien, el amor desaloja el temor”. (pausa de 1 minuto)

Breve **pausa** y, luego,

Vamos a pedir la iluminación del Amor de Dios para el trabajo que vamos a emprender. Necesitamos curarnos del temor de los prejuicios para ayudar a nuestros hijos, con cariño y firmeza, a crecer en autonomía y responsabilidad. Por ello acudimos al Padre Dios diciendo: **Padre Nuestro.**

- c)** (sigue delegado) Como introducción al tema voy a leer uno de los mitos que vamos a aprender a desmontar hoy: “cuando llegan a la adolescencia, los padres ya no son un referente”. ¿Qué opinan ustedes? (Se recogen algunas opiniones y, luego, se pasa la palabra al profesor/a)
- d)** Explicación del tema a cargo del profesor (con la ayuda de la delegada pastoral)
- e)** Al finalizar el delegado pastoral invita a los papás a hacer “la tarea” que acaba de explicar el/la profesor/a como una manera de empezar a ver más positivamente, desde el amor de Dios, a nuestros hijos.
- f)** Oración final: poner en las manos de María, nuestro Auxilio, la misión que tenemos como padres.

Recomendación final: conversar sobre el tema con los hijos mañana o pasado. La próxima semana lo harán en las clases de orientación para complementar.

2.- El mundo adolescente tiene que tener límites claros. A esta edad tiene que tener él una parte de los sistemas de control. De la disciplina exterior debe pasar a la autodisciplina. Del régimen de obediencia al régimen de responsabilidad. Ser responsables, en un mundo autónomo y libre, significa asumir las consecuencias de las propias responsabilidades.

3.- Estar disponibles para momentos de comunicación de situaciones personales, positivas y problemáticas de los hijos; conocer y participar desde la casa en la línea de educación de valores que se hacen en el colegio; la implicación activa de los padres en la acción que se lleva a cabo en el colegio; aprovechar los momentos de formación que se ofrecen a los padres-educadores.

4.- Descubrir el sentido presente en casa a base de compartir las razones que llevan a actuar y a optar de una determinada manera; no renunciar a trabajar los conflictos y hacerlo desde la positividad; saber estar cerca en momentos de discernimiento de opciones vocacionales.

5.- Facilitar las experiencias creyentes de los hijos; testimoniar las vivencias espirituales y religiosas; participación familiar, en pareja o individualmente, en experiencias de crecimiento en la fe: catequesis familiar, grupos de fe, etc.

6.- La reflexión consciente, la introspección, la experiencia interior, todo configura el cerebro adolescente. También el silencio, el ejercicio físico, las experiencias de fragilidad.

El primer objetivo de nuestra tarea educativa sería ayudar a nuestros hijos a realizar ese camino de encuentro con su intimidad, en su **interioridad**, para conectar consigo mismo y prepararse para poder escuchar esa *voz que resuena en el recinto más íntimo*. Desde esa profundidad, podría ser capaz de penetrar con una óptica renovada en la estructura de la **realidad exterior** y vivir la realidad con más intensidad, ahondando hasta los últimos niveles.

Importancia de la individuación espiritual



La idea del mundo que hasta ahora se han formado los hijos puede ser rica o pobre, flexible o rígida, optimista o pesimista. Está formada por la memoria de sus experiencias, y por creencias básicas y modelos que asimilaron a lo largo de la infancia y de la adolescencia, y que continúan influyendo en sus sentimientos y conductas. Lo que va encontrando ahora, lo confronta para señalar si es una **“cualidad mía o no mía”**. Lo hace tomando en cuenta lo que *él siente* que es verdadero. Lo que no es prolijo o falso lo descarta.

Ellos están constituyendo su propio mundo, debiera interesarnos que amplíen sus posibilidades para ser felices, llevar una vida noble y desarrollar una visión creadora y animosa de la vida. A esta edad los adolescentes tienen que afirmar su perso-

nalidad, situarse frente a la de los padres. Van a rechazar muchas de las cosas que hasta ahora habían aceptado, incluso con extremismo y violencia verbal. Como no se siente seguro, exagera sus posiciones. Se vuelve muy discutiendo o taciturno y puede dar la impresión de una oposición frontal.

En esa situación el adolescente vive, además, el proceso del **despertar espiritual** que se inicia con la pubertad, literalmente es encendido en el cerebro por el mismo flujo intenso de hormonas que gatillan el crecimiento sexual. Tal como lo descubrió Laura Koenig en su investigación con gemelos idénticos, con la pubertad se produce un desbloqueo de los genes que contribuye a la capacidad genética para la espiritualidad. Bulle un subido deseo por sensaciones y emociones, mientras la búsqueda profunda de significado y propósito -propios de lo espiritual- acarrea una intensidad nunca sentida antes. Emerge un hambre de trascendencia espiritual para conocer el mundo que le rodea y dentro de él mismo como una realidad espiritual.

El adolescente puede abandonar la práctica religiosa, puede dejar de asistir a la iglesia pero su facultad espiritual sigue intacta. Una vez que opta por construir también su identidad espiritual le da mayor consistencia a la identidad personal, es decir a lo que caracterizará su propia vida, su vocación personal y su compromiso con una causa. La facultad espiritual todavía en desarrollo le hará ver la vida en perspectiva, a encontrarle un sentido y un propósito desde su apertura a la Trascendencia (Dios).

Este sentido profundo de quién es él espiritualmente lo construye a partir de experiencias cotidianas como la experiencia de ser acogido, de hacer fiesta, establecer relaciones, encontrarse con personas que son verdaderos testimonios, participar en la vida del grupo, ponerse al servicio de una causa, descubrir y enfrentar la presencia del mal, etc.

A modo de ejemplo de experiencias cotidianas que permiten ir más allá del lo sucedido o del evento para perfilar una manera espiritual de ver la vida podemos señalar la de *expresar agradecimiento que puede ser tan sencillo como acostumbrarse a dar las gracias (1). Pero ejercitar el agradecimiento de forma amplia también puede llegar a ser una manera de tomarse la vida: como algo que madura y se enriquece por los aportes generosos de los otros (2) y que, en último término, pro-*

viene de otro —un Dios generoso— que está más allá de todo (3). Sólo por el hecho de dar gracias nadie alcanza a creer en Dios..., pero dar gracias es iniciar un camino que continuado y seguido con el acompañamiento de padres y educadores, y profundizado con interés, acaba por dar un tono o una sensibilidad a la vida próximo a la acogida y el reconocimiento de un Dios creador, amoroso, dador de vida (4)... (Aunque para llegar a ello haga falta un paso más, la fe, puede haber una preparación de la misma)

En el cuadro que está al centro se puede apreciar la centralidad de lo espiritual en la configuración del desarrollo adolescente. Cuando la espiritualidad es central todo se convierte en una vida con inspiración. La individuación espiritual produce

un adolescente que se valora a sí mismo (y a los otros) como algo más que solo un ganador o perdedor, más que alguien que obtiene las notas más altas en la escuela o, como adulto, que gana mucho dinero, tiene casa grande, un gran nombre. Una visión espiritual hace que el adolescente invierta en los talentos personales, rasgos y logros con un propósito más alto y por un bien más alto. Es más, cuando lo espiritual no es central hay mayores riesgos de que la búsqueda de trascendencia se haga a través de atajos como la droga, el alcohol o la búsqueda de sensaciones fuertes y riesgosas. Veamos el cuadro con detención.

La centralidad espiritual configura el desarrollo: significado, propósito, vocación y conexión

Tarea de desarrollo	Con la espiritualidad al centro	Sin tener al centro la espiritualidad
El yo	Tiene valor y dignidad	Vale por sus habilidades
Identidad	Significado y propósito en la vida	Logro de éxitos
Trabajo	Vocación y contribución al mundo	Talento y ganancia
Relaciones	Sagradas, amor compartido y crecimiento en pareja	Placer, satisfacción de necesidades
Ruta	Impulsada y guiada por Alguien	Insegura, instrumental
Lugar en el mundo	Siempre conectado	Finalmente solo
Realidad existencial	Un mundo con sentido	Un mundo abandonado al azar
Naturaleza de la realidad	Amar, dar la vida	Desconocida
Buenos eventos	Bendiciones	Merecidos, suerte
Malos eventos	Oportunidades, aprendizajes	Azar, fracaso

¿Cómo colaboran los padres?

1.- Cuando los hijos son adolescentes los padres todavía pueden seleccionar en parte el conocimiento de la realidad que debe tener el hijo. Conviene entusiasmarles sobre las cosas interesantes que hay: la cultura, el deporte, la naturaleza, la música, los juegos, la mecánica, cocinar, dibujar, explorar la ciudad, leer... La idea es ampliarles el metro cuadrado de la pieza en la que pasan muchas horas ante pantallas.

Necesidad e importancia de la individuación espiritual

Pauta para la reunión de Apoderados

Objetivos

- Comprender la importancia de que el hijo construya una manera espiritual de ver la vida.
- Sugerir algunas herramientas que permitan apoyar el proceso de individuación espiritual.

Procedimiento

a) El profesor, la profesora explica los objetivos del tema “importancia de la individuación espiritual”, es decir, de que el hijo/a aunque deje de ir a misa o abandone la práctica religiosa, igualmente cultive su facultad espiritual innata como fundamento de una vida con sentido y propósito.

b) Oración inicial a cargo de la/del Delegado de Pastoral

En el juicio a las naciones, una explicación poética de cómo será el juicio final, Jesús divide a la gente en dos categorías: los benditos y los malditos por sus propias obras. Dejamos un momento de silencio para preparar nuestro corazón a escuchar la palabra de Dios.

PAUSA (1 minuto)

Leer Mateo 25, 31-45 (pedir de antemano a alguien que lea bien que lo haga). Finalizada la lectura hacer otra PAUSA o responder con un breve estribillo cantando seguido de PAUSA (1 minuto)

Comentario: Cada uno de nosotros, cuando somos creyentes, nos sometemos al juicio de Dios en el momento de nuestra muerte. ¿Qué le responderíamos a Jesús? BREVE PAUSA ¿De qué depende nuestra respuesta? BREVE PAUSA... Ciertamente de nuestra **sensibilidad** por los más necesitados. Esa sensibilidad es parte de nuestra espiritualidad. Se tiene o no se tiene. La adolescencia es la mejor etapa para cultivarla en el servicio a los más necesitados. Forma parte de la facultad espiritual con la cual todos hemos nacido.

Vamos a pedir la iluminación del Amor de Dios para el trabajo que vamos a emprender. Necesitamos entender bien cómo ayudar a nuestros hijos, con cariño y firmeza, a cultivar su facultad espiritual. Por ello acudimos al Padre Dios diciendo: **Padre Nuestro**.

c) (sigue delegado) Como introducción al tema quiero recordarles que nuestros hijos pasan por una serie de experiencias cotidianas y de vida que si no se reflexionan a fondo, no les ayudan a desarrollar su dimensión espiritual. Por ejemplo:

- a. La experiencia de **ser acogido** en un nuevo grupo o por un adulto que lo comprende
- b. La experiencia de **hacer fiesta**. Una fiesta significativa, importante para él.
- c. La experiencia de **establecer relaciones** de amistad.
- d. La experiencia de **involucrarse** en una campaña solidaria

- d)** Sigue la explicación del tema a cargo del profesor (con la ayuda de la delegada pastoral) leyendo y comentando el díptico.
- e)** Tarea: escoger uno de los puntos del díptico en que trata “¿Cómo colaboran los padres?” para aplicarlo en la propia familia
- f)** Al finalizar el delegado pastoral invita a los papás a hacer “la tarea” que acaba de explicar el/la profesor/a como una manera de empezar a ver más positivamente, desde el amor de Dios, a nuestros hijos.
- g)** Oración final: poner en las manos de María, nuestro Auxilio, la misión que tenemos como padres.

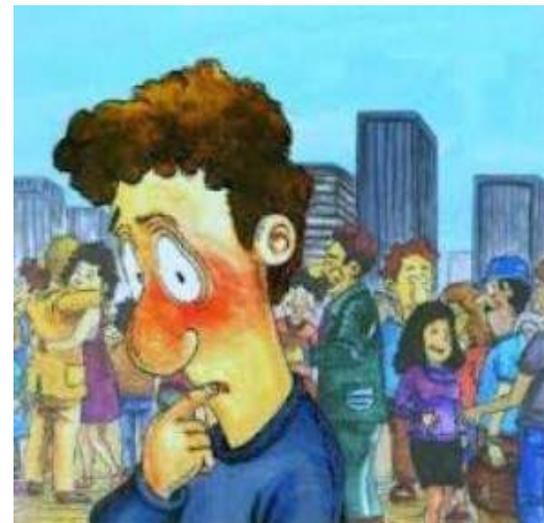
Recomendación final: conversar sobre el tema con los hijos mañana o pasado. La próxima semana lo harán en las clases de orientación para complementar.

Algunos puntos de evaluación de cómo lo estamos haciendo como padres.

- 1.- **Seguir siendo un referente** (aunque ya no seamos el único), que procure estabilidad, claridad y coherencia y que a nuestros hijos les de seguridad y apoyo.
- 2.- **Dialogar y comunicarnos con nuestros hijos:** Esto les hace sentir que significan algo, que se les atiende y se les escucha. Hay que tener en cuenta que los diálogos no se fuerzan y que la comunicación pasa también por respetar los silencios.
- 3.- **Poner normas:** Fijar límites en el comportamiento hace sentirse emocionalmente seguros a nuestros hijos. Poner normas y supervisar que se cumplan de forma consistente y adecuada a la edad y a la etapa de desarrollo facilita un desarrollo equilibrado y un mayor ajuste psicológico en la edad adulta.
- 4.- **Demostrarles amor:** Los adolescentes necesitan poder contar con sus Padres, que se comuniquen con ellos, que les dediquen tiempo y que demuestren que se preocupan por su bienestar. Los Padres podemos querer a nuestros hijos al tiempo que rechazar lo que hacen, y ellos deben estar seguros de que esto es cierto.
- 5.- **Apoyarles:** Nuestros hijos necesitan elogio y reconocimiento cuando se esfuerzan y aliento para desarrollar sus intereses.
- 6.- **Dar ejemplo:** Mientras exploran distintas posibilidades de quien quieren ser, los adolescentes buscarán ejemplos en sus familiares, amigos, profesores, pero sobre todo en sus Padres.
- 7.- **Enseñar responsabilidades:** El sentido de la responsabilidad se adquiere con el tiempo. A medida que crecen aprenden a responsabilizarse de sus tareas escolares, ordenar su pieza, colaborar en las tareas domésticas,

Tareas Evolutivas Adolescencia

SEPTIEMBRE 2016



Al final de la adolescencia deseamos que nuestros estudiantes lleguen a ser personas **autónomas** y **responsables**. Se trata de un largo camino de cambios que comienza con la pubertad y termina con la licenciatura de Enseñanza Media. Se recorre adaptándose a un entorno cambiante y que requiere cada vez mayor autonomía y responsabilidad.

¿Cuáles son las tareas evolutivas del adolescente?

La adolescencia consiste en alcanzar metas en la búsqueda de identidad, a veces a través del enfrentamiento y la oposición a los adultos. Exige mayor autonomía e independencia frente a las normas. Supone la influencia de los amigos o de la pandilla frente a los padres y el surgi-

miento de nuevos intereses: salir, las relaciones con personas del otro sexo... en competencia con el estudio.

A Rae Simpson (Harvard), resume **las diez tareas de los adolescentes** para la construcción de su identidad:

1.- Adaptar el comportamiento a un cuerpo sexual y afectivamente maduro.

2.- Desarrollar y aplicar las habilidades de pensamiento abstracto, distinto del pensamiento concreto propio de los niños. (el niño hablará de su perro o de su gato aquí y ahora, el adolescente –al hacer abstracción- puede hablar de gatos domésticos y gatos salvajes, compararlos y ser capaz de decir cuál tiene más habilidades en comparación a los otros.)

3.- Desarrollar y aplicar un nivel más complejo de toma de perspectivas. (La toma de perspectiva es la capacidad de comprender el punto de vista de otra persona con el fin de entender y simpatizar con ellos.)

4.- Desarrollar y aplicar nuevas habilidades de pensamiento en área como la toma de decisiones, resolución de problemas y resolución de conflictos.

5.- Identificar normas morales significativas, valores y sistemas de creencias.

6.- Comprender y expresar emociones más complejas, propias y ajenas.

7.- Formar amistades que ayuden a ser mejores.

8.- Establecer aspectos claves de la identidad.

9.- Pedir un aumento de responsabilidad y de roles maduros.

10.- Renegociar las relaciones con los adultos.



¿Cómo pueden los padres ayudar a sus hijos en la etapa de la adolescencia?

Estos son, según Harvard, los cinco conceptos básicos para una buena educación de los adolescentes.

1.- Amor y conexión. Los adolescentes necesitan que sus padres desarrollen y mantengan una relación que les ofrezca apoyo y aceptación, mientras afirman su creciente madurez.

2.- Controlar y observar. Los adolescentes necesitan que los padres estén al tanto –y les demuestren que lo están- de sus actividades, incluyendo el desempeño escolar, actividades extraescolares, relación con sus padres y con los adultos, y las actividades de ocio, a través de un proceso que, de manera creciente, involucre una menor supervisión y trabajo en conjunto con otros adultos.

3.- Guiar y limitar. Los adolescentes necesitan que sus padres sostengan una serie de límites claros pero progresivos, manteniendo las reglas y los valores familiares importantes, sin dejar de estimular una mayor capacidad y madurez.

4.- Dar ejemplo y consultar. Los adolescentes necesitan que los padres les suministren información permanente y apoyen su toma de decisiones, valores, habilidades y metas, y que los ayuden a interpretar y transitar por el mundo, enseñándoles con el ejemplo y el diálogo continuo.

5.- Proveer y abogar. Los adolescentes necesitan que los padres les aporten no sólo una adecuada alimentación, vestimenta, techo y cuidados de salud, sino también un ambiente familiar que dé apoyo y una red de adultos que se preocupe de ellos.

Las metas que debiera alcanzar mi hijo adolescente (Septiembre)

Objetivos

- Comprender que el proceso de convertirse en personas autónomas y responsables supone el logro de metas de desarrollo del adolescente.
- Sugerir algunas herramientas que permitan apoyar el cumplimiento de metas.

Procedimiento

- a) El profesor, la profesora explica los objetivos del tema “las metas que los adolescentes debieran alcanzar”, es decir, conocer en qué aspectos o dimensiones debieran crecer los hijos durante la adolescencia.
- b) Oración inicial a cargo de la/del Delegado de Pastoral

En la parábola del sembrador, Jesús, nos presenta la parábola del sembrador. La semilla que cae en cuatro lugares diferentes pero sólo en uno da fruto abundante. Escuchemos con atención (*dejar un breve momento de silencio*)

Del Evangelio según San Lucas:

4 Mucha gente que estaba allí, más otra llegada de los pueblos, se reunió junto a Jesús, y él les contó esta parábola:

5 “Un sembrador salió a sembrar su semilla. Y al sembrar, una parte de ella cayó en el camino, y fue pisoteada y las aves se la comieron.

6 Otra parte cayó entre las piedras, y brotó, pero se secó por falta de humedad.

7 Otra parte cayó entre espinos, y al nacer juntamente los espinos, la ahogaron.

8 Pero otra parte cayó en **buena tierra**, y creció y dio una buena cosecha, hasta de cien granos por semilla.”

Esto dijo Jesús, y añadió con voz fuerte: “¡Los que tienen oídos, oigan!”

(*breve pausa*)

Oración de acción de gracias y petición:

LECTOR 1: TE DAMOS GRACIAS, SEÑOR, PORQUE CADA DÍA NOS PROTEGES Y NOS SUGIERES BUENAS IDEAS PARA SER MEJORES Y COLABORAR EN MEJORAR NUESTRO MUNDO. GRACIAS, SEÑOR.

LECTOR 2: TE DAMOS GRACIAS, SEÑOR, PORQUE NOS ACOMPAÑAS EN LA TAREA DE FORMAR A NUESTROS HIJOS COMO PERSONAS AUTÓNOMAS Y RESPONSABLES. GRACIAS, SEÑOR.

LECTOR 1: TE PEDIMOS PARA QUE NUESTROS ADOLESCENTES SE CONVIERTAN EN “BUENA TIERRA” PARA ACOGER A JESÚS EN SUS VIDAS Y, COMO ÉL, DESARROLLAR TODAS SUS POTENCIALIDADES. OREMOS. ESCÚCHANOS, SEÑOR, TE ROGAMOS.

LECTOR 2: ANÍMANOS A NOSOTROS, SUS PADRES, PARA APOYARLOS EN EL CUMPLIMIENTO DE CADA UNA DE LAS TAREAS QUE TIENEN COMO ADOLESCENTES PARA MADURAR COMO PERSONAS. OREMOS. ESCÚCHANOS, SEÑOR, TE ROGAMOS.

Acudamos al Padre Dios diciendo: **Padre Nuestro**.

- c) (sigue delegado) Como introducción al tema señalo que nuestros hijos necesitan desarrollar varias competencias en sus años adolescentes. Señalo solamente algunas de ellas:
- Aprender a manejar los cambios biológicos y los sentimientos sexuales
 - Ponerse en el lugar de otra persona
 - Moderar la toma de riesgos
 - Desarrollo de una identidad positiva (género, atributos físicos, sexualidad)
 - Comprometerse con la familia, la comunidad y la ciudadanía
 - Identificar y comunicar las emociones propias y las de los demás
 - Conocer la ciencia y el poder de la espiritualidad en la vida de una persona
- d) Sigue la explicación del tema a cargo del profesor (con la ayuda de la delegada pastoral) leyendo y comentando el díptico.
- e) Tarea: Evaluación de cómo lo estamos haciendo como padres para acompañar las tareas de desarrollo de nuestros hijos.
- f) Al finalizar el delegado pastoral invita a los papás a hacer “la tarea” que acaba de explicar el/la profesor/a como una manera de apoyar las tareas de nuestros hijos.
- g) Oración final: poner en las manos de María, nuestro Auxilio, la misión que tenemos como padres.

Recomendación final: conversar sobre el tema con los hijos mañana o pasado. La próxima semana lo harán en las clases de orientación para complementar.

están con cambios de humor...

Nuestros hijos nos necesitan mucho para comprenderlos EMOCIONALMENTE, PONIENDONOS EN SUS ZAPATOS, intentando pensar como ellos piensan, intentando sentir lo que ellos sienten, COMUNICANDONOS con EMPATIA, CON RESPETO, CON ASERTIVIDAD, CON ESCUCHA ACTIVA, negociando con ellos y llegando a acuerdos. ¡ ESTRECHANDO LAZOS EMOCIONALES CON ELLOS!

Las diferentes maneras de hacer las cosas, de objetivos , de prioridades que tenemos los adultos y los adolescentes, hacen que la convivencia sea mucho más complicada y que en nuestra responsabilidad de padres debamos poner mucha atención, mucho amor, mucha paciencia y emplear todos los recursos a nuestro alcance. En este sentido quisiéramos animar a todos los papás y mamás a participar en las reuniones mensuales y las jornadas de cada nivel. Es una por año y debería tener prioridad

la

Nuestra visión actual de la adolescencia



El primer gran objetivo al abordar los temas mensuales y las jornadas por nivel sobre la adolescencia es reencontrarnos con nuestro hijo adolescente y conseguir una mayor conexión emocional que permita que se abra una vía de comunicación que acerque posturas. Además de posibilitar este reencuentro una de las claves es conseguir que éste se

mantenga a lo largo del tiempo.

En nuestra última reunión formativa del año del proyecto “Formando personas autónomas y responsables” invitamos a los apoderados a utilizar este espacio para que (1) comenten qué les ha parecido el material que hemos ido presentando y la jornada que a su nivel-curso se le ha ofrecido. La idea es que digan si les ha parecido útil, aspectos a mejorar, si echan de menos algún tema a trabajar, críticas. La opinión de ustedes es muy importante para mejorar el trabajo que continuaremos el próximo año. Al mismo tiempo, (2) haremos una reflexión sobre lo visto y, también, de síntesis en el que intentaremos concretar lo visto hasta ahora y construir nuestra propia visión de esta etapa sin prejuicios y de la forma más objetiva posible. De esta forma partiremos con una actitud limpia y llena de posibilidades para comenzar a trabajar aspectos concretos que veremos en los objetivos del próximo año.

Los temas tratados:

⇒ Mitos sobre la adolescencia: ¿tengo una visión catastrofista o positiva de la adolescencia?



El cerebro adolescente

¿Cómo desmontar algunos mitos sobre la adolescencia?

¿Qué es la individuación espiritual de los adolescentes?

Las metas que debiera alcanzar mi hijo adolescente

(1)

¿cuál es mi opinión sobre el material entregado en las reuniones? ¿Me ha servido para ponerlo en práctica?

(2)

¿qué pienso de la adolescencia después de haber realizado los temas planteados en las reuniones y en la jornada de nivel?

¿Lo aprendido me ha ayudado a ser más paciente, a no enojarme cuando las cosas no salen como me gustaría?

¿Intento dialogar más con mi hijo, ponerme en su lugar y a no anticiparme?

Conclusión

Una de las cosas que aprendimos es que hay ciertos mitos que nos limitan a creer y confiar en los adolescentes, no se comportan así adrede sino que a veces no saben como expresarse, no se sienten a gusto consigo mismos,

NOVIEMBRE 2016

Nuestra visión de la adolescencia

(Última reunión del proyecto “Formando personas...”, 2016)

Nuestro primer gran objetivo al abordar los temas mensuales y las jornadas por nivel sobre la adolescencia es reencontrarnos con nuestro hijo adolescente y conseguir una mayor conexión emocional que permita que se abra una vía de comunicación que acerque posturas. Además de posibilitar este reencuentro una de las claves es conseguir que éste se mantenga a lo largo del tiempo.

En nuestra última reunión formativa del año del proyecto “Formando personas autónomas y responsables” invitamos a los apoderados a utilizar este espacio para que **(1)** comenten qué les ha parecido el material que hemos ido presentando y la jornada que a su nivel-curso se le ha ofrecido. La idea es que digan si les ha parecido útil, aspectos a mejorar, si echan de menos algún tema a trabajar, críticas. La opinión de ustedes es muy importante para mejorar el trabajo que continuaremos el próximo año. Al mismo tiempo, **(2)** haremos una reflexión sobre lo visto y, también, de síntesis en el que intentaremos concretar lo visto hasta ahora y construir nuestra propia visión de esta etapa sin prejuicios y de la forma más objetiva posible. De esta forma partiremos con una actitud limpia y llena de posibilidades para comenzar a trabajar aspectos concretos que veremos en los objetivos del próximo año.

(1)

- ¿cuál es mi opinión sobre el material entregado en las reuniones? ¿Me ha servido para ponerlo en práctica?

(2)

- ¿qué pienso de la adolescencia después de haber realizados los temas planteados en las reuniones y en la jornada de nivel?
- ¿Lo aprendido me ha ayudado a ser más paciente, a no enojarme cuando las cosas no salen como me gustaría?
- ¿Intento dialogar más con mi hijo, ponerme en su lugar y a no anticiparme?

Conclusión

Una de las cosas que aprendimos es que hay ciertos mitos que nos limitan a creer y confiar en los adolescentes, no se comportan así adrede sino que a veces no saben como expresarse, no se sienten a gusto consigo mismos, están con cambios de humor...

Nuestros hijos nos necesitan mucho para comprenderlos EMOCIONALMENTE, PONIENDONOS EN SUS ZAPATOS, intentando pensar como ellos piensan, intentando sentir lo que ellos sienten, COMUNICANDONOS con EMPATIA, CON RESPETO, CON ASERTIVIDAD, CON ESCUCHA ACTIVA, negociando con ellos y llegando a acuerdos. ¡ESTRECHANDO LAZOS EMOCIONALES CON ELLOS!

Las diferentes maneras de hacer las cosas, de objetivos, de prioridades que tenemos los adultos y los adolescentes, hacen que la convivencia sea mucho más complicada y que en nuestra responsabilidad de padres debemos poner mucha atención, mucho amor, mucha paciencia y emplear todos los recursos a nuestro alcance. En este sentido quisiéramos animar a todos los papás y mamás a participar en las reuniones mensuales y las jornadas de cada nivel. Es una por año y debiera tener la prioridad número 1 frente a otras invitaciones igualmente útiles que se nos hacen para participar a lo largo del año.



PROYECTO 2016 -2018

FORMANDO PERSONAS AUTÓNOMAS Y RESPONSABLES:

“BUENOS CRISTIANOS Y HONESTOS CIUDADANOS”

PARTE A

“TEMAS MENSUALES

REUNION APODERADOS 2017”

Concepción, Marzo 2018.

Elaborado: Padre Luis Flores

Yenny Molina C.

TEMAS MEDIA 2017

- ✚ **Mayo:** Libertad y Responsabilidad
- ✚ **Junio:** Curiosidad útil y motivación por aprender
- ✚ **Agosto:** Sentimientos y emociones
- ✚ **Septiembre:** Construyendo sueños, despertando nuestro potencial
- ✚ **Octubre:** Uso o abuso de computadores y video juegos
- ✚ **Noviembre:** Gestión del tiempo

TEMAS BÁSICA 2017

- ✚ **Mayo:** La imagen que transmitimos los padres: Ejemplo y Modelo
- ✚ **Junio:** Una autoimagen saludable: buenos hábitos en la adolescencia
- ✚ **Agosto:** El Autoconcepto de los adolescentes
- ✚ **Septiembre:** Las habilidades cognitivas: superar dificultades
- ✚ **Octubre:** Identificar emociones y evaluar sentimientos
- ✚ **Noviembre:** Autonomía emocional

Pauta oración mes de mayo

Media: Libertad y responsabilidad

Al iniciar nuestra oración tengamos presente el ansia de libertad de nuestros hijos adolescentes. Dejamos un momento de silencio para recordar algún evento en que notamos esa ansia de libertad de nuestro hijo (*dejar 1 minutos de pausa*).

Escuchemos lo que nos dice el Papa Francisco: “La libertad es algo grandioso, pero podemos echarla a perder. La educación moral es un cultivo de la libertad a través de propuestas, motivaciones, aplicaciones prácticas, estímulos, premios, ejemplos, modelos, símbolos, reflexiones, exhortaciones, revisiones del modo de actuar y diálogos que ayuden a las personas a desarrollar esos principios interiores estables que mueven a obrar espontáneamente el bien”.

Pongamos en manos de la Sagrada Familia, en manos de Jesús, María y José este momento de formación. Pidámosles que como ellos, sepamos pasarnos momentos con nuestros hijos, hablándoles con sencillez y cariño de las cosas importantes y, sobre todo, creando posibilidades sanas para que ellos ocupen su tiempo.

Jesús, María y José en ustedes contemplamos
el esplendor del verdadero amor,
y a ustedes, confiados, nos dirigimos
con la oración que el mismo Cristo nos enseñó.

Padre nuestro...

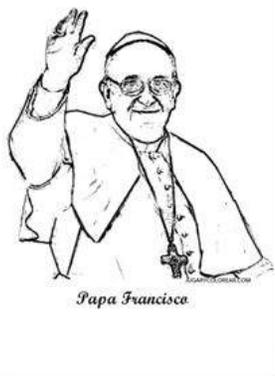
En el nombre del Padre, del Hijo y del Espíritu Santo. Amén.

El tema de hoy se titula: **Libertad y responsabilidad**

- a) El sentido verdadero de la libertad es **liberarse de la ignorancia, de los miedos, del dolor o de la angustia** para saber elegir, de forma más sabia y justa, entre las mejores posibilidades u opciones que nos ofrezca la vida, respetando siempre la libertad de los demás sin limitar nuestras propias posibilidades. ¿Están de acuerdo con lo que acabo de decir, que la libertad es liberarse de la ignorancia, de los miedos? ¿Puede ser libre una persona ignorante o que vive en la angustia? (*dejar tiempo para que contesten*)
- b) Nuestros hijos deben saber que no existe libertad verdadera sin responsabilidad y sin compromiso personal. ¿Están de acuerdo con ello? (*dejar tiempo para que contesten*).
- c) Se supone que al terminar cuarto medio, nuestros hijos deberán ser autónomos en sus decisiones. Pero hay que recordar que no puede haber **autonomía** sin el riesgo de acertar o equivocarse, de aprender de nuestros errores, de seguir liberándonos y madurando como personas.

- d)** Pero también deben sentirse con la seguridad suficiente como para afrontar la incertidumbre y los miedos propios de tomar una decisión de forma autónoma.
- e)** A continuación les pido que reflexionen con su vecino/a: *¿en qué hechos voy notando que mi hijo es más libre y más autónomo? ¿ha crecido en responsabilidad? (Se dejan unos tres minutos y, luego, se reparte el material que hay para cada padre [dejar que lo miren un poco]. Luego, decirles: Vamos a la parte de “trabajo para la casa”.*
- f)** Lo que sigue es trabajo de ustedes en sus casas. *¿Quién puede leer? (Alguien lee los dos párrafos siguiente, el ejemplo no se lee)*
 - 1** Finalmente, recomendar leer el impreso completo. Verán que al final hay un ejemplo y unas palabras del Papa Francisco sobre la libertad.
 - 2** El/la delegado/a pastoral invita a los papás a dejarse tiempo para el trabajo en la casa conversando con nuestros hijos.
 - 3** Oración final: poner en las manos de María, nuestro Auxilio, la misión que tenemos como padres. Dios te salve, María...

"diferente". Los amigos de toda la vida ahora están interesados en otras cosas. Salen mas, se juntan entre ellos ... El esta en transición. No es un momento fácil el que está viviendo".



Palabras
del
Papa Francisco

La libertad es algo grandioso, pero podemos echarla a perder. La educación moral es un cultivo de la libertad a través de propuestas, motivaciones, aplicaciones prácticas, estímulos, premios, ejemplos, modelos, símbolos, reflexiones, exhortaciones, revisiones del modo de actuar y diálogos que ayuden a las personas a desarrollar esos principios interiores estables que mueven a obrar espontáneamente el bien. La virtud es una convicción que se ha transformado en un principio interno y estable del obrar. La vida virtuosa, por lo tanto, construye la libertad, la fortalece y la educa, evitando que la persona se vuelva esclava de inclinaciones compulsivas deshumanizantes y antisociales. Porque la misma dignidad humana exige que cada uno « actúe según una elección consciente y libre, es decir, movido e inducido personalmente desde dentro». (Número 267 de la exhortación dirigida a las familias: "La alegría del Amor".)

¡Somos Familia!

Cada hogar, escuela de Vida y Amor.

Colegio Salesiano Concepción

Departamento de Orientación

Libertad y Responsabilidad



Las ansias de libertad de un adolescente son extraordinarias pero el concepto que tienen de ser libres puede ser erróneo. Todas las personas estamos tentados por la idea mágica del libre albedrío, hacer lo que nos da gana en cada momento sin que nadie ni nada nos lo impida. Pero en el mundo natural estamos sometidos a las leyes de la física y en el mundo social a las leyes y a los condicionantes de vivir en comunidad. Si todo el mundo pudiese

hacer libremente lo que quisiera sobrepasando el respeto y los derechos de los demás la sociedad se autodestruiría.

El sentido verdadero de la libertad es **liberarse de la ignorancia, de los miedos, del dolor o de la angustia** para saber elegir, de forma más sabia y justa, entre las mejores posibilidades u opciones que nos ofrezca la vida, respetando siempre la libertad de los demás sin limitar nuestras propias posibilidades.

Por eso nuestros hijos deben saber que no existe libertad verdadera sin responsabilidad y sin compromiso personal, y que no puede haber autonomía sin el riesgo de acertar o equivocarse, de ser consecuentes con las decisiones tomadas, de aprender de nuestros errores, de seguir liberándonos y madurando como personas. Pero también deben sentirse con la seguridad suficiente como para afrontar la incertidumbre y los miedos propios de tomar una decisión de forma autónoma.

¿Cómo hacer evidentes y sencillos estos conceptos a nuestros hijos?



Trabajo en casa

Pregunta 1. Dialoga con tu hijo sobre el concepto de libertad

Reflexionar sobre la siguiente pregunta con sus hijos, ¿qué pasaría si todo el mundo hiciera libremente lo que le diera la gana?. Es una pregunta muy abierta pero la idea es que a través de ella vayan dirigiendo la conversación hasta hablar de su caso personal. Sería importante

que sus hijos pudieran hablar de la visión que tienen ellos de sus posibilidades, si se sienten libres para tomar decisiones, si están condicionados en algún momento por algún miedo...

Pregunta 2. Libertad frente al grupo de iguales

Ahora, una segunda cuestión y es cómo se sienten sus hijos de libres frente a su grupo de iguales, ¿pueden expresar su criterio?, ¿se sienten lo suficientemente autónomos como para hacerlo?, ¿en qué medida ustedes pueden favorecer esta autonomía?



Algunos testimonios:

“Creo que la forma de fomentar la autonomía y libertad de expresión de mis hijos entre sus amigos o iguales es tener este mismo clima en la casa, es decir, permitirles hablar sin juzgarles y escucharles con interés, que es lo que hacemos siempre en la casa, no concibo otra cosa, le doy un gran valor a esto. Son chicos que cuentan, que comparten”.

“En el caso de mi hijo, creo que vive tiempos complicados en este sentido. Lo cambiaron de curso este año en el Colegio y apenas si conoce a dos chicos de clase. Creo que tiene miedo a entablar nuevas relaciones, quizás porque no tuvo buenas experiencias el año pasado, con un grupo de compañeros que llegaron a agredirle físicamente. Es un niño con altas capacidades y creo que no se siente libre para manifestar lo que le gusta, por miedo a que le etiqueten como

Pauta oración mes de mayo

Básica: La imagen que transmitimos los padres: ejemplo y modelado

Al iniciar nuestra oración queremos destacar que el **ejemplo** que damos los padres a los hijos es la fuerza educativa más potente a nuestro alcance. Las palabras sirven de poco si no van acompañadas de un ejemplo potente. Para ello necesitamos ser conscientes de que podemos y debemos ponernos de acuerdo en lo esencial para actuar como un equipo coordinado en relación a nuestros hijos. Aunque tengamos cualidades distintas hay que buscar la complementación.

Pongamos en manos de la Sagrada Familia, en manos de Jesús, María y José este momento de formación. Pidámosles que como ellos, sepamos pasarnos momentos con nuestros hijos, hablándoles con sencillez y cariño de las cosas importantes y, sobre todo, creando posibilidades sanas para ellos ocupen su tiempo.

Jesús, María y José en ustedes contemplamos
el esplendor del verdadero amor,
y a ustedes, confiados, nos dirigimos
con la oración que el mismo Cristo nos enseñó.

Padre nuestro... En el nombre del Padre, del Hijo y del Espíritu Santo. Amén.

El tema de hoy se titula: **La imagen que transmitimos los padres: ejemplo y modelado**

- a) El tema de hoy es “la imagen que transmitimos los padres a través del ejemplo y el modelado, es decir, del cómo actuamos.
- b) Cuando se tienen hijos, hay que mantener unas reglas básicas para no contradecir nuestra labor educadora. Seguimos siendo su primer y mejor ejemplo. Lo que hacemos, más que lo que decimos, determina nuestra imagen, se proyecta en ellos y modela sus primeros esquemas para ser y actuar, condicionando su imagen ante los demás.
- c) Para reforzar esta idea pregunto: Cuando discutimos ante los hijos, ¿estamos reforzando o contradiciendo nuestra tarea educadora? *(dejar pausa para que contesten)*
- d) Cuando nos reprochamos como pareja o nos ignoramos, ¿qué imagen proyectamos a nuestros hijos? *(dejar pausa para que contesten)*
- e) ¿Es fácil para nosotros llegar a acuerdos en torno a normas y límites? *(dejar pausa para contestar)*

- f) A continuación les pido que reflexionen con su vecino/a: *¿qué se supone que se debe hacer cuando, en un hogar, es prácticamente imposible que ambos miembros adultos de la familia se pongan de acuerdo en normas actitudes, criterios, etc?*
- g) *Se dejan unos tres minutos y, luego, se reparte el material que hay para cada padre (dejar que lo miren un poco). Luego, decirles: Vamos a la parte de “trabajo para la casa”.*
- h) Lo que sigue es trabajo de ustedes en sus casas. ¿Quién puede leer? *(el ejemplo no se lee)* Es muy importante que hagamos la actividad que se propone. Pensar y plantearse ¿qué modelo de padres queremos ser? y ¿qué modelo somos en realidad? Para después pasar a la acción y que nos planteemos qué modelo queremos ser y cuáles son los valores que queremos transmitirles pero ya no tanto desde la reflexión sino desde la práctica, con nuestro ejemplo.
- i) Luego, hay que pasar a la **propuesta práctica**, que debiera ser el resultado de nuestra reflexión.
- j) El/la delegado/a pastoral invita a los papás a dejarse tiempo para el trabajo en la casa como una manera de ser mejores ejemplos para nuestros hijos.
- k) Oración final: poner en las manos de María, nuestro Auxilio, la misión que tenemos como padres. Dios te salve, María...

- cuando pida que hagan algo, decir en cuanto tiempo tienen que hacerlo y no repetir la orden hasta que no haya pasado ese tiempo.



Palabras
del
Papa Francisco

La familia no puede renunciar a ser lugar de sostén, de acompañamiento, de guía, aunque deba reinventar sus métodos y encontrar nuevos recursos. Necesita plantearse a qué quiere exponer a sus hijos. Para ello, no debe dejar de preguntarse quiénes se ocupan de darles diversión y entretenimiento, quiénes entran en sus habitaciones a través de las pantallas, a quiénes los entregan para que los guíen en su tiempo libre. Sólo los momentos que pasamos con ellos, hablando con sencillez y cariño de las cosas importantes, y las posibilidades sanas que creamos para que ellos ocupen su tiempo, permitirán evitar una nociva invasión. Siempre hace falta una vigilancia. El abandono nunca es sano. Los padres deben orientar y prevenir a los niños y adolescentes para que sepan enfrentar situaciones donde pueda haber riesgos, por ejemplo, de agresiones, de abuso o de drogadicción. (Exhortación “La alegría del Amor” / Amoris Laetitia)

Colegio Salesiano Concepción
Departamento de Orientación

La imagen que transmitimos los padres: ejemplo y modelado



A esta edad, 10 y 13 años, en la puerta de la adolescencia, los hijos necesitan más que nunca de unos padres cariñosos, estables y con una coherencia educativa. Sabemos que el ejemplo que damos los padres a los hijos es la fuerza educativa más potente a nuestro alcance. Pocas veces, sabiendo esto, somos conscientes de que podemos y debemos ponernos de acuerdo en lo esencial para actuar como un equipo coordinado en relación a nuestros hijos. Aunque tengamos cualidades distin-

tas hay que buscar la complementación.

Ahora bien, cuando se tienen hijos, hay que mantener unas reglas básicas para no contradecir nuestra labor educadora. Seguimos siendo su primer y mejor ejemplo. Lo que hacemos, más que lo que decimos, determina nuestra imagen, se proyecta en ellos y modela sus primeros esquemas para ser y actuar, condicionando su imagen ante los demás.

Discutir ante los hijos, ofrecer unos planteamientos dispares, reprocharse cosas o ignorarse mutuamente es algo que contradice y les devuelve una imagen ambivalente que favorece la confusión y la incertidumbre y dificulta la interiorización adecuada de los valores. Es cierto que no es fácil llegar a acuerdos en cuanto a normas y límites, es cierto que no es fácil si no hay un entendimiento y, sobre todo, un objetivo común de los padres que es la mejor educación para los hijos. No hay duda de que cada uno está muy comprometido con el hijo y que el deseo nuestro es darle lo mejor pero, a veces, nos pasa que perdemos de vista el objetivo común y cada uno parece enrocarse en su propio punto de vista buscando tener la razón en lugar de buscar el entendimiento común. De ahí la importancia de comunicarnos abiertamente y entender las razones de cada uno para lograr una postura más flexible.

Para tu reflexión: *¿qué se supone que se debe hacer cuando, en un hogar, es prácticamente imposible que ambos miembros adultos de la familia se pongan de acuerdo en normas, actitudes, criterios, etc?*



Trabajo en casa

Con una actitud positiva y proactiva tratar de establecer unos criterios **básicos y firmes para educar** y de aproximarnos a un **estilo parental responsable** entre los dos miembros de la pareja (lejos del autoritarismo o del permisivismo). Es muy importante no caer en reprocharse cosas sino tratar de

exponer en qué están de acuerdo y en qué no, de tal modo que puedan negociar y redactar unos compromisos sencillos de cumplir y mantener y sobre todo que muestren a al hijo un **criterio unánime**.

Pregunta 1: completar la siguiente frase. *Creo que mi estilo de educar es...*

Pregunta 2: Construyendo un nuevo modelo educativo...

Pensar y plantearse ¿qué modelo de padres quieren ser? y ¿qué modelo son en realidad? y, por la otra, ¿es ajustada esta imagen ideal a la realidad? Para después pasar a la acción y que se planteen qué modelo quieren ser y cuáles son los valores que quieren transmitirles pero ya no tanto desde la reflexión sino desde la práctica.

Sobre todo, el objetivo es que elaboren alguna **propuesta práctica para iniciar este cambio** y que lo echen a andar. No hace falta que hagan una gran lista, con que consigan cambiar una acción para empezar será más que suficiente. Empiecen por lo que les resulte más fácil.

Es recomendable conversar con otros padres del curso para así aprender unos de otros.

Un ejemplo:

Mi plan de acción va a ser el trabajar la paciencia. Sé que los niños necesitan su tiempo pero muchas veces quiero que las cosas se hagan al tiro y empiezo a repetir lo mismo como si por esas fueran a hacerlo antes... Nos fijamos unas normas para ser más pacientes:

- contar hasta 10...qué típico pero que difícil luego.
- no cortar a nadie cuando empiecen a contar una historia. Esperar nuestro turno.
- no adelantar los finales...que cada uno tarde lo que necesite en contar sus historias.



Pauta oración mes de junio

Media: Curiosidad útil y motivación por aprender a aprender

Al iniciar nuestra oración tengamos presente la motivación por aprender a aprender de nuestros hijos. Dejamos un momento de silencio para recordar algún evento en que notamos la curiosidad útil de nuestro hijo, esa curiosidad que lo motiva para aprender muchas veces independiente de lo que estudia (*dejar 1 minutos de pausa*).

Escuchemos al Papa Francisco: “La familia no puede renunciar a ser lugar de sostén, de acompañamiento, de guía, aunque deba reinventar sus métodos y encontrar nuevos recursos” Más adelante afirma: “los momentos que pasamos con ellos, hablando con sencillez y cariño de las cosas importantes permitirán evitar invasiones dañinas”.

Pongamos en manos de la Sagrada Familia, en manos de Jesús, María y José este momento de formación. Pidámosles que como ellos, sepamos pasarnos momentos con nuestros hijos, hablándoles con sencillez y cariño de las cosas importantes y, sobre todo, creando posibilidades sanas para practiquen una curiosidad útil y le motive a aprender cada vez más.

Jesús, María y José en ustedes contemplamos
el esplendor del verdadero amor,
y a ustedes, confiados, nos dirigimos
con la oración que el mismo Cristo nos enseñó.

Padre nuestro...

En el nombre del Padre, del Hijo y del Espíritu Santo. Amén.

El tema de hoy se titula: **Curiosidad útil y motivación por aprender**

- a) La **curiosidad útil** es fundamental para que nuestros hijos exploren, pregunten y aprendan en contacto con su entorno. Reflexionemos un momento la siguiente pregunta: nuestros hijos ¿mantienen su curiosidad y su motivación por aprender por sí solos? ¿han desarrollado su capacidad de aprender a aprender? (*dejar tiempo para la reflexión 1 a 2 minutos*)
- b) Cuando algo le interesa a nuestro hijo es fácil que se embarque en proyectos relacionados con todo entusiasmo. Como padres ¿estamos atentos a sus inquietudes y necesidades? ¿les facilitamos los recursos para que puedan desarrollar sus proyectos? ¿qué nos dificulta? (*dejar tiempo para que respondan*)

- c) El desarrollo de la curiosidad útil depende mucho del **entorno** en que crecen nuestros hijos y de las inquietudes de los padres. Es decir, si nosotros somos modelo de padres que tienen amplitud de intereses y que, además, muestran una actitud curiosa podremos contagiar a nuestros hijos para que también ellos desarrollen sus inquietudes. ¿Cómo los estamos ayudando a que descubran cosas por sí mismos? (*dejar tiempo para reflexionar*)
- d) A continuación les pido que reflexionen con su vecino/a: *¿Conocemos y aplicamos alguna estrategia para “aprender a aprender”?* (*Se dejan unos tres minutos y, luego, se reparte el material que hay para cada padre [dejar que lo miren un poco]. Luego, decirles: Vamos a la parte de “trabajo para la casa”.*)
- e) Lo que sigue es trabajo de ustedes en sus casas. ¿Quién puede leer? (*Alguien lee los dos párrafos siguiente, el ejemplo no se lee*)
1. Finalmente, recomendar leer el impreso completo. Verán que al final hay un ejemplo y unas palabras del Papa Francisco sobre el deber que tienen los padres de orientar a sus hijos.
 2. El/la delegado/a pastoral invita a los papás a dejarse tiempo para el trabajo en la casa conversando con nuestros hijos.
 3. Oración final: poner en las manos de María, nuestro Auxilio, la misión que tenemos como padres. Dios te salve, María...

Curiosidad útil y Motivación por aprender



Palabras
del Papa Francisco

La familia no puede renunciar a ser lugar de sostén, de acompañamiento, de guía, aunque deba reinventar sus métodos y encontrar nuevos recursos. Necesita plantearse a qué quiere exponer a sus hijos. Para ello, no debe dejar de preguntarse quiénes se ocupan de darles diversión y entretenimiento, quiénes entran en sus habitaciones a través de las pantallas, a quiénes los entregan para que los guíen en su tiempo libre. Sólo los momentos que pasamos con ellos, hablando con sencillez y cariño de las cosas importantes, y las posibilidades sanas que creamos para que ellos ocupen su tiempo, permitirán evitar una nociva invasión. Siempre hace falta una vigilancia. El abandono nunca es sano. Los padres deben orientar y prevenir a los niños y adolescentes para que sepan enfrentar situaciones donde pueda haber riesgos, por ejemplo, de agresiones, de abuso o de drogadicción.

(Número 260 de la exhortación dirigida a las familias: “La alegría del Amor”)

¡Somos Familia!

Cada hogar, escuela de Vida y Amor.

Colegio Salesiano Concepción
Departamento de Orientación



La **curiosidad útil** es fundamental para que sus hijos, desde su primera infancia, exploren, pregunten y aprendan en contacto con su entorno. Esta actitud, será clave para que niños y adolescentes aprendan por sí mismos nuevos conocimientos, aunque a veces el Sistema Escolar parezca desmotivarles al empaquetar el conocimiento de la realidad en asignaturas y rutinas. En la actividad de este mes, **la clave será descubrir si sus hijos mantienen su curiosidad y su motivación por aprender por sí solos**. Si son capaces de mantener su capacidad para “aprender a aprender”.

Hay algunos adolescentes que tienen unos intereses

bien definidos, por ejemplo, la música y la astronomía. Cuando algo les interesa es fácil que se embarquen en proyectos relacionados con todo entusiasmo. Respecto hasta qué punto la responsabilidad de fomentar esta curiosidad está en los padres, dependerá de muchos factores. En todo caso, los padres tienen que estar atentos a sus inquietudes y necesidades y facilitarles que puedan tener recursos a su alcance pero la implicación en éstos dependerá de ellos, lo que no podemos es asumir esta tarea por ellos.

Es verdad que el tipo de **entorno** en el que se desarrollan y las inquietudes de los padres les influyen, pues si este entorno es variado y tienen el modelo de unos padres que tienen amplitud de intereses y que además muestran una actitud curiosa ellos se enriquecerán y además desarrollarán también inquietudes. Además, es importante **entrenar** con ellos esa curiosidad que ya viene de serie provocando que se hagan preguntas, que **descubran las cosas por sí mismos**, que no se conformen con los argumentos que los demás les aportan sino que busquen el suyo propio... este proceso si es prioritario influirá en la actitud que más tarde desarrollen y comienza en la familia.

Entonces, la cuestión está clara: ¿Existen **estrategias** para renovar y afianzar esta competencia educativa (**aprender a aprender**), recogida entre las esenciales para la enseñanza reglada en la Era de la Información y el Conocimiento? Única vía para gestionar y clasificar el saber en un entorno globalizado, donde hay tanta información que es imposible transmitírsela toda a los escolares. ¿Nos ayudará la neuro-educación a recomponer la motivación para

aprender? Ver youtube “neuroeducación y motivación”.(TED)



Trabajo en casa

En esta actividad lo esencial es observar y reflexionar sobre la motivación de sus hijos, sobre la que destaca por sus intereses o por sus notas escolares.

¿Cómo ha evolucionado su curiosidad en estos años?

Me gustaría que reflexionáramos acerca de la curiosidad en su hijo, ante qué cosas muestra interés, si le gusta aprender cosas nuevas, sean relativas a su entorno educativo o no. ¿Qué cosas le motivan para comprender la realidad exterior o para acrecentar sus aficiones o conocimientos?

¿Qué responsabilidad tienen ellos frente a mantener activa esta curiosidad? y ustedes, ¿tienen alguna responsabilidad?

Tipos de Motivación

Motivación Intrínseca
 Surge dentro del sujeto. Obedece a motivos internos.
 Ejem.
 Deseos de aprender para saber.
 Necesidad de hacer bien las cosas por satisfacción propia.



Motivación Extrínseca
 Se estimula desde el exterior ofreciendo recompensas.
 Ejem.
 Llegar a tiempo al trabajo para ganar un bono de puntualidad.

Nosotros tratamos de despertar la curiosidad de nuestro hijo por el mundo que le rodea, pero no resulta fácil porque cuando llega a la casa está saturado por las clases y las tareas. Aún así, pregunta por algunos temas. Ahora le está interesando bastante la historia y hasta hemos tenido algunas conversaciones interesantes, pero nos gustaría que tuviera más curiosidad por el mundo que le rodea.

Pauta oración mes de junio

Básica: Una auto imagen saludable: buenos hábitos en la adolescencia

Al iniciar nuestra oración queremos destacar que una buena imagen de sí mismo y de los demás siempre comienza con buenos hábitos en la casa. Hasta ahora, a nivel de hábitos, la responsabilidad recaía en nosotros, pero a medida que van creciendo, tienen que ser ellos los protagonistas de sus hábitos saludables.

Pongamos en manos de la Sagrada Familia, en manos de Jesús, María y José este momento de formación. Pidámosles que como ellos, sepamos traspasar la responsabilidad de sus hábitos a nuestros hijos, ayudando a que los grandes valores interiorizados se traduzcan en comportamientos sanos y estables.

Jesús, María y José en ustedes contemplamos
el esplendor del verdadero amor,
y a ustedes, confiados, nos dirigimos
con la oración que el mismo Cristo nos enseñó.

Padre nuestro...

En el nombre del Padre, del Hijo y del Espíritu Santo. Amén.

El tema de hoy se titula, **Una autoimagen saludable: buenos hábitos en la adolescencia**

- a) El traspasar la responsabilidad de los hábitos a nuestros hijos para que sean ellos los protagonistas es un proceso del cual nos iremos retirando poco a poco. Preguntémonos: ¿qué hábitos relacionados con la higiene y la salud le he inculcado a mi hijo? (*dejar un tiempo de silencio*)
- b) Al inicio de la adolescencia se producen numerosos cambios. Mayor sudoración y la aparición de nuevos olores. Por ello, en este momento, adquiere un papel importante el buen hábito. Además de esto la alimentación y el sueño, ¿Qué se sabe sobre la necesidad de sueño de los adolescentes? ¿Mis hijos tienen horarios estables para descansar los días de colegio? ¿y los fines de semana? (*dejar un tiempo de silencio*)
- c) Para reforzar esta idea comentar en dúos: Mi hijo ¿tiene una rutina horaria y una alimentación equilibrada? (*dejar pausa para que contesten*)
- d) *Se dejan unos tres minutos y, luego, se reparte el material que hay para cada padre (dejar que lo miren un poco). Luego, decirles: Vamos a la parte de “trabajo para la casa”.*

- e) Lo que sigue es trabajo de ustedes en sus casas. ¿Quién puede leer? (*el ejemplo no se lee, por ahora*) Es muy importante que hagamos la actividad que se propone una vez que regresemos a nuestra casa. Pensar y plantearse ¿ha adquirido tu hijo buenos hábitos de higiene personal?
- f) Luego, hay que pasar a la **propuesta práctica**, que debiera ser el resultado de nuestra reflexión. Se nos propone **hacer un plan de acción para establecer un hábito**. En el material entregado se señala cómo hacerlo. A continuación vamos a leer solamente el ejemplo.
- g) El/la delegado/a pastoral invita a los papás a dejarse tiempo para el trabajo en la casa como una manera de ayudar a nuestros hijos a establecer hábitos saludables.
- h) Terminamos leyendo las palabras del Papa Francisco en su exhortación a las familias.

Una autoimagen saludable: buenos hábitos en la adolescencia



Palabras
del Papa Francisco

Es necesario desarrollar hábitos. También las costumbres adquiridas desde niños tienen una función positiva, ayudando a que los grandes valores interiorizados se traduzcan en comportamientos externos sanos y estables. Alguien puede tener sentimientos sociables y una buena disposición hacia los demás, pero si durante mucho tiempo no se ha habituado por la insistencia de los mayores a decir « por favor », « permiso », « gracias », su buena disposición interior no se traducirá fácilmente en estas expresiones. El fortalecimiento de la voluntad y la repetición de determinadas acciones construyen la conducta moral, y sin la repetición consciente, libre y valorada de determinados comportamientos buenos no se termina de educar dicha conducta. Las motivaciones, o el atractivo que sentimos hacia determinado valor, no se convierten en una virtud sin esos actos adecuadamente motivados.
(n.º 266 de la exhortación a las familias)

¡Somos Familia!

Cada hogar, escuela de Vida y Amor.

Colegio Salesiano Concepción

Departamento de Orientación



Una imagen saludable de sí mismo y de los demás siempre comienza con buenos hábitos en casa. Durante todo su desarrollo hemos sido los responsables de que nuestros hijos fueran adquiriendo unos hábitos saludables. Hasta ahora la responsabilidad recaía en nosotros, pero a medida que van creciendo, tenemos que colocar en ellos el papel protagonista de que comiencen a responsabilizarse por ellos mismos. Este aprendizaje es la base del camino hacia la autonomía.

Como todo, esto es un proceso en el que debemos ir retirándonos poco a poco, por ello es necesario mantener una fluida comunicación con ellos, transmitirles que vamos adquiriendo mayor confianza en ellos y por esta razón queremos que sean partícipes y responsables de sus buenas costumbres.

Es muy importante inculcar durante los primeros años de la ado-

lescencia unos adecuados hábitos de higiene y de salud. Estas normas deben comenzar a aprenderse para que poco a poco las vayan interiorizando dándoles la importancia que merecen, ayudándoles a ser disciplinados y a entender y respetar la importancia de la salud.

Durante estas edades como sabemos, se producen numerosos cambios. Los cambios físicos que se originan conllevan nuevos procesos hormonales los cuales causan mayor sudoración y la aparición de nuevos olores. Por ello, en este momento, adquiere un papel importante el buen hábito.

Además de esto, la alimentación y el sueño, aunque no se vean reflejados directamente sobre la estética, deben respetarse adecuadamente entendiendo la importancia que tienen para un desarrollo y crecimiento adecuado durante toda nuestra vida.

Unos buenos hábitos de sueño y el respeto de unos horarios adecuados que permitan un sueño reparador, será necesario para que tengan un buen rendimiento durante el día y sean capaces de afrontar sus obligaciones diarias. Suele ser frecuente que comiencen a querer quedarse hasta más tarde sin dormir y no respeten tanto la rutina de horarios que hasta ahora venían cumpliendo. La alimentación equilibrada será también esencial para su crecimiento, por lo que debemos tener muy en cuenta el exceso de grasas o de azúcares poco recomendables.



Trabajo en casa

El objetivo de la actividad es que analicemos, una vez leídos los materiales, si sus hijos disponen de unos hábitos saludables y ver en qué medida podemos mejorar éstos si se da el caso.

Pregunta 1. ¿Ha adquirido tu hijo buenos hábitos de higiene personal?

Después de ver haber visto algunos videos en youtube (hábitos higiene personal), me gustaría que comentáramos si creen que su hijo ha adquirido buenos hábitos de higiene, en qué medida le benefician, qué tipo de hábitos son los que más les cuestan, cómo se los transmitieron... que compartamos aquellas cosas que crean que pueden resultar interesantes.

“Mi hijo tiene varios desafíos: irse temprano a la cama los días de colegios y algo más tarde los fines de semana; lavarse los dientes después de comer y ducharse cada día; cuidar la ropa y el uniforme. Comer sano y hacer deporte es algo que les inculcamos desde chicos...”

Pregunta 2. Plan de acción para establecer un hábito

Ahora pasamos a la parte más práctica de la actividad, les propongo que elijan alguna conducta relacionada con los hábitos a los que nos referimos en la actividad anterior y que se propongan un plan de acción estructurado con las pautas a seguir para llegar a establecer ese hábito.

Pensar sobre la conducta, el horario, de qué forma se hará, el grado de flexibilidad o firmeza que pondrán, si quieren establecer consecuencias o premios... y además adelantarse pensando en las dificultades que les puedan surgir y de qué manera las pueden abordar.

“En nuestro caso elegimos la ducha. Nunca le gusta ducharse, que si hace frío, que si me da flojera, que si estoy terminando la tarea.... siempre es un suplicio. En nuestro caso la ducha es día por medio como nos recomendó el pediatra, debido a la dermatitis que tiene. Y no hemos sido demasiado estrictos a la hora de ducharse, hay veces que cuando llega del colegio, otras antes de irse a la cama, otras por la mañana... algún día si se ha hecho muy tarde, se queda sin duchar... total, quizás todo esto ha hecho que no adquiera el hábito fijo y le de tanta flojera... no sé...” Así es que intentaremos hacer un plan, donde especifique la hora preferida y los días. Entre semana será ducha rápida y los fines de semana algo más larga. Y, además, habrá que pensar, qué consecuencias o premios les damos, para reforzar un poco el tema.



Nota: lo importante es que establezcas una hora fija para la ducha ya que de otra forma se queda en el aire y se pierde tiempo cada día en decidir cuándo y de qué manera y en ese proceso de decisión puede entrar en juego la auto justificación y las excusas que harán más difícil ponerse. Lo interesante es que ante este tipo de cosas se pase a la acción sin pensar demasiado.

Pauta oración mes de agosto

Media: Conductas de riesgo y cómo evitarlas

Al iniciar nuestra oración tengamos presente la situación de muchos de nuestros adolescentes que tropiezan con conductas de riesgo. Dejamos un momento de silencio para recordar algunas de las conductas de riesgo más comunes en la juventud actual (*dejar 1 minutos de pausa*).

Escuchemos al Papa Francisco: “La familia no puede renunciar a ser lugar de sostén, de acompañamiento, de guía, aunque deba reinventar sus métodos y encontrar nuevos recursos” Más adelante afirma: “los momentos que pasamos con ellos, hablando con sencillez y cariño de las cosas importantes permitirán evitar invasiones dañinas”.

Pongamos en manos de la Sagrada Familia, en manos de Jesús, María y José este momento de formación. Pidámosles que como ellos, sepamos pasarnos momentos con nuestros hijos, hablándoles con sencillez y cariño de las cosas importantes y, sobre todo, creando posibilidades sanas para practiquen una curiosidad útil y le motive a aprender cada vez más.

Jesús, María y José en ustedes contemplamos
el esplendor del verdadero amor,
y a ustedes, confiados, nos dirigimos
con la oración que el mismo Cristo nos enseñó.

Padre nuestro...

En el nombre del Padre, del Hijo y del Espíritu Santo. Amén.

El tema de hoy se titula: **Conductas de riesgo y cómo evitarlas**

- a) Entre todos enumeramos conductas de riesgo entre nuestros adolescentes... (el o la delegado añade las siguientes: el fracaso y el abandono escolar, la violencia y la delincuencia)
- b) En los últimos años, distintas investigaciones orientadas a comprender los factores asociados al desarrollo de conductas de riesgo en adolescentes, han identificado **al ámbito familiar** como un contexto que tiene una influencia relevante sobre la manifestación de éstas. ¿Cuál es nuestra opinión? ¿Tiene o no la familia influencia en las conductas de riesgo? (*dejar tiempo para compartir*)

- c)** A continuación leemos los dos primeros párrafos del folleto y lo explicamos con nuestras propias palabras. *¿Qué nos están diciendo estos párrafos?* (ayuda para el o la delegada: Aquí el acento en la adicción a las drogas no se pone en la influencia del entorno familiar sino en el desarrollo del cerebro adolescente al afirmar que “las drogas estimulan partes del cerebro que experimentan cambios rápidos en la adolescencia”. Y esto debido a que la experiencia gratificante de la droga es una experiencia placentera que su cerebro seguirá buscando para repetir la experiencia “agradable”).
- d)** ¿Qué nos dice en general la experiencia? Pedir a algún apoderado que lea desde el tercer párrafo hasta el final. Pedir algún comentario sobre lo leído y pasar, si es posible, al video (Nota para el o la delegada: el video refuerza lo que ya se leyó y comentó, por tanto, no pasa nada si no se ve – dura 4 minutos).
- e)** Lo que sigue es trabajo de ustedes en sus casas. *¿Quién puede leer? (Alguien lee párrafo siguiente, el ejemplo no se lee)*
- 1.** Finalmente, recomendar leer el impreso completo. Verán que al final hay un ejemplo y unas palabras del Papa Francisco sobre el tipo de disciplina que debemos aplicar con nuestros hijos: ni muy autoritaria ni muy sobreprotectora porque ambas favorecen el consumo de sustancias dañinas para nuestros hijos.
 - 2.** El/la delegado/a pastoral invita a los papás a dejarse tiempo para el trabajo en la casa conversando con nuestros hijos.
 - 3.** Oración final: poner bajo la protección de María, nuestro Auxilio, el cuidado de nuestros hijos. Dios te salve, María...

ción. La “Identificación de emociones” es interesante y me está ayudando”. (Una mamá)

Pregunta 2. Cómo funcionan nuestras emociones

Una vez que hayan identificado las emociones que con más frecuencia aparecen en su hijos, les propongo que analicemos cómo las gestionan, para qué les sirven, qué consecuencias tienen para ellos, si son capaces de anticipar en qué medida les afectará en su conducta, qué información les aporta su emoción y si son capaces de explicarla con palabras. Después pueden construir junto con ellos una identificación de emociones ajustada a sus emociones concretas que le ayude después a reconocerlas y a gestionarlas con más eficacia.

Hacer el siguiente ejercicio con el/los hijos: pedirles que les den un ejemplo de cada tipo de emoción tomando en cuenta su intensidad (“Identificar emociones”). Ejemplos donde hayan sentido esa emoción. Otra cosa será que dominen esas emociones “en tiempo real”, es decir, al momento que se presenten. Para ello, partir por identificarlas en el día (ver más arriba) y reflexionar sobre ellas es el camino para aprovecharlas positivamente.

Jesús y las emociones

Siguiendo la trayectoria del Evangelio de Juan, la emoción que destaca más en Jesús es la del ágape (amor cristiano) (Ver: Jn. 11:5; 13:1, 23, 34; 14:21, 31; 15:9, 10, 12, 13; 19:26; 21:7, 20). También experimenta otras emociones como el amor de hermandad (Jn. 11:3, 36; 20:2), su celo (Jn. 2:17), cuando se conmovió (Jn. 11:33, 38) y se turbó (Jn. 11:38), sus lágrimas (Jn. 11:35), su alegría (Jn. 11:15) y gozo (Jn. 15:11, 17:13). En los evangelios el Jesús que muestra Juan es especialmente un hombre con emociones. Dentro de este evangelio hay 28 referencias en comparación con 31 en los tres evangelios sinópticos (Mateo, Marcos y Lucas).

Elegir algunos textos y dar gracias a Dios porque Jesús, al igual que nosotros, no sólo experimentó variadas emociones sino que las puso al servicio del Reino, de la fraternidad y del amor a Dios y al prójimo.

¡Somos Familia!

Cada hogar, escuela de Vida y Amor.

Colegio Salesiano Concepción

Departamento de Orientación



La relación con los demás, especialmente en familia, mejora notablemente cuando le enseñamos a nuestros hijos a identificar emociones y a evaluar sentimientos, tanto propios como ajenos. Veremos cómo hacerlo.

Ayudar a los hijos a conocer sus emociones y a dialogar sobre sus sentimientos les permite desarrollar la inteligencia emocional del niño, adolescente, que será la clave de su autoaceptación y de un desarrollo psicológico sano.

Los sentimientos nos ayudan a interpretar lo que nos sucede, nos “transmiten ondas internas” de cómo están yendo las cosas, el modo como nuestros deseos o expectativas se comportan al afrontar la realidad, bloqueándonos o movilizándonos a actuar en un sentido u otro.

La realidad de cada persona está configurada por sus circunstancias concretas, pero también por cómo las interprete, las viva o las sienta. Para poder cambiarlas es preciso que aprendamos a distinguir lo objetivo de lo subjetivo. Y, para esto, es preciso educarnos para identificar las emociones y evaluar nuestros sentimientos.

¿Qué objetivos tendría una buena educación sentimental? Según el pe-

dagogo Rafael Bizquera:

- Prevenir los efectos perjudiciales de las emociones negativas.
- Potenciar habilidades para generar emociones positivas
- Fomentar habilidades para la auto motivación.
- Adoptar una actitud positiva ante la vida.

Todas las emociones (positivas y negativas) aportan algún tipo de información valiosa para nosotros. Por eso, para lograr una buena autoconciencia emocional necesitamos identificar las **EMOCIONES BÁSICAS**: miedo, ansiedad, enojo o ira, frustración,

culpa, celos o envidia, alegría, tristeza... y, luego, evaluar los sentimientos tomando conciencia de estos cuatro pasos que nos propone la psicóloga A. Barrutia:

Identificar la emoción: *¿Qué siento?*

Información que nos aporta: *¿Qué me dice esta emoción o en qué situación me encuentro?*

Función inteligente de la emoción: *¿Cómo combinar razón y emoción para superar algo?*

Posible riesgo: *¿Qué podría pasar si me dejo llevar únicamente por la emoción?*

Parece existir en la actualidad una tendencia de los padres a evitarle a sus hijos todas aquellas emociones que le generen el más mínimo malestar (frustración, tristeza, enojo...). Sin embargo, esto es un error de sobreprotección porque todas las emociones, si se saben identificar y gestionar por el adolescente, le darán información útil y le permitirán madurar.

Mirar la tabla, "Identificar emociones":

Descubrir, identificar y diferenciar las emociones es una forma de educar a los hijos para que sientan sin temor, para que se descubran a sí mismos y para que acaben convirtiéndose en adultos autoconscientes con habilidad

sensitiva para afrontar los desafíos de la vida.

Sentir es un privilegio y aprender a expresar nuestras emociones nos ayudará a acercarnos a quienes amamos.

*Las **emociones** son estados afectivos innatos y automáticos que se experimentan a través de cambios fisiológicos, cognitivos y conductuales. Sirven para adaptarnos mejor al entorno que experimentamos.*

Identificar emociones

¿Cuántas emociones conoces?

EMOCIONES BÁSICAS:

Alegría
Ira
Miedo
Sorpresa
Tristeza
Asco (aversión)
Confianza
Anticipación

EMOCIONES BÁSICAS (intensidad):

Serenidad / Alegría / Éxtasis
Enfado / Ira / Furia
Temor / Miedo / Terror
Distracción / Sorpresa / Asombro
Melancolía / Tristeza / Pena
Tedio / Asco (aversión) / Odio
Aprobación / Confianza / Admiración
Interés / Anticipación / Vigilancia

emociones?

*Los **sentimientos** son la toma de conciencia de esas emociones etiquetadas. Sirven para expresar, de forma más racional, nuestro estado de ánimo.*

Pregunta 1. ¿Sabemos identificar emociones y sentimientos en nuestros hijos y en nosotros mismos?

Hablemos de nuestras emociones y las de nuestros hijos. Sabiendo distinguir que la emoción es esa respuesta natural a una situación concreta y el sentimiento un efecto derivado como consecuencia de la emoción si no sabemos gestionarla. ¿Somos seres emocionales? ¿Sabemos nuestros hijos gestionar sus emociones?, y ¿nosotros? ¿qué papel juegan en nuestra vida las

"Es cierto que a lo largo del día se tienen muchas emociones diferentes y dedicar unos minutos a reflexionar sobre ellas para identificarlas es muy positivo. A mi me cuesta, en mi misma y en mi hijo. A veces me doy cuenta que me siento alegre y al rato pasa algo y me viene el enojo y la frustración. Estas emociones negativas, trato de gestionarlas, sobre todo, cuando la fuente es mi hijo, y suelo intentar tranquilizarme y pensar antes de actuar (función inteligente), pero no siempre lo consigo y me dejo llevar por la emo-



Trabajo en casa

¿Qué autoconcepto crees que tiene tu hijo o hija de sí mism@?

¿Crees que tu hijo tiene un buen autoconcepto de sí mismo o presenta una valoración negativa de su propia identidad? ¿Qué factores positivos o negativos han podido influir en esa valoración en uno u otro caso? ¿Qué podríamos hacer para afianzar una imagen más positiva sin caer en un exceso de elogios que no llegue a ser creíble por él o por ella misma.

Elaborar una lista de 5 aspectos en que tu hijo es hábil. La idea es que sea una lista muy concreta y que se justifique bien. Es **hábil en..... porque....** Después de elaborar la lista le puede pedir a su hijo que haga la misma lista y después compararlo.

Es más fácil construir desde lo que sabe que desde lo que no sabe.

Función educativa de las familias (de la carta dl Papa Amoris Lactitia)

259. Los padres siempre inciden en el desarrollo moral de sus hijos, para bien o para mal. Por consiguiente, lo más adecuado es que acepten esta función inevitable y la realicen de un modo consciente, entusiasta, razonable y apropiado. Ya que esta función educativa de las familias es tan importante y se ha vuelto muy compleja, quiero detenerme especialmente en este punto.

260. La familia no puede renunciar a ser lugar de sostén, de acompañamiento, de guía, aunque deba reinventar sus métodos y encontrar nuevos recursos. Necesita plantearse a qué quiere exponer a sus hijos. Para ello, no debe dejar de preguntarse quiénes se ocupan de darles diversión y entretenimiento, quiénes entran en sus habitaciones a través de las pantallas, a quiénes los entregan para que los guíen en su tiempo libre. Sólo los momentos que pasamos con ellos, hablando con sencillez y cariño de las cosas importantes, y las posibilidades sanas que creamos para que ellos ocupen su tiempo, permitirán evitar una nociva invasión. Siempre hace falta una vigilancia. El abandono nunca es sano. Los padres deben orientar y prevenir a los niños y adolescentes para que sepan enfrentar situaciones donde pueda haber riesgos, por ejemplo, de agresiones, de abuso o de drogadicción.

El autoconcepto de los adolescentes



El **autoconcepto** es la opinión que una persona tiene sobre sí misma, que lleva asociado un juicio de valor. Cabe destacar que el **autoconcepto** no es lo mismo que la autoestima, sin embargo su relación es muy estrecha y no podría entenderse uno sin la presencia del otro.

Nuestros hijos pueden sufrir en la etapa de la adolescencia próxima una crisis de identidad que posiblemente les desconcierte y nos sorprenda a toda la familia. Por eso, este año puede ser el momento oportuno para reforzar su autoconcepto, es decir, la idea de cómo somos para poder definirnos ante el mundo. Ese será el propósito de la actividad de este mes.

Si hemos procurado educar a nuestro hijo en un entorno cálido y cariñoso, responsable y seguro es posible que su autoconcepto sea lo suficientemente sólido para adaptarse en cada etapa sin demasiados problemas. Pero nunca está de más que reforcemos en él o ella la idea positiva que tenga de sí mismo o de sí misma, su relación con los demás, sus valores, sus criterios y su potencial para crecer y desarrollarse ampliando sus posibilidades y capacidades.

Pero a esta edad preadolescente los chicos prescinden de muchas opiniones paternas, subjetivando sus interpretaciones en un proceso de introspección que tiene algunos rasgos propios:

Abstracción e idealización de sí mismo, viéndose como les gustaría ser.

Diferenciación de identidades según el ambiente en el que estén (en clase o con sus amigos)

Mantienen un “yo fluctuante”, inestables, pasando de estados de ánimo alegre a triste, de comunicativo a introvertido o irónico.

Contradictorios, pueden valorarse un día como bonitos y otro como feos, mostrarse generosos o tacaños.

Comparativos con su grupo de iguales, imitan ciertas modas, para poder definirse a sí mismos.

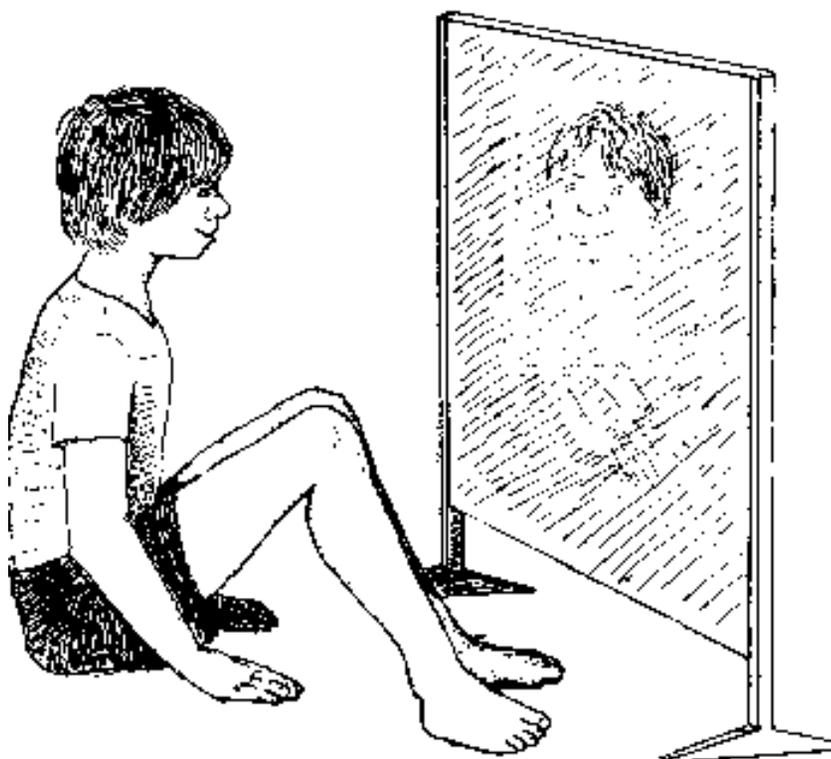
Introvertidos en exceso con la familia, por inseguridad, buscarán apoyo en su grupo de amigos.

Autoprotección, realizan o niegan ciertas características negativas como un medio de protección del yo.

Factores inconscientes: en esta etapa descubren que hay factores inconscientes de su actividad que no pueden controlar.

Autointegración: tratan de dar sentido y congruencia a todos estos factores tan variables para tener una comprensión más integrada de sí mismos y aceptarse.

En este “torbellino” de cambios neuronales lo más importante, desde el



punto de vista educativo, es saber qué les está ocurriendo y mantener el rumbo paterno con cierta habilidad para seguir transmitiéndoles un buen autoconcepto de ellos mismos desde la coherencia del cariño y de las normas básicas, con la flexibilidad para dejarles crecer confiando en ellos y en sus grandes potenciales de fondo, pese a nuestras diferencias de opiniones sobre sus formas externas.

En la búsqueda de identidad podemos distinguir los tipos de conducta más comunes que adoptan los jóvenes adolescentes.

Conducta oposicionista y desafiante: el adolescente muestra

poco o ningún respeto por las figuras de autoridad, como los padres o los educadores. Al mismo tiempo, puede tener una mala relación con los compañeros. Es normal que ellos con esta conducta culpen de sus errores a los demás y que discutan con frecuencia con los adultos por cualquier tontería.

Conducta retraída y ausente: muchos adolescentes sienten inseguridad ante las transformaciones de su cuerpo y de su entorno por lo que evitan interactuar con los demás. Esta visión sobre la adolescencia repercute en la confianza en ellos mismos, que las relaciones entre personas de su misma edad son dificultosas y que trate de protegerse de estos cambios de la adolescencia mediante la alienación.

Conducta despreocupada y festiva: los adolescentes con este tipo de conducta descuidan sus deberes y obligaciones

frente a una cuidada vida social. Se trata pues, de chicos que no quieren dedicarse a sus estudios, a las tareas del hogar o a otras obligaciones que puedan tener. Aunque en la adolescencia lo habitual es dedicar mucho tiempo y esfuerzos en las relaciones sociales, los adolescentes con conducta despreocupada y festiva solo tienen esta preocupación en mente.

Veamos qué tal viven sus hijos estos rasgos variables de “identidad adolescente”.

en sus resultados y en su forma de enfrentarse a los exámenes, pero tiene que seguir mejorando en esto.

Por otra parte, Víctor, me comenta que lo que cree le produce algún miedo o inseguridad es estar solo, aunque sabe que lo va superando, y es cierto que es así, ya que recuerdo hace unos pocos años, cuando le dejaba solo en la casa, casi enseguida me estaba llamando para preguntar cuando llegaría. Hemos hablado y le he dicho que este es un **miedo irracional**, por lo tanto, lo crea el, y le he puesto el ejemplo de que se imaginara que está en la playa y puede o no tomar de un montón de arena que hay cerca, un puñado, que sería representado por el miedo. Con lo cual hemos hablado y creo ha visto claro que el miedo irracional es como ese puñado de arena que puedes o no tomar.

Fue una buena conversación...



Construyendo sueños, despertando nuestro potencial



El optimismo no es una cualidad fácil para personas cómodas. Es el fruto de la confianza, de la determinación y de la fe en uno mismo, y en las causas que pueden mejorar la realidad. Muchas veces nuestros hijos se encuentran ante encrucijadas en las que tienen que tomar decisiones o deben enfrentarse a cambios para adaptarse a las nuevas demandas de su vida. Sin embargo, en algunas de estas ocasiones, se sienten bloqueados y el **miedo** los puede paralizar hasta que no tienen la certeza de que todo saldrá bien.

A veces pasamos por nuestra vida esperando a estar preparados y por ello se nos pasan muchas oportunidades, buscamos datos para poder

creer en algo y pasar a la acción pero a veces esto no funciona y necesitamos partir de la premisa contraria, primero confiar en que algo saldrá bien y por ello actuar para después empezar a creer en uno mismo.

Si queremos que nuestros hijos sean capaces de buscar aquello por lo que vale la pena luchar y emprender las acciones necesarias desarrollando así la mejor versión de sí mismos y sacando el máximo partido a su vida será importante incidir en sus habilidades para afrontar los desafíos que se le presentan.

A continuación ver el vídeo que sigue: <https://www.youtube.com/watch?v=YS2s2VUBQ8M> y responder a las siguientes preguntas:

¿Qué les sugiere el vídeo?, ¿se identificaron en alguna cuestión? Me gustaría que entre todos debatiéramos sobre algunas cuestiones de las que se abordan en el vídeo: resistencias a la hora de tomar decisiones o enfrentarnos a cambios, el papel que tiene el miedo en nuestras vidas, qué hacer cuando sentimos miedo, qué alternativas tenemos.... Y estas reflexiones nos sirven tanto para los padres como para los hijos.

Buenas noches, acabo de ver el vídeo, primero he querido verlo yo para mañana hacerlo con mis hijos. Me gusto muchísimo, y créanme si les digo que pienso igual y lo llevo practicando hace un tiempo. Es increíble lo bueno y reconfortante que es dedicar todos los días un ratito a la reflexión, o meditación, o pasear y pensar en tus cosas, mirarte hacia dentro, yo lo recomiendo. Pienso que uno de los mayores males que tenemos en este mundo estresante y complicado es no pararnos, y permitirnos un tiempo para nosotros, y es crucial hacerlo.



Trabajo en casa: pasar a la acción

Elegir algún miedo que haya identificado junto con su hijo y elaborar un plan de acción para superarlo. Este plan contendrá: un argumento válido para superar ese miedo con el que su hijo esté de acuerdo, un análisis de la resistencia que muestra que le hace evitar afrontarlo, un mensaje positivo que le anime a enfrentarse a él,

razones por las que es capaz de superarlo y capacidades con las que cuenta para hacerlo, fortalezas y puntos débiles, dificultades que adelantamos y formas de resolverlas, pasos a seguir para llevarlo a cabo... y todo lo que se les ocurra que puede ser importante.

Hablé con mis hijos mellizos de 15 años sobre el tema de los miedos, vuelvo a encontrarme que aunque no son muy miedosos, o eso dicen ellos, lo que me contaron es lo siguiente.

*Jorge dice sentir miedo o temor cuando tiene que hacer algunos exámenes, bien, yo le comenté que este es un **miedo racional**, y creo fruto de un poco de la inseguridad que tiene al enfrentarse al examen ya que duda haberlo preparado bien, o al menos, lo suficientemente bien, llegando incluso*

a decirme que se bloqueó y se sabía la pregunta. Hemos estado hablando de ello, a decir verdad, esto no es nuevo y ya lo había hablado con él en anteriores ocasiones, y le he comentado que es fundamental que estudie cada día un poco, y no deje para la época de exámenes el grueso de la materia, creo que en los últimos exámenes ya lo ha ido haciendo así, de hecho, se ha notado



Que pienso ante el error: *Pensamientos inadecuados: No soy capaz, soy torpe, lo he vuelto hacer mal.... Pensamientos adecuados: Me he equivocado voy a ver donde he cometido el error. Si identifico bien el error, la próxima vez lo haré mejor.*

Que siento: *Sentimientos que puede tener: Rabia, impotencia, ganas de abandonar*

Ante los errores no se trata de negar lo que sienten pero si podemos ayudarles a que no se sientan tan frustrados. He de aclarar que un cierto sentimiento de frustración cuando algo no sale no es malo, el problema es que la frustración sea tan elevada que me lleve a abandonar o a pensar que no soy capaz.

Si percibimos el error como un trampolín para aprender más es fácil que los sentimientos cambien

Que hago: *Acción inadecuada Dejar la tarea, insistir en el esfuerzo sin una planificación. Acción adecuada. Una vez identificado bien el error dedicar mi energía a subsanar el error de forma planificada y ordenada. Es muy común pensar que cuando cometemos un error la manera de solucionarlo es esforzándose más. El esfuerzo está bien pero debe ser un esfuerzo planificado porque sino se corre el riesgo de frustrarse aún más.*

Recomiendo:

Ayudes a pensar como se siente ante los errores.

Que piensa

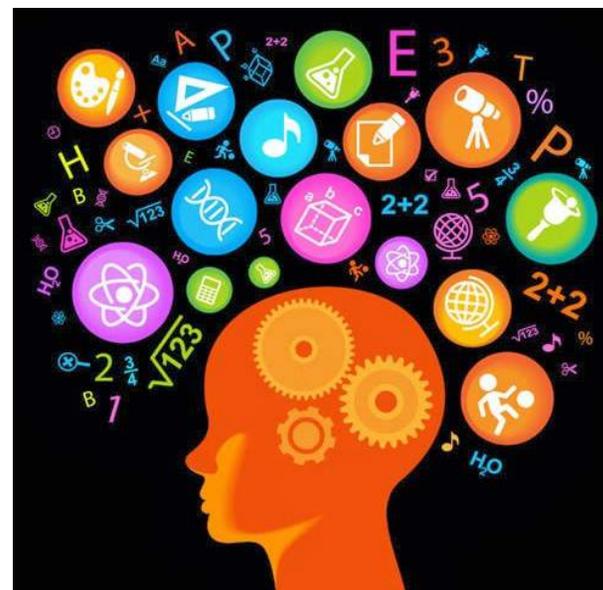
Que hace habitualmente

Que va a hacer para corregir un error concreto.

En general es conveniente hacerle ver que los errores son una oportunidad para aprender y hacerlo mejor debemos evitar corregir nosotros la equivocación.

*Departamento de Orientación — Colegio Salesiano
Concepción*

Las habilidades cognitivas: superar dificultades



Que nuestros hijos tengan acceso al conocimiento y a un pensamiento riguroso es uno de los objetivos compartidos con el sistema educativo escolar, no el único, pero sí importante por sí mismo.

Los padres nos preocupamos cuando no van bien en sus estudios porque deseamos que triunfen profesionalmente en la vida. Pero muchas veces, nuestros hijos encuentran dificultades que parecen insalvables y que podemos ayudarles a resolver desde un nuevo enfoque de sus habilidades cognitivas, veamos cómo.

Si nuestros hijos se encuentran bloqueados en sus estudios, cuando

más seguros deben estar de sí mismos, cuando les cuesta concentrarse a la hora de realizar sus tareas en la casa o de concentrarse para estudiar, **los padres tenemos un papel fundamental de “animadores” y “entrenadores”** para guiarlos, orientarlos, motivarlos y crear un hábito de estudio. No para hacer las tareas por ellos, sino para que se responsabilicen y enfoquen todas sus capacidades y habilidades cognitivas, y –para ello– les recordamos usar, una o varias, de estas **preguntas clave para potenciar las habilidades cognitivas** con dos objetivos:

* muestran **nuestro interés en ayudarles**

- implican **nuestra confianza** en que podrán encontrar la respuesta interesante o necesaria por ellos mismos:

¿Cómo vas a abordar ese problema?

¿Qué tienes que averiguar o hacer?

¿Qué método vas a usar?

¿Cuál crees que será el resultado?

¿Puedes explicarme lo que tienes que hacer o lo que has hecho?

¿Qué hiciste la última vez?

¿Por qué no pruebas a hacer una conjetura y compruebas si funciona?

¿Cómo conseguiste la respuesta?

¿Qué es lo próximo que vas a intentar?

¿Has comprobado el resultado?

¿Qué has averiguado?

En esta etapa es muy importante que los niños aprendan cosas por sí mismos, pero esas preguntas, convertidas en un modelo avanzado de **autoinstrucciones verbales**, le pueden ayudar para **lograr más autonomía en sus estudios**.

Pero, en ocasiones el miedo a hacerlo mal o a equivocarse se encuentra

detrás de la negativa para hacer cualquier actividad por sí mismos o se refleja en un **perfeccionismo** insatisfecho ante cualquier tarea, que nunca les parecen bien acabadas. Para animarles a perder esa inseguridad, ese miedo al error, puede ser muy importante que ellos sean **conscientes de todo lo que han aprendido y de todo lo que son capaces de hacer con éxito**.



Trabajo en casa



Les vamos a pedir que reflexionemos sobre sus dificultades y sus habilidades cognitivas en los estudios. Y, junto a sus hijos, que elaboren una pequeña lista sobre sus logros a nivel general. También buscaremos algunas cosas que hayan aprendido a hacer solos durante el último año.

La idea es reforzar sus habilidades cognitivas haciendo un inventario de todas aquellas cosas que mejor sabe hacer con respecto a sus estudios escolares. Este punto de partida nos permitirá analizar con menos dramatismo sus posibles dificultades para realizar las tareas o para estudiar.

Un ejemplo: *Lo que se plantea es muy interesante. Algo que tenemos*

interiorizado es que los errores significa que hemos hecho algo mal y no los percibimos como una posibilidad de aprender.

Entran en juego 3 variables clave:

Tema Octubre 2017 Media.

Uso de computadores y videojuegos

Una de las mejores pruebas de fuerza de voluntad de un adolescente es la que nos demuestra a la hora de dejar de jugar a su video juego favorito en el mismo momento en que se lo pedimos. No es fácil controlar el impulso y la “espejismo de estar dentro de una historia” de la que él se siente el protagonista al mando de las acciones que realiza en mitad de una peligrosa aventura. Todos hemos sido niños y el momento en que nos llamaban para dejar de jugar y volver a casa era, al menos, frustrante.

Los videojuegos son divertidos, pero también envían mensajes intensos sobre los valores de la sociedad y sobre quién tiene el control. Como padres, su desafío es ahondar más allá de la exageración que se hace de la violencia en los videojuegos. Procuren entender la relación que existe entre su hijo adolescente y un videojuego, reconociendo que ésta puede ser compleja.

Comprender lo atractivo que puede ser un videojuego de una consola o de un computador no es difícil para un padre o una madre. Lo complejo a estas edades es haber regulado el tiempo de juego máximo. Si se acostumbran a jugar cuando quieran, les dominará su capricho, abusando del tiempo y relegando sus deberes escolares. ¿Cómo está la situación del uso de video juegos en casa? ¿Pueden los videojuegos mejorar su concentración? Veamos qué tiene que enseñarnos esta nueva forma de ocio.

Como primer paso, aprendan a conocer los títulos de los juegos que pueblan el mundo de su adolescente. No importa si ustedes carecen del conocimiento tecnológico o si no pueden igualar el talento que muestra su hijo en los juegos. El simple hecho de entablar una conversación con él es una buena forma de comenzar.

7 FORMAS PARA APROVECHAR AL MÁXIMO LOS JUEGOS ELECTRÓNICOS

1. Procuren conocer los juegos que practica su adolescente.

Son muchas las razones que atraen a los jugadores. Ustedes no sabrán lo que atrae a su adolescente a menos que se lo pregunten. ¿Acaso es la posibilidad de golpear a otros? ¿Lo misterioso que resulta poder perderse en un mundo de fantasía? ¿La oportunidad de resolver problemas? ¿O podría ser el hecho de adquirir poderes extraordinarios, conectarse con otros o simplemente jugar un juego que goza de popularidad entre sus amigos?

2. Cuidado con los juegos que presentan estereotipos e imágenes negativas de las mujeres.

Muchos juegos dirigen la violencia hacia los personajes femeninos o carecen de una diversidad racial. Puede ser que muestren a los blancos como héroes y a los afro-americanos o a los latinos como atletas o como víctimas de la violencia. Hablen acerca de los mensajes que envían estos juegos, luego desalienten a su hijo para que no juegue con ellos. Es bueno que su hijo adolescente oiga como se expresa usted en contra de las imágenes e ideas que su juicio son objetables.

3. Atención a la violencia.

Eviten los juegos en donde el matar esté justificado o esté libre de castigo. Aliente a su adolescente para que se aleje de los juegos que tengan "tiradores en primera persona", en los que se hace que el jugador asuma la identidad de un personaje violento.

4. Enséñenle a su adolescente a identificar la ubicación del producto.

Los especialistas en mercadeo usan los videojuegos para exhibir una marca al espectador y para vincular sus productos con lo que está "de moda o es buena onda". Háblenle a su adolescente acerca del por qué los personajes de los videos usan o visten artículos de marca. ¿Hay razones financieras por las que un producto aparece en los juegos de acción y en los juegos deportivos?

5. Enfaticen los aspectos sociales relacionados con los juegos.

Alienten a su adolescente para que intercambie pistas sobre el juego con otros jugadores en línea o con sus amigos. Esto puede ayudar a prevenir que los juegos electrónicos se vuelvan un lugar de retiro solitario.

6. Háblenle a su hijo o hija adolescente sobre los jugadores que puede encontrar en línea.

Si su adolescente compite con sus coetáneos en línea -- o "chatea" con ellos en la pantalla durante los juegos -- discutan la importancia de la privacidad. Recuérdenle que nunca debe revelar su información personal, especialmente a gente que acaba de conocer. Alienten a su adolescente a que reflexione sobre lo que otros dicen en línea.

7. Enséñenle a su adolescente que se una al proceso creativo para producir videojuegos.

Los juegos no están divorciados de la influencia de su adolescente. Son trabajos creativos que su hijo puede mejorar. La [*International Game Developers Association*](#) o sea la Asociación Internacional de Creadores de Juegos, contrata a estudiantes adolescentes para que hagan una carrera profesional en la industria del videojuego.



Trabajo en casa

Lee y repasa esta ficha, anota las horas que tu hijo o hija dedica a jugar con videojuegos y reflexiona qué podemos hacer para que esta costumbre no llegue a ser una adicción. ¿Cómo buscar y seleccionar videojuegos de calidad?

Ahora pasemos a analizar de forma práctica lo que ocurre en la casa, ¿juega el hijo con videojuegos?, ¿qué tipo de juegos utilizan?, ¿hay un tiempo establecido para ello?, ¿dónde crees que está el límite adecuado?

Un testimonio:

Mi hijo de 16 años usa su celular indiscriminadamente. Redes sociales, búsqueda de información en internet, resultados deportivos, y un juego al que esta enganchado que creo que se llama "soccer star".

Para el uso del celular no tiene normas, excepto que mientras son las horas de estudio lo deja fuera de su vista (ya que si no aunque esté en silencio, se ilumina cada dos por tres), y que a la hora de acostarse se acabó el celular. (11.00h)

Si que hay bastantes veces, que a la hora de ponerse a estudiar (17.00h) y esta con el celular, no es capaz de dejarlo. Siempre con espera que estoy acabando, que me queda conseguir no se que puntos.....

OCTUBRE 2017 (ENSEÑANZA BASICA)

TEMA: IDENTIFICAR EMOCIONES Y EVALUAR SENTIMIENTOS

La relación con los demás, especialmente en familia, mejora notablemente cuando le enseñamos a nuestros hijos a identificar emociones y a evaluar sentimientos, tanto propios como ajenos. Veremos cómo hacerlo.

Ayudar a los hijos a conocer sus emociones y a dialogar sobre sus sentimientos les permite desarrollar la inteligencia emocional del niño, adolescente, que será la clave de su autoaceptación y de un desarrollo psicológico sano.

Los sentimientos nos ayudan a interpretar lo que nos sucede, nos “transmiten ondas internas” de cómo están yendo las cosas, el modo como nuestros deseos o expectativas se comportan al afrontar la realidad, bloqueándonos o movilizándonos a actuar en un sentido u otro.

La realidad de cada persona está configurada por sus circunstancias concretas, pero también por cómo las interprete, las viva o las sienta. Para poder cambiarlas es preciso que aprendamos a distinguir lo objetivo de lo subjetivo. Y, para esto, es preciso **educarnos para identificar las emociones y evaluar nuestros sentimientos**.

¿Qué objetivos tendría una buena educación sentimental? Según el pedagogo Rafael Bizquera:

- Prevenir los efectos perjudiciales de las emociones negativas.
- Potenciar habilidades para generar emociones positivas
- Fomentar habilidades para la auto motivación.
- Adoptar una actitud positiva ante la vida.

Todas las emociones (positivas y negativas) aportan algún tipo de información valiosa para nosotros. Por eso, para lograr una buena autoconciencia emocional necesitamos identificar las **EMOCIONES BÁSICAS: miedo, ansiedad, enojo o ira, frustración, culpa, celos o envidia, alegría, tristeza...** y, luego, evaluar los sentimientos tomando conciencia de estos cuatro pasos que nos propone la psicóloga A. Barrutia:

1. **Identificar la emoción:** *¿Qué siento?*
2. **Información que nos aporta:** *¿Qué me dice esta emoción o en qué situación me encuentro?*
3. **Función inteligente de la emoción:** *¿Cómo combinar razón y emoción para superar algo?*
4. **Posible riesgo:** *¿Qué podría pasar si me dejo llevar únicamente por la emoción?*

Parece existir en la actualidad una tendencia de los padres a evitarle a sus hijos todas aquellas emociones que le generen el más mínimo malestar (frustración, tristeza, enojo...). Sin embargo, esto es un error de sobreprotección porque todas las emociones, si se saben identificar y gestionar por el adolescente, le darán información útil y le permitirán madurar.

Mirar la tabla, “Identificar emociones”:

Identificar emociones

¿Cuántas emociones conoces?

EMOCIONES BÁSICAS:

Alegría
Ira
Miedo
Sorpresa
Tristeza
Asco (aversión)
Confianza
Anticipación

EMOCIONES BÁSICAS (intensidad):

Serenidad / Alegría / Éxtasis
Enfado / Ira / Furia
Temor / Miedo / Terror
Distracción / Sorpresa / Asombro
Melancolía / Tristeza / Pena
Tedio / Asco (aversión) / Odio
Aprobación / Confianza / Admiración
Interés / Anticipación / Vigilancia

Descubrir, identificar y diferenciar las emociones es una forma de educar a los hijos para que sientan sin temor, para que se descubran a sí mismos y para que acaben convirtiéndose en adultos autoconscientes con habilidad sensitiva para afrontar los desafíos de la vida.

Sentir es un privilegio y aprender a expresar nuestras emociones nos ayudará a acercarnos a quienes amamos.

*Las **emociones** son estados afectivos innatos y automáticos que se experimentan a través de cambios fisiológicos, cognitivos y conductuales. Sirven para adaptarnos mejor al entorno que experimentamos.*

*Los **sentimientos** son la toma de conciencia de esas emociones etiquetadas. Sirven para expresar, de forma más racional, nuestro estado de ánimo.*

Pregunta 1. ¿Sabemos identificar emociones y sentimientos en nuestros hijos y en nosotros mismos?

Hablemos de nuestras emociones y las de nuestros hijos. Sabiendo distinguir que la emoción es esa respuesta natural a una situación concreta y el sentimiento un efecto derivado como consecuencia de la emoción si no sabemos gestionarla. ¿Somos seres emocionales? ¿Sabemos nuestros hijos gestionar sus emociones?, y ¿nosotros? ¿qué papel juegan en nuestra vida las emociones?

“Es cierto que a lo largo del día se tienen muchas emociones diferentes y dedicar unos minutos a reflexionar sobre ellas para identificarlas es muy positivo. A mi me cuesta, en mi misma y en mi hijo. A veces me doy cuenta que me siento alegre y al rato pasa algo y me viene el enojo y la frustración. Estas emociones negativas, trato de gestionarlas, sobre todo, cuando la fuente es mi hijo, y suelo intentar tranquilizarme y pensar antes de actuar (función inteligente), pero no siempre lo consigo y me dejo llevar por la emoción. La “Identificación de emociones” es interesante y me está ayudando”. (Una mamá)

Pregunta 2. Cómo funcionan nuestras emociones

Una vez que hayan identificado las emociones que con más frecuencia aparecen en sus hijos, les propongo que analicemos cómo las gestionan, para qué les sirven, qué consecuencias tienen para ellos, si son capaces de anticipar en qué medida les afectará en su conducta, qué información les aporta su emoción y si son capaces de explicarla con palabras. Después pueden construir junto con ellos una identificación de emociones ajustada a sus emociones concretas que le ayude después a reconocerlas y a gestionarlas con más eficacia.

Hacer el siguiente ejercicio con el/los hijos: pedirles que les den un ejemplo de cada tipo de emoción tomando en cuenta su intensidad (“Identificar emociones”). Ejemplos donde hayan sentido esa emoción. Otra cosa será que dominen esas emociones “en tiempo real”, es decir, al momento que se presenten. Para ello, partir por identificarlas en el día (ver más arriba) y reflexionar sobre ellas es el camino para aprovecharlas positivamente.

Jesús y las emociones

Siguiendo la trayectoria del Evangelio de Juan, la emoción que destaca más en Jesús es la del ágape (amor cristiano) (Ver: Jn. 11:5; 13:1, 23, 34; 14:21, 31; 15:9, 10, 12, 13; 19:26; 21:7, 20). También experimenta otras emociones como el amor de hermandad (Jn. 11:3 ,36; 20:2), su celo (Jn. 2:17), cuando se conmovió (Jn. 11:33, 38) y se turbó (Jn. 11:38), sus lágrimas (Jn. 11:35), su alegría (Jn. 11:15) y gozo (Jn. 15:11, 17:13). En los evangelios el Jesús que muestra Juan es especialmente un hombre con emociones. Dentro de este evangelio hay 28 referencias en comparación con 31 en los tres evangelios sinópticos (Mateo, Marcos y Lucas).

Elegir algunos textos y dar gracias a Dios porque Jesús, al igual que nosotros, no sólo experimentó variadas emociones sino que las puso al servicio del Reino, de la fraternidad y del amor a Dios y al prójimo.

falta de trabajo previo de ese examen? Con seguridad falla la organización. Si necesita 1 ó 2 horas de un entrenamiento para estudiar, es que antes no ha trabajado lo suficiente.

La semana tiene siete días, de los cuales, cinco mantiene a los jóvenes en clase y hasta las 4 no quedan liberados de esas tareas, toda la tarde para ir haciendo cosas, acudir a diferentes actividades extraescolares, ver la tele... da tiempo a todo. Eso sí, con organización. Algo importante! Los fines de semana no deben ser vistos como tiempo libre sin ninguna tarea, son los días que más tiempo disponible tenemos y cuando menos desarrollamos.

Los deportes (la música y otros) bien utilizados, aparte de ser un instrumento fundamental para un desarrollo correcto, también nos puede ayudar para que los niños vayan siendo conscientes desde pequeños de la importancia de tener una organización temporal equilibrada. Si se hace desde edades tempranas, estas conductas se acaban interiorizando y lo que al principio hay que recordar cada 10 minutos en unos años servirá para que cuando las actividades académicas sean más exigentes se disponga de unos hábitos de estudio-tiempo libre-deporte correctos.

Tarea para la casa

¿Se organiza bien el tiempo de estudio y ocio tu hijo?

¿Conoce las técnicas de estudio? ¿Las usa?

Visitar: <http://www.studygs.net/espanol/>

Estoy muy de acuerdo con el artículo que aparece en esta sección, que trata de estudio y deporte. Hasta tal punto, que procuro siempre que mis hijos no falten a " esas otras actividades ", aunque tengan exámenes importantes. Por dos razones, una por la que señala el artículo. Hay que organizarse. Otra, porque esas actividades son tan importantes, a mi parecer, como el currículo establecido por las leyes de educación. Aunque la preparación del examen del instituto se resienta algo, creo que dedicar tiempo al deporte o la música son una buena manera de rentabilizar el talento.

Somos Familia!
Cada hogar, escuela de Vida y Amor.

Colegio Salesiano Concepción

Departamento de Orientación

Gestión del Tiempo



Seguramente, las palabras de una mamá coinciden con tu propia experiencia: "Sí. Mi hijo conoce las técnicas de estudios. Cuando era chico las ponía en práctica. Ahora lo hace cada vez menos. Le da flojera dedicarle tiempo a los ramos en los que todavía no tiene prueba, le da flojera hacer esquemas (y eso que él sabe que con ello se aprende mejor, sobre todo las asignaturas que hay que memorizar), le da flojera leer un libro que le exijan... Es cierto que en la tarde estudia, pero su respuesta favorita a mi petición de que le dedique más tiempo es, "pero si no tengo pruebas". Y claro, los resultados... no lo dicen. Creo que le falta más capacidad de esfuerzo y amor propio. El estudio es un tema de choque constante con nuestro hijo".

Tan importante como educar a los hijos desde chicos en el orden de su pieza y de los espacios de la casa es enseñarles a gestionar adecuadamente el tiempo. Sabemos que las obligaciones escolares le marcan su ritmo, pero el tiempo de ocio debe hacerse compatible con el tiempo

de estudio. Esto lo exige la creación de hábitos en el uso de agendas escolares y en una forma metódica de organizarse y aprovechar los tiempos de estudios o de descanso. ¿Cómo repasar o enseñarles a gestionar el tiempo y, al mismo tiempo, a aprender mejor repasando con ellos el buen uso de las técnicas de estudio.

Las técnicas de estudio tradicionales favorecen la organización de la información, la comprensión de lo que leen, el procesamiento y la memorización y la fijación de los contenidos.

La forma de estudiar ha cambiado o está cambiando. A los estudiantes de les pide que hagan cosas como buscar información en internet, poner en práctica lo aprendido, trabajar de manera colaborativa...

Por otra parte se introducen nuevas tecnologías en las escuelas que implican el acceso a la información de otra forma.

Buscar de forma adecuada en internet, no perder tiempo con elementos distractores, filtrar bien la información, elaborar mapas conceptuales son competencias que van a tener que desarrollar los estudiantes.

Aunque frecuentemente se le deja al estudiante y a su red personal de soporte, se está incrementando la enseñanza de las técnicas de estudio a nivel de la enseñanza media y universitaria. Existe disponible un gran número de libros y sitios web, que abarcan desde trabajos acerca de técnicas específicas, tales como los libros de Tony Buzan acerca de mapas mentales, hasta guías generales para un estudio exitoso.

Las técnicas de estudio son técnicas discretas que pueden ser aprendidas, generalmente en un período corto, y ser aplicadas a todos o casi todos los campos de estudio. En consecuencia debe distinguírseles de las que son específicas para un campo particular de estudio, por ejemplo la música o la tecnología, y de habilidades inherentes al estudiante, tales como aspectos de inteligencia y

estilo de aprendizaje.

Test para comprobar si tu hijo es un buen estudiante

<http://test-estudiantes.euroresidentes.es/como-estudiar.html>

“No puedo ir a entrenar, mañana tengo examen”

Un estudiante organizado no debiera faltar a un entrenamiento de cualquier tipo y nivel “porque tiene que hacer las tareas” o “porque mañana tengo prueba”, salvo en ocasiones muy puntuales. Puede parecer una contradicción, pero no lo es, si los estudios son lo más importante hay que hacerlo ver desde bien pronto con hechos y no sólo de palabra. El que un chiquillo falte a los entrenamientos repetidamente “porque tiene que estudiar” ya muestra un problema, y grande. Hay una falta clara de organización en el horario semanal. En edades tempranas pasa desapercibido porque la exigencia académica y deportiva es menor pero le hará mucho bien que a principio de curso se establezca un horario claro con tiempos de ocio, estudio, actividades extraescolares,...

La gestión del tiempo es esencial

Es tan sencillo como preguntarnos: Si un joven no puede ir a entrenar porque al día siguiente tiene examen, y esto pasa continuamente a lo largo de las temporadas ¿Qué está fallando ahí?: ¿El tiempo del entrenamiento? o ¿la

2. ¿Te cuesta ponerte a estudiar?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3. ¿Terminas tus deberes y trabajos en el tiempo que te has propuesto?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4. ¿Encuentras aburrido el estudio y las clases?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5. ¿Sueles participar e intervenir frecuentemente en clase, o al menos con más frecuencia que la media?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6. ¿Intentas situarte en los primeros puestos o fila de la clase?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7. ¿Le planteas tus dudas frecuentemente a tu profesor?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8. ¿Guardas juntos los apuntes y materiales de cada asignatura?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9. ¿Sigues activamente las clases, con las guías, tomando apuntes y notas de todas o casi todas las asignaturas?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10. ¿Pasas a limpio, haces resúmenes y esquemas de las asignaturas?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
11. ¿Tienes dificultad en expresarte por escrito?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
12. Si el profesor hiciera un examen imprevisto ¿lo aprobarías?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
13. ¿Dejas el estudio para las últimas horas de la noche?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
14. ¿Dejas la mayor parte del repaso y estudio para los últimos días antes del examen?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
15. ¿Escatimas el sueño viendo TV y te levantas por las mañanas cansado?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
16. ¿Tienes unas horas determinadas para la distracción?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
17. ¿Tienes un lugar limpio y ordenado para estudiar que te permita concentrarte sin distracciones e interrupciones?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
18. ¿Desayunas todos los días abundantemente antes de ir a las clases?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Concretamente, les propongo que piensen cómo están sus hijos en las distintas microcompetencias de la autonomía emocional.

Los padres somos los primeros maestros emocionales. ¿Como estamos nosotros?

Las relaciones entre los miembros de la familia, ¿Ayudan al desarrollo de la autonomía emocional?

¿Hablamos de lo que sentimos?

¿Como es la actitud ante las adversidades?

Una mamá: *“Con mis hijos, intento hablar de las emociones de forma natural, y que ellos también lo hagan. Con mis padres y hermanos nunca hablamos de nuestras emociones con naturalidad. No hablamos de lo que sentimos y me doy cuenta de que es algo que siempre he echado de menos. Por eso, intento trabajarlo con mis hijos, aunque me cuesta un gran esfuerzo. A esto, añadimos que mi marido no solo no habla de sus emociones sino que tiende a negarlas...”*

Respecto a la actitud ante la adversidad, soy muy perseverante, y es lo que trato de inculcar a mis hijos. A base de palos aprendí que SIEMPRE de cualquier situación, por desagradable y dolorosa que sea HAY ALGO POSITIVO, aferrarse a eso y tirar de la cuerda es lo que trato de transmitir a mis hijos. A veces me cuesta encontrar el lado positivo de las cosas, pero creo que con actitud positiva y esfuerzo se pueden conseguir muchas cosas.

Jesús dice:

Yo he venido para que tengan vida y para que la tengan en abundancia”.



Uno de los principales logros que el adolescente tiene que alcanzar al final del proceso de desarrollo es el de **desvincularse** de sus padres y aprender a ser una persona **autónoma**. Pero este proceso no se lleva a cabo de un día para otro sino que pasa por distintas fases. Algunos autores hablan de tres momentos:

- La autonomía actitudinal o cognitiva, referida a la concepción del propio yo como algo único y diferenciado.
- La autonomía funcional o conductual, como capacidad para tomar decisiones y manejar los asuntos propios sin la ayuda de los padres.
- La autonomía emocional, referida a la desvinculación emocional y la liberación de la necesidad de apoyo emocional de los padres.

Hoy, nos centramos en la autonomía emocional como objetivo a perseguir, supone un punto de equilibrio entre la desvinculación afectiva de los padres y la vinculación excesiva con ellos. Cuando un adolescente llega a este punto se transforma a sí mismo como autoridad de referencia, como paso fundamental para interiorizar su identidad como individuo independiente.

¿En qué se nota que sus hijos están logrando mayores niveles de autonomía emocional? Se puede observar en la autoestima, en la capacidad de automotivación, en la percepción que tiene de ser eficaz emocionalmente, en la responsabilidad, en una actitud positiva ante la vida, en la capacidad de análisis crítico de normas sociales y en el control que demuestra en situaciones complicadas o difíciles.

Autoestima.- Esta característica de la Autonomía Emocional se refiere a tener una imagen positiva de sí mismo; estar satisfecho de sí mismo; mantener buenas relaciones consigo mismo.

Automotivación.- Es la capacidad de automotivarse e implicarse emocionalmente en actividades diversas de la vida personal, social, profesional, de tiempo libre, etc. Motivación y emoción van de la mano. Automotivarse es esencial para dar un sentido a la vida.

Autoeficacia emocional.- Esta otra característica de la Autonomía Emocional se refiere a la percepción de que *se es capaz* (eficaz) en las relaciones sociales y personales gracias a las competencias emocionales. El individuo se percibe a sí mismo con capacidad para sentirse como desea; para generarse las emociones que necesita. La autoeficacia emocional significa que se acepta la propia experiencia emocional, tanto si es única y excéntrica como si es culturalmente convencional, y esta aceptación está de acuerdo con las creencias del individuo sobre lo que constituye un balance emocional deseable. En caso contrario, el individuo está en condiciones de regular y cambiar las propias emociones para hacerlas más efectivas en un contexto determinado. Se vive de acuerdo con la

propia “teoría personal sobre las emociones” cuando se demuestra autoeficacia emocional, que está en consonancia con los propios valores morales.

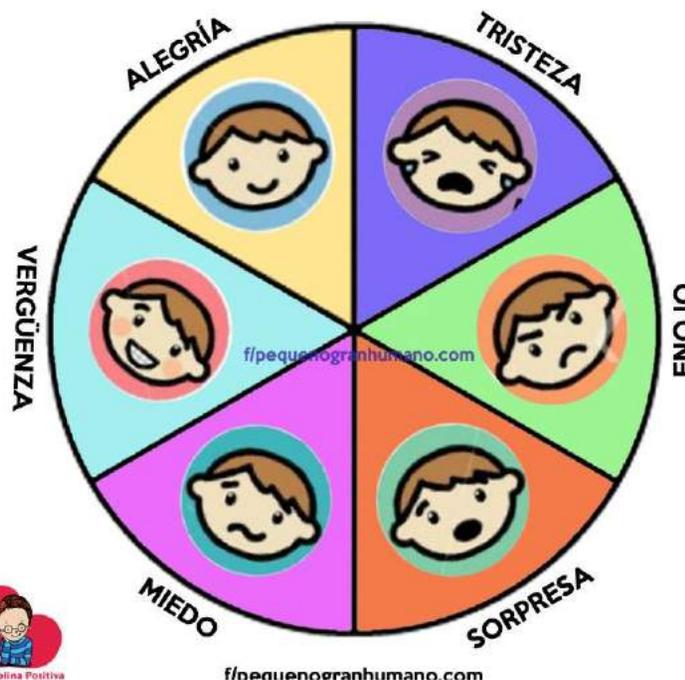
Responsabilidad.- Se refiere a la capacidad para responder de los propios actos. Es la intención de implicarse en comportamientos seguros, saludables y éticos. Asumir la responsabilidad en la toma de decisiones. Ante la decisión de ¿qué actitudes (positivas o negativas) voy a adoptar ante la vida?, en virtud de la autonomía y libertad, decidir con responsabilidad, sabiendo que en general lo más efectivo es adoptar una actitud positiva.

Actitud positiva.- Es la capacidad para decidir que voy a adoptar una actitud positiva ante la vida. A pesar de que siempre van a sobrar motivos para que la actitud sea negativa. Saber que en situaciones extremas, lo heroico es adoptar una actitud positiva; aunque cueste. Siempre que sea posible manifestar optimismo y mantener actitudes de amabilidad y respeto a los demás. Por extensión, la actitud positiva repercute en la intención de ser bueno, justo, caritativo y compasivo.

Análisis crítico de normas sociales.- Esta nueva característica de la Autonomía Emocional es la capacidad para evaluar críticamente los mensajes sociales, culturales y de las redes sociales, relativos a normas sociales y comportamientos personales. El espíritu crítico lo lleva a no adoptar los comportamientos de una sociedad irreflexiva y sin capacidad de crítica. La autonomía debe ayudar a avanzar hacia una sociedad más consciente, libre, autónoma y responsable.

Resiliencia.- Es la capacidad que tiene una persona para enfrentarse con éxito a unas condiciones de vida sumamente adversas (pobreza, guerras, orfandad, etc.).

RUEDA DE EMOCIONES



Trabajo en casa

Lectura y análisis lo escrito en el presente folleto, observación de nuestros hijos, y reflexiones sobre ambos aspectos de la teoría y la práctica.



PROYECTO 2016 -2018

FORMANDO PERSONAS AUTÓNOMAS Y RESPONSABLES:

“BUENOS CRISTIANOS Y HONESTOS CIUDADANOS”

PARTE A

“TEMAS MENSUALES

REUNION APODERADOS 2018”

Concepción, Marzo 2018.

Elaborado: Padre Luis Flores

Yenny Molina C.

TEMAS BÁSICA 2018

-  **Abril:** Relación Familia-Escuela.
-  **Mayo:** Evolución del Ocio entre los 10 y los 14 años
-  **Junio:** Prever las consecuencias de nuestros actos
-  **Agosto:** Buena comunicación y resolución de problemas
-  **Septiembre:** Fomentar la comprensión padres-hijos
-  **Octubre:** Recursos de escucha activa con adolescentes
-  **Noviembre:** Su mejor amigo

Fechas jornadas por niveles 2018

Quintos EB	1 septiembre	“Usando amor y límites”
Sextos EB	14 abril	“Estableciendo reglas para el hogar”
Séptimos EB	2 junio	“Animando una buena conducta”
Octavos EB	16 junio	“Protegiendo contra el abuso de sustancias”
Primeros EM	8 septiembre	“Poniéndonos en el lugar del otro”
Segundos EM	11 agosto	“Consiguiendo un mayor acercamiento y conexión emocional”
Terceros EM	20 octubre	“El pololeo. Una experiencia para crecer”

Cada padre o madre tendrá una relación diferente con el colegio de su hijo. Esta relación consiste sólo en el contacto directo con el colegio, sino que también incluye relaciones con otros padres, los amigos y profesores de su hijo. La relación entre padres y colegio puede cambiar a medida que su hijo crece, o cuando las cosas cambian en el trabajo o en el hogar.

Del documento de Aparecida de la Iglesia Católica

“La familia es insustituible para la serenidad personal y para la educación de los hijos. Las madres que quieren dedicarse plenamente a la educación de sus hijos y al servicio de la familia han de gozar de las condiciones necesarias para poderlo hacer, y para ello tienen derecho a contar con el apoyo del Estado. En efecto, el papel de la madre es fundamental para el futuro de la sociedad.

El padre, por su parte, tiene el deber de ser verdaderamente *padre*, que ejerce su indispensable responsabilidad y colaboración en la educación de sus hijos. Los hijos, para su crecimiento integral, tienen el derecho de poder contar con el padre y la madre, para que cuiden de ellos y los acompañen hacia la plenitud de su vida (número 5).

2018: una oportunidad para crecer en la relación

5.º EB a 4.ºEM /abril



Seguramente todos los padres quieren que sus hijas e hijos progresen en el colegio: “que se saque buenas notas” (aprendizaje), “que participe en las actividades de libre elección”, “que encuentre buenos amigos en el colegio” (educación).

Tener buenas relaciones con el colegio de la hija o del hijo es una de las mejores maneras de **apoyar** su aprendizaje y educación. Eso le ayudará a lograr lo mejor de la experiencia escolar.

El contacto directo y regular con los profesores de la niña/o y con el colegio es el mejor fundamento para una relación sólida. Esto puede incluir conversaciones informales con los profesores y otros padres en la escuela, ayudar con las actividades escolares, ir a entrevistas con padres y profesores, participar en las **“jornadas por niveles de curso”** e involucrarse con el Centro de Padres u otras actividades pastorales a las cuales son invitados.

Beneficios de una fuerte relación padre-escuela

Como padre, usted conoce a su hijo mejor que cualquier otra persona. Los profesores de su hijo también lo querrán conocer. Cuando tienes una **relación sólida y respetuosa** con la escuela y los profesores de tu hijo, estás en una buena posición para brindarles la información que necesitan para ayudar a que su hijo obtenga el máximo rendimiento de su educación.

Cuando todos trabajen juntos en el mejor interés de su hijo, es probable que él obtenga beneficios académicos y sociales, como:

- ⇒ asistencia regular al colegio
- ⇒ logros y progreso en el colegio
- ⇒ tener una actitud positiva hacia el colegio
- ⇒ terminar bien todo el ciclo escolar
- ⇒ pasar a alguna forma de educación superior cuando termine el colegio.

Cómo construir una fuerte relación padre-escuela

Se puede construir una relación entre padres y colegio de varias maneras:

- ⇒ Hable informalmente con los profesores en el horario de llegada y salida de la escuela.
- ⇒ Acuda a las entrevistas de padres y profesores.
- ⇒ Participe en las jornadas por niveles de curso (ver calendario al final).
- ⇒ Responda cuando se le solicite ayuda para alguna actividad extra.
- ⇒ Ofrézcase para acompañar al curso cuando salen fuera del colegio
- ⇒ Cuando sea invitado a participar en alguna actividad pastoral de libre elección, hágalo.
- ⇒ Participe en otros eventos que programe el colegio.
- ⇒ Asista a las reuniones de apoderados o del centro de padres.

Establecer una relación con el colegio de su hijo es un proceso con **doble**

vía. Por ejemplo, puede pedirle a la escuela y a los profesores cualquier información o comentario que necesite. Pero también puede mantenerse al día con lo que está sucediendo en el colegio al leer las notas escolares (libreta) o correos electrónicos, consultar el sitio web del colegio -<http://salesianoconcepcion.cl>- y mirar la parte de anuncios del colegio.

No todos los padres pueden involucrarse en la escuela tanto como quisieran, pero aún así puede hacerle saber a su hijo que el colegio es importante para su familia. Hablar de la escuela con su hijo, ser cálido y amistoso en los eventos escolares, y ser positivo acerca del colegio y su personal envía el mensaje de que usted valora la educación y está interesado en lo que está sucediendo para su hijo en la escuela.

Programación anual de jornadas por niveles

Cada curso, según nivel, participa en una jornada que complementa los temas mensuales que se tratan en el **momento pastoral** de las reuniones de apoderados. Forman parte del proyecto 2016-2018. “Formando personas autónomas y responsables: buenos cristianos y honestos ciudadanos”. Son de carácter “obligatorio” para aquellos padres que optan por tener una relación sólida y respetuosa con sus hijos y con el colegio (ver fechas al otro lado).



Para reflexionar y compartir

Sugerir otras ideas que permitan una mejor relación con el colegio y sus profesores.

Aquellos padres que ya han participado en las jornadas por niveles:
¿Qué recomendación le harían a los que nunca han participado?

¿Cómo nos podríamos organizar como curso para que ningún papá/mamá se queden sin participar? (Se valora la participación del papá y la mamá cuando lo desean)



PAUTA ORACIÓN MES DE ABRIL 2018 (EB y EM)

2018: una oportunidad para una buena relación padre-colegio

La relación padres-escuela; padres-profesores, es fundamental para el desarrollo de nuestros hijos que tanto nos importan. De hecho, tener buenas relaciones con el colegio del hijo es una de las mejores maneras de **apoyar** su aprendizaje y educación.

Pongamos en manos de la Sagrada Familia, en manos de Jesús, María y José este momento de formación. Pidámosles que como ellos, sepamos acercarnos a nuestro colegio y profesores con el propósito de establecer entre nosotros una relación sólida y cálida. Sobre todo, favoreciéndoles el conocimiento de nuestro hijo para que pueda ser convenientemente ayudado por sus profesores.

Jesús, María y José en ustedes contemplamos
el esplendor del verdadero amor,
y a ustedes, confiados, nos dirigimos
con la oración que el mismo Cristo nos enseñó.

Padre nuestro...

En el nombre del Padre, del Hijo y del Espíritu Santo. Amén.

Nuestro primer tema se titula: **2018: una oportunidad para una buena relación padre-colegio**

- a) El tema de hoy “2018: una oportunidad para una buena relación padre-escuela” parte de la base de que toda madre, todo padre, desea que su hijo progrese.
- b) De ahí la importancia, al iniciar el año, de tener bien claro cuáles son los beneficios de una buena relación padres-colegio. Si nos conectamos bien con nuestros profesores les podremos ofrecer información de primera mano que tanto necesitan para ayudar a nuestros hijos a que obtengan el máximo de rendimiento en su educación.
- c) Para reforzar esta idea pregunto: recordando la relación familia-escuela que tuvimos el año pasado (también si somos nuevos en el colegio) , **¿Qué elementos positivos recordamos de esa relación padres-profesores?** *(dejar pausa para que contesten)*
- d) Otra pregunta: **¿Qué iniciativas tomamos para acercarnos más a la escuela?**
- e) ¿Alguien puede enumerar los **“beneficios de una fuerte relación padre-escuela?** (en segunda página) –dejar que se lean los cinco puntos- y preguntar: **¿qué otro beneficio se podría agregar?**

- f) A continuación invitar a que con la compañera o el compañero de asiento lean y comenten el título: **Cómo construir una fuerte relación padre-escuela.**
- g) Dejar unos 5 minutos.
- h) A continuación vamos a comentar la programación de la “jornada anual para padres por niveles”.
- i) Leer título “Programación anual de jornadas por niveles”.
- j) Antes de pasar a las preguntas de “Para reflexionar y compartir”. Preguntar: **¿Qué recomendación le harían a los que nunca han participado?** (Nota: preparar con uno o dos apoderados la siguiente pregunta que usted hará a todos los del curso)
- k) Luego, responder entre todos a las 3 preguntas (escuchar a una o dos personas y avanzar a la pregunta siguiente).
- l) **¿Se fijaron cuándo le corresponde la jornada a nuestro nivel?** Es muy importante que desde ya se reserven el tiempo para participar. Si es posible los dos miembros de la pareja. Participan solo los padres porque en ellas se les da herramientas para que puedan guiar a sus hijos.
- m) Gracias por haber participado en nuestro primer tema de formación. Por favor, guarden el impreso o díptico que se les entregó para releerlo por completo y, reflexionar lo que corresponda con el hijo.
- n) Sabemos que no resulta fácil encontrar el tiempo para ello, pero insisto, es muy importante que lo releen y trabajen en casa hasta que dominen bien el tema ustedes.
- o) Oración final: poner en las manos de María, nuestro Auxilio, la misión que tenemos como padres. Dios te salve, María...

ya afloran nuestros propios miedos... si no los abordamos, de alguna manera, frenaremos el desarrollo de nuestros hijos.

Material extra

Adolescencia: aprender a divertirse <http://bit.ly/2p95ImB>

EL TIEMPO LIBRE EN DON BOSCO.

*Juan Bosco, santo educador del siglo XIX y fundador de los salesianos intuyó y palpó en sus muchachos la problemática del ocio. Educó para el tiempo pleno y se nos revela como pionero de un **tiempo libre educativo** a través de un amplio campo de realizaciones.*

Con su estilo familiar y sencillo, en las actividades de tiempo libre potencia la pedagogía del ambiente dándole una tonalidad de espontánea confianza y amistad que facilita el diálogo.

En Don Bosco nunca se da el tiempo libre pasivo utilitario o evasivo. Es un tiempo libre educativo donde el muchacho encuentra un ámbito propicio para hacer opciones libres y responsables a través del juego y la rumorosa vida de patio, en la música y teatro, en las esperadas excursiones, en los grupos y en la fiesta. En el tiempo libre Don Bosco cultiva valores humanos y trascendentes y se orienta hacia finalidades ético-religiosas, culturales, creativas, estéticas y sociales. Todo ello encaminado hacia la formación integral del muchachos. "Buenos cristianos y honrados ciudadanos".



Evolución del ocio entre los 10 y los 14 años

Enseñanza Básica / mayo



Introducción

Entendemos por ocio o tiempo libre el que queda aparte de nuestras obligaciones diarias. En el caso de los y las adolescentes, sus obligaciones diarias son las académicas o escolares y la colaboración en tareas domésticas o familiares. La participación en actividades deportivas o de otro tipo (danza, música, teatro, taller de fotografía, etc.) no obligatorias, se consideran actividades de ocio y ocupación del tiempo libre.

Es común que a estas edades nuestros hijos empiecen a modificar sus gustos en el tiempo de ocio o tiempo libre. Hace unos años lo único que necesitaban para pasarlo bien era una tarde de juegos y un paseo en bici en familia. Ahora pueden empezar a querer juntarse con sus amigos, invitarles a la casa o incluso pasar ratos solos en su pieza.

El ocio tiene un valor educativo indiscutible, **des-educa o educa**, pero no deja lugar a la indiferencia para nuestros chiquillos. Por eso, en el paso de la niñez a la adolescencia, tiene un papel clave puesto que cambian los hábitos de nuestros hijos. Además, entra en juego un factor que es la curiosidad y la búsqueda de sensaciones que empieza a aparecer en estos momentos y que les puede incitar a iniciarse en algunas conductas que pueden llegar a ser potencialmente peligrosas.

Vamos a observar qué actividades de Ocio son las favoritas de nuestros hijos y cómo han evolucionado en los últimos tiempos. También vamos a revisar nuestro papel como parte de su ocio o como gestores de esos nuevos tipos de actividades dejándoles más o menos espacios de libertad y autonomía.

Para reflexionar en la reunión de apoderados

- 1 ¿Cuánto tiempo libre tiene su hijo/a durante un día laborable?
- 2 ¿Qué actividades de ocio suele realizar en su tiempo libre durante la semana (sin incluir en fin de semana)?
- 3 ¿Cuánto tiempo libre tiene su hijo/a en un día del fin de semana?
- 4 ¿Qué actividades de ocio suele realizar en su tiempo libre durante el fin de semana?



Trabajo en la casa

Durante la adolescencia, la vida familiar pasa a un segundo plano. Por ello, es muy importante que padres y madres compartan, desde la infancia, con sus hijos e hijas el tiempo de ocio.

Pregunta 1. ¿Qué ha cambiado en el ocio de sus hijos?

¿Cómo ha evolucionado el tiempo de ocio de sus hijos? ¿Qué actividades le gustaban que ahora ha dejado de lado? ¿Crees que tiene alguna actividad de Ocio que no sea adecuada a su edad?

Respuesta de un padre: “Lo más llamativo es que Marcos ya no juega tanto con el Lego o su bici. Ahora utiliza más sus juegos electrónicos, eso sí bajo nuestra supervisión, lee más y se dedica a tocar el trombón. También noto que está desarrollando una cierta competitividad en otras actividades como basquetbol o en el fútbol. Antes le daba igual en que puesto se quedaba. Poco a poco deja de ser ese niño pequeño. Me alegro mucho ver esa evolución en él”.



Pregunta 2. Ayudándoles en la transición hacia el cambio

A veces, nuestra propia presencia, aunque no sea central, permite ir adaptando estas nuevas formas de ocio. Por ejemplo, las invitaciones de amigos a la casa o acompañarles a un centro comercial para que se encuentre allí con sus amigos mientras hacemos compras, pueden ser dos actividades que nos permitan juntar control parental y mayor independencia en su hijo/a. ¿Han practicado alguna de estas estrategias? ¿se encuentran con algunas dificultades a la hora de abordar un tipo de ocio más autónomo en sus hijos?

Comentario de un padre:

Hace unos años, un compañero de trabajo bastante mayor que yo, me dijo que intentara conocer bien a los amigos de mis hijos, que de esa forma, entendería muchas cosas sobre cómo se comportaban, qué les preocupaba incluso de sus miedos. Que si podía les invitara a mi casa en vez de mandarlos a las de los demás. La verdad es que se me quedó grabado y lo he llevado a cabo muchísimas veces. Nunca les pongo dificultades a que traigan amigos a la casa si es posible. Y reconozco que he descubierto facetas de mis hijos que no conocía y me han gustado y también formas de actuar que les hemos tenido que corregir por no ser muy adecuadas. Y a ellos les gusta traer gente a la casa, así que todos contentos.

Otro padre: “Estoy de acuerdo, en que ellos perciban que se les da más autonomía ayuda a que asuman más responsabilidad ya que serán ellos los que tendrán que enfrentarse a las situaciones por sí mismos. Además perciben también que tenemos más confianza en ellos y esto les hace sentirse más capaces y valiosos.

Creo que la cuestión central sería hacer que esta transición a mayor autonomía en el uso del tiempo libre fuera lo más adaptativa posible y que en ella adquirieran la responsabilidad suficiente para ir enfrentándose a las distintas situaciones que les pueden ir surgiendo en sus contextos de ocio. Entiendo que a veces no es fácil dejarles el espacio adecuado para que lo hagan

PAUTA ORACIÓN MES DE MAYO ENSEÑANZA BÁSICA

Evolución del ocio entre los 10 y los 14 años

El ocio y el tiempo libre de los adolescentes es un tiempo precioso que si se aprovecha bien para que nuestros hijos aprendan a hacer opciones libres y responsables a través del juego, el compartir con los amigos y la fiesta.

Al iniciar nuestra oración queremos destacar que el **ejemplo** que damos los padres a los hijos en el aprovechamiento del tiempo libre es la fuerza educativa más potente a nuestro alcance. Las palabras sirven de poco si no van acompañadas de un ejemplo potente.

Pongamos en manos de la Sagrada Familia, en manos de Jesús, María y José este momento de formación. Pidámosles que como ellos, sepamos pasarnos momentos con nuestros hijos, al mismo tiempo que valoramos la necesidad que tienen de juntarse con sus amigos aunque sea para pasar un rato solos en su pieza.

Jesús, María y José en ustedes contemplamos
el esplendor del verdadero amor,
y a ustedes, confiados, nos dirigimos
con la oración que el mismo Cristo nos enseñó.

Padre nuestro...

En el nombre del Padre, del Hijo y del Espíritu Santo. Amén.

El tema de hoy se titula: **Evolución del ocio entre los 10 y los 14 años**

- a) El tema de hoy se centra en dos actividades para la casa: ¿Qué ha cambiado en el ocio de nuestros hijos? y ¿Cómo les podemos ayudar en la transición hacia el cambio?
- b) Es importante y educativo tanto el tiempo de estudio y de talleres como el tiempo libre o de ocio. Por ello el ocio puede **educar** o **des-educar**. Se trata de un elemento clave que nosotros como padres tenemos que saber acompañar.
- c) Con la compañera o el compañero de asiento comentamos las preguntas de la sección **“Para reflexionar en la reunión de apoderados”**.
- d) Se dejan unos 5 minutos y, luego, la delegada o el delegado de pastoral pide que vayan a la sección **“Tarea para la casa”**.
- e) La pregunta 1 tiene que ver con descubrir lo que ha cambiado en el ocio de sus hijos.

- f) Antes de leer pedir a algunos papás o mamás que señalen **¿Qué cambios han advertido en sus hijos en este último tiempo en el tema de uso del tiempo libre (ocio)?**
- g) En el segundo paso, preguntarles **¿Qué sienten al darse cuenta de esos cambios?**
- h) Luego, leer (siempre de la pregunta 1) la respuesta de un padre: *“Lo más llamativo...”*
- i) Ahora vamos a pasar a la pregunta 2. **Ayudándoles en la transición hacia el cambio de intereses en el uso del tiempo libre.**
- j) Decirles: los hijos al crecer buscan un tipo de ocio más autónomo. Con menos control parental. **¿Cómo los estamos guiando en ese cambio o transición?**
- k) Si alguno de los papás responde a la pregunta, mejor. Luego, leer “comentario de un padre”. Y preguntar: **¿Nos ha pasado algo parecido a nosotros?**
- l) Señalar que en la última parte se recomienda un material extra. Ojalá lo puedan consultar. Se llama “Adolescencia: aprender a divertirse”. Ahí está el link. Se recomienda verlo y comentarlo con el hijo.
- m) Gracias por haber participado en nuestro segundo tema de formación. Por favor, guarden el impreso o díptico que se les entregó para releerlo por completo y, reflexionar lo que corresponda con el hijo.
- n) Sabemos que no resulta fácil encontrar el tiempo para ello, pero insisto, es muy importante que lo releen y trabajen en casa hasta que dominen bien el tema ustedes y también su hijo.
- o) (Si hay tiempo todavía) Terminar señalando que si en los colegios salesianos siempre hay mucha bulla fuera de las horas de clases es porque Don Bosco, el santo fundador de los salesianos, captó muy bien el valor educativo del tiempo libre. Recomendar la lectura del párrafo escogido.
- p) Oración final: poner en las manos de María, nuestro Auxilio, la misión que tenemos como padres. Dios te salve, María...

les ayuda?, ¿cómo podemos fomentar en ellos que sean más conscientes?

Comentario de un papá:

“Nuestro hijo también estaba habituado a sacar muy buenas notas. Sin embargo, como quince días antes de recibir las notas, vino un día del colegio bastante cabizbajo...la profesora jefe les había dicho que los que no habían tenido un buen comportamiento en clase, verían sus notas empeoradas. Les había avisado un montón de veces pero no le habían hecho caso, y ahora iba a haber consecuencias.

Nos dijo que él no había sido consciente de lo importante que era el comportamiento y que sabía que las notas iban a bajar. Pero que le había servido para darse cuenta que no quería sacar malas notas por esa razón y que iba a portarse super bien a partir de ese momento. No iba a hablar para no molestar, iba a respetar el turno y no contestar antes de tiempo, y estar atento todo el tiempo.

Nosotros le dijimos que no le íbamos a retar, que si él mismo se había dado cuenta y le servía para cambiar de actitud, a nosotros nos bastaba.

Las notas llegaron y efectivamente fueron en torno al cinco o algo más. En la reunión con la profesora jefe, nos felicitó por Manuel. Habían pasado quince días y su comportamiento era ejemplar, lo habían comentado todos los profesores y si hubiese estado así todo el semestre sus notas serían seis y siete. Según la profesora, le había tocado el amor propio y le había servido para cambiar. Yo, creo que ha sido la primera vez que lo he visto reflexivo, buscando soluciones y consciente de que las acciones tienen consecuencias, positivas o negativas”.

Material complementario

<http://bit.ly/2IxxuwX>



Prever las consecuencias de nuestros actos

Enseñanza Básica/ Junio



Figura 1.



Introducción

La voluntad inteligente, libre y recta de nuestros hijos se forja, poco a poco, en un proceso de tanteo, ensayo, acierto y error, en el que la capacidad de prever las consecuencias y aprender de ellas será una fortaleza fundamental para lograr su maduración. A continuación analizaremos un caso como ejemplo.

Si queremos que nuestros hijos crezcan en autonomía responsable, deben aprender a tomar las decisiones adecuadas dentro de su proceso de maduración. El aprendizaje de la responsabilidad es un proceso que se desarrolla a largo plazo, y en ese proceso los adolescentes deben aprender el concepto de **CAUSA y EFECTO** en su vida diaria, comprendiendo de qué manera se producen las cadenas de acontecimientos, el papel de cada actor y las diferentes reacciones de

cada uno:

Veamos un caso para el debate, LAS NOTAS DE VERÓNICA:

Verónica se sentó con sus padres y se puso a leerles las notas, que en general eran buenas.

-Bien Verónica estamos muy contentos, las notas son buenas.

-Sí, pero me da rabia porque podía haber sacado mejores notas. Es que este año tenemos muchos más temas que el año pasado para cada examen, y claro, hasta que he tenido que estudiar para los exámenes no me he dado cuenta.

-Bueno, Verónica ya te irás organizando poco a poco.

-Sí, ya he pensado lo que voy a hacer.

-¿Ah sí? Preguntaron un poco sorprendidos los padres.

-Sí; es que yo antes solía hacer las tareas cada día pero no empezaba a estudiar para las pruebas hasta una semana antes. Ahora he pensado que además de hacer las tareas de cada día, todos los días voy a planificar para estudiar un poco de lo que vamos pasando en cada asignatura, y así cuando llegue la prueba coeficiente dos no me costará tanto.

-Bueno, hija, eso está muy bien, pero ¿ya eres consciente de que vas que a tener que dedicarle más tiempo y exigencia diaria, verdad?

-Claro, pero lo prefiero porque esta vez me di un atracón la última semana y, sin embargo, no me salieron demasiado bien las pruebas, porque era mucho y no me entraba todo en la cabeza; es que a mí me gusta sacar buenas notas.

-Hija, nos parece genial. Es un gusto oírte. Estamos seguros de que lo vas a conseguir.

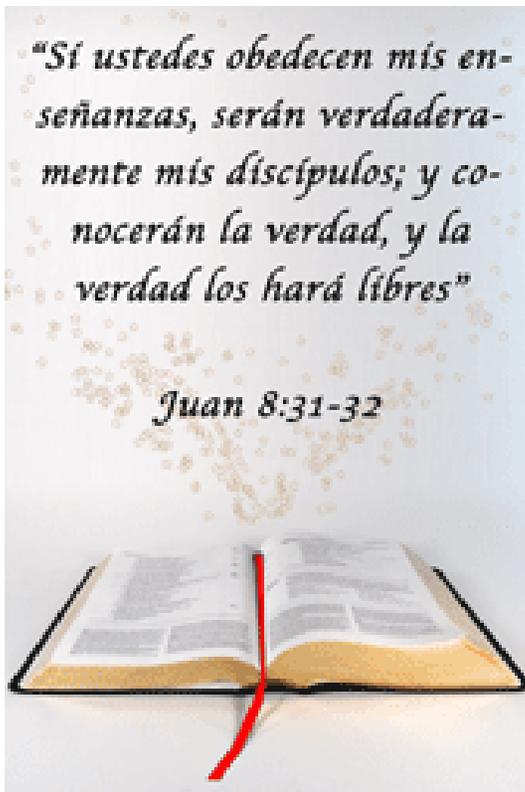
Trabajo en reunión de apoderados

Se lee el caso y se responde: ¿hubo aprendizaje de las consecuencias en el caso de Verónica? ¿Le sirvió ese aprendizaje o no, para la construcción de la voluntad?



Tarea para la casa

Después de releer el caso de Verónica y ver las conclusiones a las que ha llegado, ¿cuál es el proceso que siguió Verónica?, ¿qué le pasó para que ella cambie su forma de estudio?, ¿a qué piensan que se debe el cambio de conducta?



Comentarios de una mamá:

"En el caso de Verónica, después de haber trabajado un trimestre como siempre lo había hecho, se da cuenta, mediante las consecuencias o el efecto, que las notas no son igual de buenas que en años anteriores. La conclusión a la que llega es que debe cambiar la forma de estudiar, dedicando cada día un tiempo y no dejando el estudio para antes de la prueba. El cambio en la conducta se debe a que asume su responsabilidad y se da cuenta que ella es el actor principal. También Verónica tiene una actitud de no conformarse y no creo que siempre se dé esta actitud en nuestros hijos. Por otro lado, sus papás parece que se han mantenido al margen y han confiado en que ella. Eso es lo que yo veo difícil, mantenerse al margen, sobre todo si ves que los resultados no están siendo buenos. Pero si se interviene continuamente, es verdad que no terminan de aprender los efectos o consecuencias de sus actos. Mi pregunta sería, hasta que punto o hasta que momento hay que dejarles este margen y cuando habría que intervenir.

Me ha gustado mucho la frase "el aprendizaje de la responsabilidad es a largo plazo". Es importante no perder esto de vista".

ta".

Analizando ahora nuestro caso personal

Ahora vamos a trabajar en el caso personal de cada uno, me gustaría que reflexionaran si su hijo ha desarrollado esta capacidad de prever las consecuencias de sus actos y si las tiene en cuenta antes de actuar. Algún ejemplo que recuerden. ¿En qué medida creen que anticipar las consecuencias de sus actos

PAUTA ORACIÓN MES DE JUNIO ENSEÑANZA BÁSICA

Prever las consecuencias de nuestros actos

La voluntad inteligente, libre y recta de nuestros hijos, se forja en un largo proceso de ensayo y errores, en el que la capacidad de prever las consecuencias y aprender de ellas será una fortaleza fundamental para que lleguen a ser “buenos cristianos y honestos ciudadanos”.

Este será el motivo de nuestra oración en esta tarde. Pedirle a Dios para que nosotros y nuestros hijos sean capaces de ver con anterioridad –prever- las consecuencias de nuestros actos. Pedimos para que nuestros hijos aprendan a tomar las decisiones adecuadas con responsabilidad.

Al iniciar nuestra oración queremos destacar que el **ejemplo** que damos los padres a los hijos en este tema tan importante. Pongamos en manos de la Sagrada Familia, en manos de Jesús, María y José este momento de formación. Pidámosles que como ellos, sepamos prever también nosotros adultos, las consecuencias de nuestros actos.

Jesús, María y José en ustedes contemplamos
el esplendor del verdadero amor,
y a ustedes, confiados, nos dirigimos
con la oración que el mismo Cristo nos enseñó.

Padre nuestro...

En el nombre del Padre, del Hijo y del Espíritu Santo. Amén.

El tema de hoy se titula: **Prever las consecuencias de nuestros actos**

- a) La actividad central de hoy consiste en leer un caso para luego, analizarlo entre todos.
- b) El caso tiene que ver con las notas que se saca Verónica. Es un caso positivo. Insisto en que se trata de un caso positivo. De hecho Verónica se saca buenas notas. Pero no está contenta con ello.
- c) Se lee el caso.
- d) Preguntar a los apoderados: **¿Creen ustedes que hubo aprendizaje de las consecuencias en el caso de Verónica?**
- e) Dejar un tiempo para responder (*conviene ensayar con un par de apoderados antes*)

- f) Luego, avanzar con la segunda pregunta: **¿Le sirvió a Verónica ese aprendizaje o no, para la construcción de la voluntad?**
- g) A continuación vamos a comentar las conclusiones a las que llegó Verónica: ¿qué le pasó para que ella cambie su forma de estudio? ¿A qué se debe el cambio de conducta?
- h) Estas dos últimas preguntas no se responden. Si no que se dice: para responder a las preguntas vamos a leer los **“comentarios de una mamá”**.
- i) El ejemplo que hemos usado es positivo pero mejorable. Las conclusiones a las que llega la hija no se improvisan. Son el resultado de una educación constante en el tema de la responsabilidad y la conducta. Si alguna o alguno quiere profundizar, al final del folleto hay un link que en algunas láminas da ideas de cómo educar la conducta.
- j) Gracias por haber participado en nuestro tercer tema de formación. Por favor, guarden el impreso o díptico que se les entregó para releerlo por completo y, reflexionar lo que corresponda con el hijo.
- k) Sabemos que no resulta fácil encontrar el tiempo para ello, pero insisto, es muy importante que lo releen y trabajen en casa hasta que dominen bien el tema ustedes y también su hijo.
- l) Continúen, entonces, con el análisis de cuál es el caso personal de cada uno de ustedes y sus hijos. Les ayudará para evaluar si su hijo ha desarrollado esta capacidad de prever las consecuencias de sus actos.
- m) Oración final: poner en las manos de María, nuestro Auxilio, la misión que tenemos como padres. Dios te salve, María...



Trabajo en la casa

Silencios incomprensibles, sentimientos secretos

Como muchos habrán observado, el tipo de comunicación que hasta ahora manteníamos con nuestros hijos ha cambiado. Ahora parece haber más silencios y se mantienen más al margen. Puede ser que les noten más retraídos o que no muestren tanto interés en lo que les dicen.

Seguramente la comunicación se está complicando. Ya les habrán dicho "es que no me entienden" pero esta sensación suele ser frecuente entre los adolescentes.

El objetivo de esta **actividad** es que echemos un vistazo a la comunicación entre ustedes, si han notado algún cambio. dónde creen que está el problema, si se sienten limitados y no saben como abordarlo, si es conveniente que mantengan un espacio de intimidad y hasta dónde... Para ello, si pueden, le recomiendo vean junto con el hijo el siguiente video: <http://bit.ly/2GrbtU5>

El diálogo es una forma privilegiada e indispensable de vivir, expresar y madurar el amor en la vida matrimonial y familiar. Pero supone un largo y esforzado aprendizaje. Varones y mujeres, adultos y jóvenes, tienen maneras distintas de comunicarse, usan un lenguaje diferente, se mueven con otros códigos. El modo de preguntar, la forma de responder, el tono utilizado, el momento y muchos factores más, pueden condicionar la comunicación. Además, siempre es necesario desarrollar algunas actitudes que son expresión de amor y hacen posible el diálogo auténtico (Amoris Laetitia, 136)

Buena comunicación y Resolución de problemas

Enseñanza Básica / Agosto



Introducción

La buena comunicación favorece la convivencia en la casa y fomenta una buena estrategia de resolución de problemas. A través de un ejemplo de buena comunicación entre un padre y una hija veremos cómo establecer una comunicación eficaz nos permite ayudarles a resolver problemas que encuentran fuera de la casa.

Si aprendemos con ejemplos que la comunicación emocional y eficiente implica **saber escuchar** de forma activa, **sintonizar con el sentimiento** de la otra persona, **confiar en su capacidad** para expresarse y para hacerse cargo de sus emociones y decisiones... será mucho más fácil que adopte un papel **activo y responsable en la solución de problemas**. Ese es el milagro de la buena comunicación. Son destrezas que

implican tacto, que exigen cuidado y atención en los mensajes y en las actitudes por parte de los padres, pero son factibles de aprenderse. Veamos el caso que analizaremos como referencia para que nos ilustre.

UN CASO DE COMUNICACIÓN EMOCIONAL Y EFICIENTE

“El caso de Raquel, contado por su padre, Juan”

Mi hija Raquel últimamente **estaba triste**. Pero cada vez que le preguntaba qué le pasaba ella me decía que “nada”. Entonces yo le respondía: –“¿Cómo te puedo ayudar si no me lo dices?”.

Y ella replicaba: –“No quiero hablar de eso”. A lo que yo respondía: –“Tal vez si lo cuentas te sentirás mejor”. Entonces me miraba con rabia y ponía punto final a la conversación.

Sin embargo, después de participar en una jornada por nivel decidí probar el “nuevo enfoque” centrado en **un mensaje que reflejaba que yo captaba que lo estaba pasando mal, pero sin parecer que la obligaba a decirlo**. Le dije: –“Raquel, llevas muchos días muy triste. Sea lo que sea, hay algo que realmente te está haciendo sentir muy mal”.

Entonces empezó a llorar y poco a poco me fue contando la historia. Dos chicas, que habían sido muy amigas suyas en la básica, ahora pertenecían a la pandilla más popular del instituto y la esquivaban. Habían dejado de darle el lugar para comer juntas como antes, y no la invitaban a ninguna fiesta. Ni siquiera la saludaban cuando pasaba por el pasillo. Mi hija estaba convencida de que una de ellas había enviado un whatsapp a otros compañeros comentando que la ropa que llevaba le hacía parecer gorda y que ni siquiera era de marca.

Me quedé muy sorprendido. Me habían dicho que este tipo de cosas ocurren en el instituto y sé lo crueles que pueden llegar a ser algunas chiquillas, pero jamás imaginé que algo así pudiera ocurrir a mi hija. Lo único que quería en ese momento era aliviar su dolor: decirle que se olvidara de esas compañeras tan desagradables y malas. Que hiciera nuevas amistades. Mejores. Amistades que apreciaran lo fabulosa que es. Pero no le dije nada así. **Me limité a describir**

cómo se podía sentir. –“Vaya, hija, es muy duro ver que personas en las que confiabas y que creías amigas en realidad no lo son. Realmente tiene que doler mucho.”

Se desahogó: –“¿Cómo se puede ser tan estúpidos!”, exclamó llorando. Luego me contó que había otra compañera en clase que ellas ridiculizaban por Internet, diciendo que iba sucia y que olía a meados. Me costó creer lo que me decía.

Le dije a Raquel que este tipo de actitudes sólo habla del tipo de personas que son y que no dice nada de los demás. Era evidente que para esas chiqui-

llas el único modo de sentirse especiales, parte del grupo, era asegurarse de que todos los demás quedaran fuera. **Ella estuvo de acuerdo y hablamos mucho rato.** Hablamos de amigos “de verdad” y de amigos “falsos” y de cómo ver la diferencia.

Al poco me di cuenta de que ella se empezaba a sentir mejor. De todos modos, no podía decir lo mismo de mí. Al día siguiente, después de que Raquel se fuera al instituto, llamé a su profesor jefe. Le dije que la llamada era confidencial, pero que creía que ella tenía que saber lo que ocurría. No sabía qué tipo de respuesta iba a recibir, pero fue fantástica. Me dijo que se alegraba de mi llamada porque cada vez oía más historias de lo que ella denominó “*ciberbullying*” y que tenía previsto tratar el problema con la directora de la escuela para ver lo que se podía hacer para ayudar a hacer comprender a los estudiantes lo devastador que puede resultar este tipo de maltrato y acoso *online*.

Al final de la conversación me sentí mucho mejor. De hecho, me dije: –“Bueno, ¿quién sabe? Puede que salga algo bueno de todo esto”.

Reflexión en reunión de apoderados:

¿Qué reflexión hacemos sobre el caso? ¿Sienten que eso les pasa también a ustedes con su hijo? ¿Con qué ideas nos quedamos?



PAUTA ORACIÓN MES DE AGOSTO ENSEÑANZA BÁSICA

Buena comunicación y resolución de problemas

La buena comunicación favorece la convivencia en la casa y fomenta una buena estrategia de resolución de problemas. Si sabemos confiar en la capacidad de las personas y sintonizamos con sus sentimientos tendremos casi pavimentado el camino de la comunicación.

Este será el motivo de nuestra oración en esta tarde. Pedirle a Dios para que nosotros y nuestros hijos sean capaces de establecer una buena comunicación como base para la resolución de problemas que surgen en la convivencia diaria en casa y con sus pares.

Al iniciar nuestra oración queremos destacar que el **ejemplo** que damos los padres a los hijos en este tema tan importante. Pongamos en manos de la Sagrada Familia, en manos de Jesús, María y José este momento de formación. Pidámosles que como ellos, sepamos resolver nuestros problemas de familia desarrollando una buena comunicación.

Jesús, María y José en ustedes contemplamos
el esplendor del verdadero amor,
y a ustedes, confiados, nos dirigimos
con la oración que el mismo Cristo nos enseñó.

Padre nuestro... En el nombre del Padre, del Hijo y del Espíritu Santo. Amén.

El tema de hoy se titula: **Buena comunicación y resolución de problemas.**

- a) La estrategia para profundizar en el tema consiste en analizar un caso de comunicación emocional y eficiente.
- b) Si aprendemos de este caso, encontraremos pistas para saber escuchar de forma activa, sintonizar con el sentimiento de la otra persona y confiar en la capacidad para expresarse y hacerse cargo de sus emociones y decisiones. Tres elementos claves para la resolución de problemas.
- c) Leer el **caso de Raquel** contado por su padre.
- d) La lectura se puede hacer entre dos lectores o lectoras que pasan adelante.
- e) Una vez leído, preguntar: **¿Sienten que eso les pasa también a ustedes con su hijo?**

- f) En el caso aparecen varias ideas útiles para nuestra realidad de padres con hijos adolescentes, **¿Con cuáles de ellas nos quedamos?**
- g) Pedir que cada uno destaque una idea... Recoger varias.
- h) En el **trabajo para la casa** nos centraremos en algo que nos cuesta mucho: los silencios incomprensibles y los sentimientos secretos de nuestros hijos.
- i) Lo más importante es echarle un vistazo a la comunicación entre nosotros. **¿Han notado algún cambio?**
- j) Gracias por haber participado en nuestro cuarto tema de formación. Por favor, guarden el impreso o díptico que se les entregó para releerlo por completo y, reflexionar lo que corresponda con el hijo.
- k) Sabemos que no resulta fácil encontrar el tiempo para ello, pero insisto, es muy importante que lo releen y trabajen en casa hasta que dominen bien el tema ustedes y también su hijo.
- l) Ah! Y por favor, hagan la tarea!
- m) Oración final: poner en las manos de María, nuestro Auxilio, la misión que tenemos como padres. Dios te salve, María...

me pide ayuda, pienso que mas bien quiere que la escuche para reafirmar lo que quiere hacer”.



Material extra

Claves para entender mejor a los adolescentes <http://bit.ly/1lnPVGR>

Cómo comprender mejor a los adolescentes <http://bit.ly/2tQZz3n>

Lenguaje corporal en adolescentes <http://bit.ly/2InuhEM>

“La familia es el ámbito de la socialización primaria, porque es el primer lugar donde se aprende a colocarse frente al otro, a escuchar, a compartir, a soportar, a respetar, a ayudar, a convivir. La tarea educativa tiene que despertar el sentimiento del mundo y de la sociedad como hogar, es una educación para saber « habitar », más allá de los límites de la propia casa. En el contexto familiar se enseña a recuperar la vecindad, el cuidado, el saludo. Allí se rompe el primer cerco del mortal egoísmo para reconocer que vivimos junto a otros, con otros, que son dignos de nuestra atención, de nuestra amabilidad, de nuestro afecto. No hay lazo social sin esta primera dimensión cotidiana, casi microscópica: el estar juntos en la vecindad, cruzándonos en distintos momentos del día, preocupándonos por lo que a todos nos afecta, socorriéndonos mutuamente en las pequeñas cosas cotidianas. La familia tiene que inventar todos los días nuevas formas de promover el reconocimiento mutuo”.

(Del Papa Francisco en Amoris Laetitia, 276)

Fomentar la comprensión padres e hijos

Enseñanza Básica / Septiembre



Introducción

La “escucha activa” es una actitud clave para la comunicación, fomentar la comprensión es su mejor complemento para el desarrollo de una relación con mayor conexión emocional entre padres e hijos. (Escucha activa + comprensión = relación con conexión emocional)

Como todo recurso educativo, el gran valor de la comprensión -como actitud cotidiana en la relación con nuestros hijos- es que se convierta en un hábito propio para incorporar esta capacidad a fin de que lleguen a una comprensión mutua y a una mejor comunicación.

Sin duda, una comprensión plena y absoluta es prácticamente imposible porque nadie es totalmente transparente ni consciente de todas sus motivaciones últimas o subconscientes. Pero sí podemos cultivar la comprensión teniendo presente algunos principios:

- No todas las personas somos iguales. La psicología hace tiempo que nos demostró que cada uno reacciona de forma distinta ante los estímulos.
- Lo que hacen o dicen los niños (o las personas) no siempre es un reflejo fiel de sus intenciones o sentimientos.
- Normalmente existen multitud de causas o efectos derivados de ellas.
- Lo más importante, en situaciones normales, es que la otra persona sepa que nos preocupamos por ella, pero respetamos su intimidad y su decisión.
- Por tanto, debemos intentar comprender en la medida de lo posible
- Esto no implica aceptar sin más el sentimiento o comportamiento del otro sino **descubrir lo que realmente le pasa desde su punto de vista**, para, desde la aceptación básica, **tratar de ayudarlo a encontrar alguna mejora** a su situación.
- La clave para entrenar en comprensión es ayudarlo a nuestros hijos a reconocer los distintos sentimientos en los demás y en sí mismo, en sus comportamientos y en el propio.

www.fppt.info

(Ejemplo: ¿Te has fijado en que tu hermano, está muy triste, contento, enojado, etc... ¿Por qué será? ¿Estás seguro? ¿Qué otras razones podría haber?)

- Y, por último, los hijos también tienen que aprender a comprender a los padres, y las parejas el uno al otro... ese es el reto de esta actividad.

La importancia del buen trato radica, entre otros, en la posibilidad de acercarse al otro desde la empatía, la comprensión, el respeto y la tolerancia, que garantice la igualdad social desde una opción de vida y no desde una obligación o norma social.



Para compartir en la reunión de apoderados:

Conversar con la compañera o el compañero algunas situaciones en las que aprendimos a comprender mejor.



Trabajo en casa

Actividad 1: Analizar situaciones pasadas en las que no nos sentimos comprendidos cuando éramos niños o adolescentes

Contactar con nuestro “niño interior” nos hace sentirnos más empáticos con nuestros hijos, por eso en esta primera pregunta les propongo un ejercicio de sinceridad para recordar alguna situación en la que no nos sentimos comprendidos por nuestros padres cuando éramos niños o adolescentes.

Actividad 2: Situaciones recientes en las que crees que podrías haber comprendido mejor a tu hij@

Trata de reflexionar sobre algún suceso reciente o conversación con el hijo en la que se podría haber abordado la situación con más calma y serenidad para preguntarle o escuchar. Piensa cómo podría haber sido un diálogo imaginario en el que mejorases tu nivel de comprensión sobre lo que ocurrió.

Comentario de una madre:

“En alguna ocasión me ha pasado, cuando me pide que le ayude para hacer un trabajo de presentación. Pierdo un poco la paciencia porque al final cuando le planteo como lo haría yo, ella me dice que de otra forma y en vez de escucharla y dejar que lo haga como quiera (es su trabajo) me meto a defender mi forma. Una vez pasado, lo veo absurdo. En realidad cuando

PAUTA ORACIÓN MES DE SEPTIEMBRE ENSEÑANZA BÁSICA

Fomentar la comprensión padres e hijos

La comprensión, como todo recurso educativo, tiene un gran valor. Si se la practica cotidianamente en la relación con nuestros hijos, se convierte en hábito propio que abre el camino a la comprensión mutua y a una mejor comunicación.

La comprensión será el motivo de nuestra oración en esta tarde. Pedirle a Dios para que nosotros y nuestros hijos sean capaces de practicar la escucha activa, clave para fomentar la comprensión y complemento para el desarrollo de una relación con conexión emocional entre padres e hijos.

Al iniciar nuestra oración queremos destacar que el **ejemplo** que damos los padres a los hijos en este tema tan importante. Pongamos en manos de la Sagrada Familia, en manos de Jesús, María y José este momento de formación. Pidámosles que como ellos, sepamos fomentar la comprensión entre nosotros adultos y entre padres e hijos.

Jesús, María y José en ustedes contemplamos
el esplendor del verdadero amor,
y a ustedes, confiados, nos dirigimos
con la oración que el mismo Cristo nos enseñó.

Padre nuestro...

En el nombre del Padre, del Hijo y del Espíritu Santo. Amén.

El tema de hoy se titula: **Fomentar la comprensión padres e hijos**

- a) Todos tenemos alguna experiencia que contar, relacionada con la comprensión. Vamos a conversar con el o la compañera de asiento alguna situación en que nos sentimos comprendidos cuando teníamos, más o menos, la edad de nuestro hijo (3 a 5 minutos).
- b) A continuación vamos a leer algunos principios que podemos tener presentes para cultivar la comprensión.
- c) Leer en la segunda página (puntos negros)
- d) Una vez que se leen los principios (entre varios) se pide a dos o tres apoderados que destaquen lo que consideran como principio fundamental para ellos.

- e) Vamos a comentar el siguiente principio (el que está en el díptico con letras en negrita): “Comprender en la medida de lo posible, no implica aceptar sin más el sentimiento o comportamiento del otro/a sino **descubrir lo que realmente le pasa desde SU punto de vista**, para, desde la aceptación básica, **tratar de ayudarlo a encontrar alguna mejora** a su situación”.
- f) **¿Qué piensan de lo que se acaba de afirmar?**
- g) El trabajo para la casa tiene dos actividades. La primera ya la hicimos al inicio de la formación. Ahora vamos a dejar un tiempo personal para que volvamos a ello, es decir situaciones pasadas, cuando teníamos la edad de nuestro hijo, en que no nos sentimos comprendidos.
- h) Dejar 2 o 3 minutos de trabajo personal. Al final pedir a una o dos personas si estarían dispuestos a compartir el recuerdo con el resto del curso.
- i) La actividad 2 es para que la hagamos en casa, en lo posible con nuestro hijo.
- j) En el folleto se recomienda un material extra que ojalá puedan consultar. Cualquiera de los tres links que se ofrecen nos puede ser de utilidad.
- k) Terminar leyendo el texto entre corchetes del Papa Francisco dirigido a la familia (al final). Al inicio del texto se habla de “socialización primaria”. Quiere decir que el primer lugar donde se aprende es en la familia.
- l) Gracias por haber participado en nuestro quinto tema de formación del año. Por favor, guarden el impreso o díptico que se les entregó para releerlo por completo y, reflexionar lo que corresponda con el hijo.
- m) Sabemos que no resulta fácil encontrar el tiempo para ello, pero insisto, es muy importante que lo releen y trabajen en casa hasta que dominen bien el tema ustedes y también su hijo.
- n) Oración final: poner en las manos de María, nuestro Auxilio, la misión que tenemos como padres. Dios te salve, María...

- 3.- Debes parecer un oyente activo.
- 4.- Mira a los ojos del emisor.
- 5.- Pon atención al lenguaje corporal de tu interlocutor. Descubre qué es lo que quiere comunicarte.
- 6.- Escucha el tono de la voz, la intensidad. Las palabras con diferentes tonos tienen significados distintos.
- 7.- Sigue el ritmo de tu interlocutor. Todo el mundo tiene su ritmo para hablar y pensar.
- 8.- Demuestra que quieres escuchar. Evita las distracciones.
- 9.- Haz que la persona que te habla se sienta segura. Crea un ambiente de confianza y libertad.
- 10.- Actúa como un oyente alentador. Sonríe, mueve la cabeza asintiendo.
- 11.- Concéntrate en lo que dice el emisor. Piensa sólo en lo que dice.
- 12.- Escucha las ideas y los sentimientos. Ve más allá de las palabras. Descubre sus ideas, sentimientos, sus emociones.
- 13.- Trata de entender lo que la otra persona te está hablando desde su punto de vista. Ponte en su lugar. Sé empático.
14. Expresa con los gestos de tu cara la emoción adecuada al mensaje del emisor.
- 15.- Detecta las palabras claves que suponen el contenido del mensaje, las ideas principales.
- 16.- Reflexiona constantemente sobre las palabras claves.
- 17.- No interrumpas. No seas impaciente. Deja hablar a tu interlocutor.
- 18.- Haz transacciones suaves entre los papeles de escucha y orador.
- 19.- Limita el tiempo que dedicas a hablar.
- 20.- Alienta a tu interlocutor para que siga hablando con expresiones como

Recursos Escucha Activa en Adolescentes

Enseñanza Básica / Octubre



Introducción

Si no deseamos perder la comunicación con nuestros hijos en la adolescencia tenemos que trabajar con paciencia nuestras habilidades para dialogar con ellos, para comprender y para comunicarnos. Veamos cómo mejorar la escucha activa.

Desde el 2016 cuando empezamos el proyecto “Formando personas autónomas y responsables” hemos insistido en tres grandes recursos educativos: el cariño, la exigencia y la comunicación. En el campo de la comunicación tiene un especial significado la **escucha activa**, o la escucha emocional previa a la propia expresión verbal. Veamos algunos recursos para mejorarla en nuestro ámbito fami-

liar a fin de que nuestros hijos adolescentes la aprendan y ejerzan también cuando tratemos de hablar con ellos de algo relevante para su vida.

Saber preguntar es de tanta importancia cómo saber responder. En algunas preguntas se nos pueden colar acusaciones veladas, reproches generalizados e injustos. Por supuesto, también las respuestas pueden ser adecuadas o impertinentes. Saber conversar con nuestros hijos, realizar algunas actividades guiadas o compartidas favorecen la buena comunicación. Si se habla bien y se escucha bien, las conversaciones progresan y alimentan sus habilidades comunicativas y sociales.

¿Pero qué es la escucha activa? Aquella por la que demostramos a nuestros hijos que sabemos escucharlos, lo que dicen y cómo lo dicen, las emociones implícitas de sus mensajes, el sentido de sus posibles sentimientos o necesidades, de sus dudas o sus dilemas, de sus miedos o tristezas. Realizar una escucha activa supone también aceptarlo, confiar en sus posibilidades para encontrar una solución y transmitirle seguridad en sus fortalezas y capacidades.

Para conversar en la reunión de apoderados

¿Cuál es nuestra reacción frente al texto que acabamos de leer? Cuando escuchamos a nuestro hijo, ¿qué importancia le damos a lo que comunica con su cuerpo?

¿Qué herramientas conocemos para la escucha activa?



Trabajo en casa

Observar el nivel comunicativo familiar y memorizar pautas de mejora para desarrollar la escucha activa y la buena comunicación.

Actividad 1. Practicando la escucha activa

Ver un corto video en link que sigue: <http://bit.ly/2ItiLr8>

- 1 ¿Crees que el camarero practica la escucha activa? ¿Por qué?
- 2 ¿Hay temas o situaciones conflictivas en las que no fluya la comunicación con tus hijos?

Sin ánimo de juzgar, sino de encontrar soluciones, compartamos algunas situaciones que comienzan a ser complicadas para hablar con nuestros

hijos o que provocan “cortocircuitos” en nuestra comunicación con ellos.

Luego, memorizar los “Consejos para mejorar la comunicación”, pdf en <http://bit.ly/2FWTN4Y>

Comentario de una mamá:

“Creo que el camarero no es un claro ejemplo de escucha activa, sino que al contrario lleva a su cliente a pedir lo que a él le conviene en ese momento haciendo un despliegue cómico de platos muy sustanciosos y poco apetecibles a altas horas de la noche.

Con respecto a la segunda pregunta, hay momentos en los que el está más metido dentro de sí, yo le observo día a día y es muy cambiante, unas veces se muestra muy parlanchín y amigable y otros días no le apetece hablar y ya está. Hago una media y creo que en general tenemos buena comunicación.

Hacemos cortocircuito con el tema de la higiene, se lo tengo que repetir todos los días, cada vez que toca, sino es muy descuidado. Está todo muy explicado, pero el insiste en olvidarse”.

Otro comentario:

“Es verdad que el camarero busca su beneficio y nada más, era solo una manera de demostrar cómo la escucha activa va más allá del contenido. El camarero escucha la necesidad del cliente para conseguir lo que él quiere. En ámbitos más empresariales y comerciales se trabaja la escucha activa

para estos fines...

Con respecto a la respuesta de la segunda pregunta, ¿Se puede considerar no hablar como un modo de comunicar? En la escucha activa los silencios pueden significar también muchas cosas. Si se sabe interpretar bien los silencios puede ayudar para comunicarse mejor con tu hijo”.

Actividad 2. Reglas de la escucha activa

- 1.- Actitud positiva hacia la escucha. Actualizar la motivación por la que uno escucha.
- 2.- Deja tus emociones, tus juicios y opiniones antes de comenzar la conversación.



PAUTA ORACIÓN MES DE OCTUBRE ENSEÑANZA BÁSICA

Recursos de escucha activa en adolescentes

Con la llegada de los hijos a la adolescencia se hace más difícil la comunicación. Si no deseamos perder la comunicación tenemos que evaluar y mejorar nuestras habilidades para dialogar con ellos y comprenderlos.

Este será el motivo de nuestra oración en esta tarde. Pedirle a Dios para que nosotros y nuestros hijos sean capaces de escucharnos pero no solo desde nuestros pensamientos, sino también desde nuestras emociones.

Al iniciar nuestra oración queremos destacar que el **ejemplo** que damos los padres a los hijos en este tema tan importante. Pongamos en manos de la Sagrada Familia, en manos de Jesús, María y José este momento de formación. Pidámosles que como ellos, sepamos cultivar mayores recursos para una escucha activa entre adultos y con nuestros adolescentes.

Jesús, María y José en ustedes contemplamos
el esplendor del verdadero amor,
y a ustedes, confiados, nos dirigimos
con la oración que el mismo Cristo nos enseñó.

Padre nuestro...

En el nombre del Padre, del Hijo y del Espíritu Santo. Amén.

El tema de hoy se titula: **Recursos de Escucha Activa en Adolescentes**

- a) En el campo de la comunicación tiene un especial significado la **escucha activa**. Veamos algunos recursos para mejorarla en nuestro ámbito familiar.
- b) Lo primero a destacar es que es tan importante saber escuchar cómo saber responder.
- c) Leemos el párrafo: “Saber preguntar es ... “ que está al inicio de la segunda página del díptico.
- d) Cuando se escucha activamente hay que estar atentos a lo que nuestro hijo dice y, al mismo tiempo, al cómo lo dicen.
- e) Leer párrafo: “¿Pero qué es la escucha activa?”. A continuación del anterior párrafo.

- f) Ahora, vamos a compartimos con nuestra compañera/o de asiento: **Cuando escuchamos a nuestro hijo, ¿qué importancia le damos a lo que comunica con su cuerpo?**
- g) Dejar unos 3 minutos.
- h) **¿Alguien desea comentar de qué se dio cuenta mientras conversaban en pareja?**
- i) Recoger dos o tres aportes. ¿Teníamos claro que el cuerpo, nuestra expresión de la cara, nuestra respiración, etc. también comunican?
- j) Dejar un tiempo breve de silencio y continuar.
- k) En la **tarea para la casa** se sugieren dos actividades. En la primera, la idea es ver un video muy corto para concluir si el camarero practica o no la escucha activa. En el impreso está el link.
- l) No olvidarse de leer los comentarios a la actividad que hace alguna mamá o papá.
- m) La segunda actividad consiste en leer las **“reglas de la escucha activa”**. Como verán son varias.
- n) Las vamos a ir leyendo aquí, mientras se leen, cada uno/a va evaluando para seleccionar una o dos que necesite practicar más.
- o) Si hay tiempo se leen las 23, de lo contrario se leen las primeras 10.
- p) Gracias por haber participado en nuestro sexto tema de formación del año. Por favor, guarden el impreso o díptico que se les entregó para releerlo por completo y, reflexionar lo que corresponda con el hijo.
- q) Sabemos que no resulta fácil encontrar el tiempo para ello, pero insisto, es muy importante que lo releen y trabajen en casa hasta que dominen bien el tema ustedes y también su hijo.
- r) Oración final: poner en las manos de María, nuestro Auxilio, la misión que tenemos como padres. Dios te salve, María...

enseñando, les inducen a un comportamiento inadecuado o les manipulan y presionan.

Es aconsejable no criticar a los amigos, ya que así se refuerza la actitud del hijo, que no dudará en defenderles. Es mejor cuestionar actitudes concretas y no hay que olvidar que es mejor la persuasión que la prohibición.

También ayuda conocer la relación de amistad. En ocasiones la mala influencia se deba a una falta de confianza en sí mismo. En ese caso en lugar de insistir en que deje a ese amigo, es mejor reforzar su autoestima para evitar que sea fácilmente manejable.

Cuando los niños son pequeños es más fácil hacer que cambien de amistad. Basta cambiar sus hábitos para que entable nuevas relaciones, pero en la adolescencia la situación se complica.

La comunicación es la base para evitar problemas. En momentos de conflicto, es importante dialogar con ellos sobre situaciones de riesgo y dialogar, pero evitando retarlos. Comunicarse es la mejor forma de que escuchen y sigan nuestros consejos y orientaciones.

Hablar sobre la influencia de los amigos les ayudará en el futuro a resistir ante situaciones de mandato. La mejor prevención es sin duda una buena relación familiar que favorece que el niño confíe en sus padres y sea menos manipulable por su entorno.

Es también positivo promover diversos grupos de amistades, de forma que sea más difícil que se dejen llevar por las presiones de un grupo

Para san Juan Bosco, fundador de los salesianos las relaciones con los compañeros son muy importantes. Don Bosco mantiene que la elección de los amigos es un punto muy delicado y determinante para la vida de un muchacho, para el bien y para el mal. Parece como si las relaciones amistosas y la capacidad de afrontar un comportamiento diversificado con los compañeros (según la medida de su "afabilidad"), sean consideradas por él una buena escuela de vida para capacitar al joven a una inserción fecunda y activa en las relaciones sociales.

concreto. En un momento en el que un amigo ejerza una mala influencia,

Su mejor amigo

Enseñanza Básica / Noviembre



Introducción

A esta edad los hijos ya empiezan a tener un grupo estable que será con el que posteriormente comiencen a salir. Aunque los lazos dentro de ese grupo suelen ser fuertes siempre tienen un amigo de más afinidad o vínculo. En ocasiones incluso su amigo íntimo puede ser ajeno al grupo de referencia.

Vamos a investigar sobre el mejor amigo de nuestro hijo. Además veremos qué es lo que más valora nuestro hijo de él y en qué aspectos de su carácter parecen complementarse. Esto nos puede dar

mucha información sobre lo que va buscando su hijo en su amigo y cómo está evolucionando, poco a poco.

En la reunión de apoderados

Hemos conversado sobre el mejor amigo o amiga con nuestro hijo.



Trabajo en casa

Observe al mejor o los mejores amigos de su hijo y reflexione sobre sus influencias mutuas.

1.- Conversando con nuestro hijo sobre la amistad

Después de leer <http://bit.ly/2peho7z> le propongo una conversación con su hijo sobre la amistad, pueden usar de ejemplo a su mejor amigo de aquella época o alguno actual. Lo importante es dialogar con él sobre cómo vive la amistad, si se siente perteneciente a un grupo, cómo esto le hace sentir, qué le aporta... todo aquello que se les ocurra que les pueda resultar interesante

Comenta una madre:

“En la casa hablamos mucho sobre los amigos, aprovechamos que a Paúl no le cuesta nada hablar de todo lo que se le pasa por la cabeza así que hablar sobre sus amigos le gusta.

El otro día aprovechando que estábamos solos, le pregunté qué tal con sus amigos y que qué eran para él estos amigos. En resumen el considera que tiene un grupo de cinco amigos de clase que para él son lo mejor, se lo pasa muy bien con ellos, le ayudan cuando tiene problemas, le defienden si lo necesita y juega mucho. Lo curioso es que esos amigos, entre sí no son todos amigos... A ver si me explico, dos van por un lado, y otros dos por otro. Él se

lleva bien con todos y creo que hace un poco de nexo de unión. Con el resto de la clase se lleva bien.

2.- Nuestro papel como padres respecto a sus amistades

Me gustaría plantearles en esta pregunta cómo creen que están actuando en esta cuestión. Si les ponen límites o bien son más permisivos, si conocen a los amigos de sus hijos, si les dejan libertad para elegir con qué tipo de amigos juntarse, qué modelo les ofrecen de la amistad, cómo se comportan ustedes con sus amigos...



Comentario de un papá:

“Creo que en nuestro caso, todos nuestros hijos están eligiendo libremente a sus amistades. En el colegio tienen su grupo y luego, fuera de clase han ido formando sus grupos, aunque en este caso son los hijos de nuestros amigos...

A nosotros siempre nos han importado mucho con quien se relacionan y cómo, así que solemos intentar que traigan algún amigo a casa para ver cómo se relacionan, qué tipo de niños son etc. En ocasiones hemos observado a ciertos niños con comportamientos poco deseables. Cuando se han ido, nos hemos juntado con los tres y hemos hablado de la situación que no nos ha gustado y a ver qué les ha parecido a ellos. Casi siempre hemos coincidido en la opinión así que

no ha habido mucho más que decir.

Otro lugar donde creo que se observa muy bien a los amigos es a la salida del colegio. Nos solemos quedar tres tardes a jugar un rato ahí ya que los tres tienen amigos. Y en este caso hay algo que me sorprende mucho. Mi hija mediana siempre habla de que tienes dos amigas íntimas pero luego nunca le veo con ellas. Juega con otras...si le pregunto se siente mal y me dice que juega con ellas en otros momentos...”

3.- ¿Qué hacer cuando no nos gustan sus amigos

A muchos padres no les gustan los amigos de sus hijos, pero hay que diferenciar los amigos que no nos gustan por “juicios sin información objetiva” de los que realmente ejercen una mala influencia. Amistades negativas son aquellas que contradicen con su ejemplo los valores que los padres les están

PAUTA ORACIÓN MES DE NOVIEMBRE ENSEÑANZA BÁSICA

Su mejor amigo

Niños y adolescentes de todas las edades piensan en la amistad en términos de reciprocidad, es decir, lo que uno hace por el otro, pero las relaciones de amistad cambian con la edad. El niño en edad escolar ayudará al amigo a hacer las tareas, y el adolescente dará consejo a un amigo sobre un tema que éste no quiere hablar con los padres. Aunque los términos de la reciprocidad se mantienen constantes, el concepto de amistad y del comportamiento asociado a esta cambia a medida que el niño crece.

La amistad sincera que tiene un adolescente es un elemento fundamental para su crecimiento armonioso, para el equilibrio psíquico y la idea de sí mismo que se va elaborando, pero también – y esto es particularmente característico – para su progreso espiritual.

Al iniciar nuestra oración queremos destacar que el **ejemplo** de amistad entre adultos que damos los padres a los hijos en este tema muy importante. Pongamos en manos de la Sagrada Familia, en manos de Jesús, María y José este momento de formación. Pidámosles que como ellos, sepamos también nosotros cultivar la amistad.

Jesús, María y José en ustedes contemplamos
el esplendor del verdadero amor,
y a ustedes, confiados, nos dirigimos
con la oración que el mismo Cristo nos enseñó.

Padre nuestro...

En el nombre del Padre, del Hijo y del Espíritu Santo. Amén.

El tema de hoy se titula: **Su mejor amigo**

- a) Cuanto más pequeños sean los niños a la hora de empezar a tener amigos, más probable será que tengan amistades en edades posteriores. Un 75 % de niños en edad preescolar tienen amistades, y en la adolescencia, entre un 80 % y un 90 % afirman tener amigos, normalmente indicando que uno o dos son los mejores amigos y los demás buenos amigos.
- b) A esta edad los hijos ya empiezan a tener un grupo estable de amigos. Aunque los lazos de amistad son fuertes entre ellos, siempre tienen un amigo de más afinidad o vínculo.

- c) Conversar entre todos los presentes: **¿Qué sabemos del mejor amigo de nuestro hijo? ¿Hemos conversado sobre el mejor amigo o amiga con nuestro hijo?**
- d) En el trabajo para la casa, lo primero es conversar con nuestro hijo sobre la amistad.
- e) Vamos a compartir con nuestro compañero de asiento sobre **nuestro mejor amigo o amiga cuando teníamos la edad de nuestro hijo**. O, también lo podemos hacer sobre un amigo a amiga actual.
- f) Dejar 3 a 5 minutos.
- g) El comentario de una madre (último párrafo, segunda página) nos puede ayudar para ver cómo iría la conversación sobre este tema con nuestro hijo.
- h) La segunda actividad tiene que ver con “nuestro papel como padres respecto a las amistades de nuestro hijo”.
- i) Dejamos un tiempo breve de silencio para que cada uno se conteste: **¿Le estoy poniendo límites o soy permisivo? ¿Conozco a los amigos de mi hijo? ¿Le dejo libertad para elegir sus amistades?**
- j) Dejar 2 minutos
- k) En la casa pueden leer el comentario de un papá que aparece en el díptico.
- l) A continuación vamos a pasar a la tercera actividad.
- m) Pregunta para todo el grupo: **¿Qué hacemos cuando no nos gustan los amigos de nuestro hijo?**
- n) Pedir a algunos papás que, sin contar toda la historia, den una idea de lo suelen hacer.
- o) Dos o tres opiniones.
- p) Luego, entre dos personas, leer el n.º 3 completo.
- q) (Si aún queda tiempo) **Les gustaría destacar alguna idea de lo que acabamos de leer.**
- r) Gracias por haber participado en nuestro séptimo y último tema de formación del año. Por favor, guarden el impreso o díptico que se les entregó para releerlo por completo y, reflexionar lo que corresponda con el hijo.

- s) Sabemos que no resulta fácil encontrar el tiempo para ello, pero insisto, es muy importante que lo releen y trabajen en casa hasta que dominen bien el tema ustedes y también su hijo.

- t) Oración final: poner en las manos de María, nuestro Auxilio, la misión que tenemos como padres. Dios te salve, María...

TEMAS MEDIA 2018

-  **Abril:** Relación Familia-Escuela.
-  **Mayo:** Prever las consecuencias de nuestros actos
-  **Junio:** ¡"Qué falta de respeto!"
-  **Agosto:** Escucha activa, una actitud
-  **Septiembre:** Asertividad y Comunicación
-  **Octubre:** Educación afectivo-sexual y valores igualitarios
-  **Noviembre:** Derechos y deberes de los adolescentes

Fechas jornadas por niveles 2018

Quintos EB	1 septiembre	“Usando amor y límites”
Sextos EB	14 abril	“Estableciendo reglas para el hogar”
Séptimos EB	2 junio	“Animando una buena conducta”
Octavos EB	16 junio	“Protegiendo contra el abuso de sustancias”
Primeros EM	8 septiembre	“Poniéndonos en el lugar del otro”
Segundos EM	11 agosto	“Consiguiendo un mayor acercamiento y conexión emocional”
Terceros EM	20 octubre	“El pololeo. Una experiencia para crecer”

Cada padre o madre tendrá una relación diferente con el colegio de su hijo. Esta relación consiste sólo en el contacto directo con el colegio, sino que también incluye relaciones con otros padres, los amigos y profesores de su hijo. La relación entre padres y colegio puede cambiar a medida que su hijo crece, o cuando las cosas cambian en el trabajo o en el hogar.

Del documento de Aparecida de la Iglesia Católica

“La familia es insustituible para la serenidad personal y para la educación de los hijos. Las madres que quieren dedicarse plenamente a la educación de sus hijos y al servicio de la familia han de gozar de las condiciones necesarias para poderlo hacer, y para ello tienen derecho a contar con el apoyo del Estado. En efecto, el papel de la madre es fundamental para el futuro de la sociedad.

El padre, por su parte, tiene el deber de ser verdaderamente *padre*, que ejerce su indispensable responsabilidad y colaboración en la educación de sus hijos. Los hijos, para su crecimiento integral, tienen el derecho de poder contar con el padre y la madre, para que cuiden de ellos y los acompañen hacia la plenitud de su vida (número 5).

2018: una oportunidad para crecer en la relación

5.º EB a 4.ºEM /abril



Seguramente todos los padres quieren que sus hijas e hijos progresen en el colegio: “que se saque buenas notas” (aprendizaje), “que participe en las actividades de libre elección”, “que encuentre buenos amigos en el colegio” (educación).

Tener buenas relaciones con el colegio de la hija o del hijo es una de las mejores maneras de **apoyar** su aprendizaje y educación. Eso le ayudará a lograr lo mejor de la experiencia escolar.

El contacto directo y regular con los profesores de la niña/o y con el colegio es el mejor fundamento para una relación sólida. Esto puede incluir conversaciones informales con los profesores y otros padres en la escuela, ayudar con las actividades escolares, ir a entrevistas con padres y profesores, participar en las **“jornadas por niveles de curso”** e involucrarse con el Centro de Padres u otras actividades pastorales a las cuales son invitados.

Beneficios de una fuerte relación padre-escuela

Como padre, usted conoce a su hijo mejor que cualquier otra persona. Los profesores de su hijo también lo querrán conocer. Cuando tienes una **relación sólida y respetuosa** con la escuela y los profesores de tu hijo, estás en una buena posición para brindarles la información que necesitan para ayudar a que su hijo obtenga el máximo rendimiento de su educación.

Cuando todos trabajen juntos en el mejor interés de su hijo, es probable que él obtenga beneficios académicos y sociales, como:

- ⇒ asistencia regular al colegio
- ⇒ logros y progreso en el colegio
- ⇒ tener una actitud positiva hacia el colegio
- ⇒ terminar bien todo el ciclo escolar
- ⇒ pasar a alguna forma de educación superior cuando termine el colegio.

Cómo construir una fuerte relación padre-escuela

Se puede construir una relación entre padres y colegio de varias maneras:

- ⇒ Hable informalmente con los profesores en el horario de llegada y salida de la escuela.
- ⇒ Acuda a las entrevistas de padres y profesores.
- ⇒ Participe en las jornadas por niveles de curso (ver calendario al final).
- ⇒ Responda cuando se le solicite ayuda para alguna actividad extra.
- ⇒ Ofrézcase para acompañar al curso cuando salen fuera del colegio
- ⇒ Cuando sea invitado a participar en alguna actividad pastoral de libre elección, hágalo.
- ⇒ Participe en otros eventos que programe el colegio.
- ⇒ Asista a las reuniones de apoderados o del centro de padres.

Establecer una relación con el colegio de su hijo es un proceso con **doble**

vía. Por ejemplo, puede pedirle a la escuela y a los profesores cualquier información o comentario que necesite. Pero también puede mantenerse al día con lo que está sucediendo en el colegio al leer las notas escolares (libreta) o correos electrónicos, consultar el sitio web del colegio -<http://salesianoconcepcion.cl>- y mirar la parte de anuncios del colegio.

No todos los padres pueden involucrarse en la escuela tanto como quisieran, pero aún así puede hacerle saber a su hijo que el colegio es importante para su familia. Hablar de la escuela con su hijo, ser cálido y amistoso en los eventos escolares, y ser positivo acerca del colegio y su personal envía el mensaje de que usted valora la educación y está interesado en lo que está sucediendo para su hijo en la escuela.

Programación anual de jornadas por niveles

Cada curso, según nivel, participa en una jornada que complementa los temas mensuales que se tratan en el **momento pastoral** de las reuniones de apoderados. Forman parte del proyecto 2016-2018. “Formando personas autónomas y responsables: buenos cristianos y honestos ciudadanos”. Son de carácter “obligatorio” para aquellos padres que optan por tener una relación sólida y respetuosa con sus hijos y con el colegio (ver fechas al otro lado).



Para reflexionar y compartir

Sugerir otras ideas que permitan una mejor relación con el colegio y sus profesores.

Aquellos padres que ya han participado en las jornadas por niveles:
¿Qué recomendación le harían a los que nunca han participado?

¿Cómo nos podríamos organizar como curso para que ningún papá/mamá se queden sin participar? (Se valora la participación del papá y la mamá cuando lo desean)



PAUTA ORACIÓN MES DE ABRIL 2018 (EB y EM)

2018: una oportunidad para una buena relación padre-colegio

La relación padres-escuela; padres-profesores, es fundamental para el desarrollo de nuestros hijos que tanto nos importan. De hecho, tener buenas relaciones con el colegio del hijo es una de las mejores maneras de **apoyar** su aprendizaje y educación.

Pongamos en manos de la Sagrada Familia, en manos de Jesús, María y José este momento de formación. Pidámosles que como ellos, sepamos acercarnos a nuestro colegio y profesores con el propósito de establecer entre nosotros una relación sólida y cálida. Sobre todo, favoreciéndoles el conocimiento de nuestro hijo para que pueda ser convenientemente ayudado por sus profesores.

Jesús, María y José en ustedes contemplamos
el esplendor del verdadero amor,
y a ustedes, confiados, nos dirigimos
con la oración que el mismo Cristo nos enseñó.

Padre nuestro...

En el nombre del Padre, del Hijo y del Espíritu Santo. Amén.

Nuestro primer tema se titula: **2018: una oportunidad para una buena relación padre-colegio**

- a) El tema de hoy “2018: una oportunidad para una buena relación padre-escuela” parte de la base de que toda madre, todo padre, desea que su hijo progrese.
- b) De ahí la importancia, al iniciar el año, de tener bien claro cuáles son los beneficios de una buena relación padres-colegio. Si nos conectamos bien con nuestros profesores les podremos ofrecer información de primera mano que tanto necesitan para ayudar a nuestros hijos a que obtengan el máximo de rendimiento en su educación.
- c) Para reforzar esta idea pregunto: recordando la relación familia-escuela que tuvimos el año pasado (también si somos nuevos en el colegio) , **¿Qué elementos positivos recordamos de esa relación padres-profesores?** *(dejar pausa para que contesten)*
- d) Otra pregunta: **¿Qué iniciativas tomamos para acercarnos más a la escuela?**
- e) ¿Alguien puede enumerar los **“beneficios de una fuerte relación padre-escuela?** (en segunda página) –dejar que se lean los cinco puntos- y preguntar: **¿qué otro beneficio se podría agregar?**

- f) A continuación invitar a que con la compañera o el compañero de asiento lean y comenten el título: **Cómo construir una fuerte relación padre-escuela.**
- g) Dejar unos 5 minutos.
- h) A continuación vamos a comentar la programación de la “jornada anual para padres por niveles”.
- i) Leer título “Programación anual de jornadas por niveles”.
- j) Antes de pasar a las preguntas de “Para reflexionar y compartir”. Preguntar: **¿Qué recomendación le harían a los que nunca han participado?** (Nota: preparar con uno o dos apoderados la siguiente pregunta que usted hará a todos los del curso)
- k) Luego, responder entre todos a las 3 preguntas (escuchar a una o dos personas y avanzar a la pregunta siguiente).
- l) **¿Se fijaron cuándo le corresponde la jornada a nuestro nivel?** Es muy importante que desde ya se reserven el tiempo para participar. Si es posible los dos miembros de la pareja. Participan solo los padres porque en ellas se les da herramientas para que puedan guiar a sus hijos.
- m) Gracias por haber participado en nuestro primer tema de formación. Por favor, guarden el impreso o díptico que se les entregó para releerlo por completo y, reflexionar lo que corresponda con el hijo.
- n) Sabemos que no resulta fácil encontrar el tiempo para ello, pero insisto, es muy importante que lo releen y trabajen en casa hasta que dominen bien el tema ustedes.
- o) Oración final: poner en las manos de María, nuestro Auxilio, la misión que tenemos como padres. Dios te salve, María...

les ayuda?, ¿cómo podemos fomentar en ellos que sean más conscientes?

Comentario de un papá:

“Nuestro hijo también estaba habituado a sacar muy buenas notas. Sin embargo, como quince días antes de recibir las notas, vino un día del colegio bastante cabizbajo...la profesora jefe les había dicho que los que no habían tenido un buen comportamiento en clase, verían sus notas empeoradas. Les había avisado un montón de veces pero no le habían hecho caso, y ahora iba a haber consecuencias.

Nos dijo que él no había sido consciente de lo importante que era el comportamiento y que sabía que las notas iban a bajar. Pero que le había servido para darse cuenta que no quería sacar malas notas por esa razón y que iba a portarse super bien a partir de ese momento. No iba a hablar para no molestar, iba a respetar el turno y no contestar antes de tiempo, y estar atento todo el tiempo.

Nosotros le dijimos que no le íbamos a retar, que si él mismo se había dado cuenta y le servía para cambiar de actitud, a nosotros nos bastaba.

Las notas llegaron y efectivamente fueron en torno al cinco o algo más. En la reunión con la profesora jefe, nos felicitó por Manuel. Habían pasado quince días y su comportamiento era ejemplar, lo habían comentado todos los profesores y si hubiese estado así todo el semestre sus notas serían seis y siete. Según la profesora, le había tocado el amor propio y le había servido para cambiar. Yo, creo que ha sido la primera vez que lo he visto reflexivo, buscando soluciones y consciente de que las acciones tienen consecuencias, positivas o negativas”.

Material complementario

<http://bit.ly/2IxxuwX>



Prever las consecuencias de nuestros actos

Enseñanza Media / mayo



Figura 1.



Introducción

La voluntad inteligente, libre y recta de nuestros hijos se forja, poco a poco, en un proceso de tanteo, ensayo, acierto y error, en el que la capacidad de prever las consecuencias y aprender de ellas será una fortaleza fundamental para lograr su maduración. A continuación analizaremos un caso como ejemplo.

Si queremos que nuestros hijos crezcan en autonomía responsable, deben aprender a tomar las decisiones adecuadas dentro de su proceso de maduración. El aprendizaje de la responsabilidad es un proceso que se desarrolla a largo plazo, y en ese proceso los adolescentes deben aprender el concepto de **CAUSA y EFECTO** en su vida diaria, comprendiendo de qué manera se producen las cadenas de acontecimientos, el papel de cada actor y las diferentes reacciones de

cada uno:

Veamos un caso para el debate, LAS NOTAS DE VERÓNICA:

Verónica se sentó con sus padres y se puso a leerles las notas, que en general eran buenas.

-Bien Verónica estamos muy contentos, las notas son buenas.

-Sí, pero me da rabia porque podía haber sacado mejores notas. Es que este año tenemos muchos más temas que el año pasado para cada examen, y claro, hasta que he tenido que estudiar para los exámenes no me he dado cuenta.

-Bueno, Verónica ya te irás organizando poco a poco.

-Sí, ya he pensado lo que voy a hacer.

-¿Ah sí? Preguntaron un poco sorprendidos los padres.

-Sí; es que yo antes solía hacer las tareas cada día pero no empezaba a estudiar para las pruebas hasta una semana antes. Ahora he pensado que además de hacer las tareas de cada día, todos los días voy a planificar para estudiar un poco de lo que vamos pasando en cada asignatura, y así cuando llegue la prueba coeficiente dos no me costará tanto.

-Bueno, hija, eso está muy bien, pero ¿ya eres consciente de que vas que a tener que dedicarle más tiempo y exigencia diaria, verdad?

-Claro, pero lo prefiero porque esta vez me di un atracón la última semana y, sin embargo, no me salieron demasiado bien las pruebas, porque era mucho y no me entraba todo en la cabeza; es que a mí me gusta sacar buenas notas.

-Hija, nos parece genial. Es un gusto oírte. Estamos seguros de que lo vas a conseguir.

Trabajo en reunión de apoderados

Se lee el caso y se responde: ¿hubo aprendizaje de las consecuencias en el caso de Verónica? ¿Le sirvió ese aprendizaje o no, para la construcción de la voluntad?



Tarea para la casa

Después de releer el caso de Verónica y ver las conclusiones a las que ha llegado, ¿cuál es el proceso que siguió Verónica?, ¿qué le pasó para que ella cambie su forma de estudio?, ¿a qué piensan que se debe el cambio de conducta?



Comentarios de una mamá:

"En el caso de Verónica, después de haber trabajado un trimestre como siempre lo había hecho, se da cuenta, mediante las consecuencias o el efecto, que las notas no son igual de buenas que en años anteriores. La conclusión a la que llega es que debe cambiar la forma de estudiar, dedicando cada día un tiempo y no dejando el estudio para antes de la prueba. El cambio en la conducta se debe a que asume su responsabilidad y se da cuenta que ella es el actor principal. También Verónica tiene una actitud de no conformarse y no creo que siempre se dé esta actitud en nuestros hijos. Por otro lado, sus papás parece que se han mantenido al margen y han confiado en que ella. Eso es lo que yo veo difícil, mantenerse al margen, sobre todo si ves que los resultados no están siendo buenos. Pero si se interviene continuamente, es verdad que no terminan de aprender los efectos o consecuencias de sus actos. Mi pregunta sería, hasta que punto o hasta que momento hay que dejarles este margen y cuando habría que intervenir.

Me ha gustado mucho la frase "el aprendizaje de la responsabilidad es a largo plazo". Es importante no perder esto de vista".

ta".

Analizando ahora nuestro caso personal

Ahora vamos a trabajar en el caso personal de cada uno, me gustaría que reflexionaran si su hijo ha desarrollado esta capacidad de prever las consecuencias de sus actos y si las tiene en cuenta antes de actuar. Algún ejemplo que recuerden. ¿En qué medida creen que anticipar las consecuencias de sus actos

PAUTA ORACIÓN MES DE MAYO ENSEÑANZA MEDIA

Prever las consecuencias de nuestros actos

La voluntad inteligente, libre y recta de nuestros hijos, se forja en un largo proceso de ensayo y errores, en el que la capacidad de prever las consecuencias y aprender de ellas será una fortaleza fundamental para que lleguen a ser “buenos cristianos y honestos ciudadanos”.

Este será el motivo de nuestra oración en esta tarde. Pedirle a Dios para que nosotros y nuestros hijos sean capaces de ver con anterioridad –prever- las consecuencias de nuestros actos. Pedimos para que nuestros hijos aprendan a tomar las decisiones adecuadas con responsabilidad.

Al iniciar nuestra oración queremos destacar que el **ejemplo** que damos los padres a los hijos en este tema tan importante. Pongamos en manos de la Sagrada Familia, en manos de Jesús, María y José este momento de formación. Pidámosles que como ellos, sepamos prever, también nosotros, las consecuencias de nuestros actos.

Jesús, María y José en ustedes contemplamos
el esplendor del verdadero amor,
y a ustedes, confiados, nos dirigimos
con la oración que el mismo Cristo nos enseñó.

Padre nuestro...

En el nombre del Padre, del Hijo y del Espíritu Santo. Amén.

El tema de hoy se titula: **Prever las consecuencias de nuestros actos**

- a) La actividad central de hoy consiste en leer un caso para luego, analizarlo entre todos.
- b) El caso tiene que ver con las notas que se saca Verónica. Es un caso positivo. Insisto en que se trata de un caso positivo. De hecho Verónica se saca buenas notas. Pero no está contenta con ello.
- c) Se lee el caso.
- d) Preguntar a los apoderados: **¿Creen ustedes que hubo aprendizaje de las consecuencias en el caso de Verónica?**
- e) Dejar un tiempo para responder (*conviene ensayar con un par de apoderados antes*)
- f) Luego, avanzar con la segunda pregunta: **¿Le sirvió a Verónica ese aprendizaje o no, para la construcción de la voluntad?**

- g) A continuación vamos a comentar las conclusiones a las que llegó Verónica: ¿qué le pasó para que ella cambie su forma de estudio? ¿A qué se debe el cambio de conducta?
- h) Estas dos últimas preguntas no se responden. Si no que se dice: para responder a las preguntas vamos a leer los **“comentarios de una mamá”**.
- i) El ejemplo que hemos usado es positivo pero mejorable. Las conclusiones a las que llega la hija no se improvisan. Son el resultado de una educación constante en el tema de la responsabilidad y la conducta. Si alguna o alguno quiere profundizar, al final del folleto hay un link que en algunas láminas da ideas de cómo educar la conducta.
- j) Gracias por haber participado en nuestro segundo tema de formación. Por favor, guarden el impreso o díptico que se les entregó para releerlo por completo y, reflexionar lo que corresponda con el hijo.
- k) Sabemos que no resulta fácil encontrar el tiempo para ello, pero insisto, es muy importante que lo releen y trabajen en casa hasta que dominen bien el tema ustedes y también su hijo.
- l) Continúen, entonces, con el análisis de cuál es el caso personal de cada uno de ustedes y sus hijos. Les ayudará para evaluar si su hijo ha desarrollado esta capacidad de prever las consecuencias de sus actos.
- m) Oración final: poner en las manos de María, nuestro Auxilio, la misión que tenemos como padres. Dios te salve, María...

sos sin que signifique ser grosero. Una respuesta útil puede ser algo así como: 'Ese comentario resultó bastante ofensivo. ¿Quisiste comportarte groseramente?'

Dele a su hijo elogios descriptivos cuando se comunique de manera positiva. Cuando tenga una interacción positiva, indíquele esto a su hijo. Esto le permite saber que eres consciente y valoras sus opiniones.

Actividad 3. Relaciones

Evalúe ¿qué tipo de modelo estoy siendo para mi hijo? ¿Soy un ejemplo a seguir? Cuando esté con su hijo, trate de hablar y actuar de la manera que desee que su hijo hable y actúe en su nombre. Por ejemplo, si usted pierde la calma como frecuencia, es posible que a su hijo le cueste entender por qué no está bien que él se comporte irrespetuosamente.

Si hay mucha tensión entre usted y su hijo, otro adulto que conozca y en quien confie, como una tía, un tío o un amigo de la familia, podría apoyar a su hijo durante este período. Involucrar a alguien como ellos puede ser una excelente manera de aliviar la tensión.

Verifique con su hijo para asegurarse de que no haya nada que lo haga sentir especialmente estresado o preocupado.

Nota: en las jornadas por nivel se ofrecen una serie de herramientas para aplicar en este tema. También, en los temas mensuales daremos algunas herramientas como la “escucha activa” y “asertividad y comunicación”.

Aunque ud. tenga más experiencia de vida que su hijo, es probable que el hecho de darle sermones acerca de cómo comportarse sea contraproducente y la/o deje de escuchar. Si desea que su hijo lo/a escuche, es posible que necesite pasar tiempo escuchándolo activamente.

No importa cuán malhumorado o enojado esté su hijo, aún así, valora el tiempo en que habla y se conecta con ud. Tal vez ud. necesite ser un poco más comprensivo si tiene mal genio o es cambiante. Recordar que esta fase generalmente pasará, te puedes ayudar.

¡Qué falta de respeto!

Enseñanza Media / Junio



Introducción

El comportamiento irrespetuoso del adolescente con sus padres es bastante común. Como padre, vd. puede sentirse herido/a, preocupado/a e inseguro/a sobre lo que sucedió cuando tiene conversaciones normales que terminan en estallido. Cuando era niño su hijo solía valorar su interés o aporte, pero ahora parece que incluso las conversaciones simples se convierten en discusiones.

Hay razones para el comportamiento de su hijo. Y también

hay buenas noticias: **esta fase generalmente pasará.**

¿De dónde viene este comportamiento irrespetuoso?

Aunque no todos los adolescentes lo hacen, es una parte normal del crecimiento y desarrollo adolescente

Esto se debe en parte a que su hijo está aprendiendo a expresar y probando sus propias ideas independientes, por lo que habrá momentos en los que no esté de acuerdo. Desarrollar la independencia es una parte clave del crecimiento y una buena señal de que su hijo está tratando de asumir más responsabilidades. Pero también está aprendiendo cómo manejar el desacuerdo y las diferentes opiniones de manera apropiada. Además, los estados de ánimo de su hijo pueden cambiar rápidamente. Debido a la forma en que se desarrolla el cerebro del adolescente, su hijo no siempre puede manejar sus cambiantes sentimientos y reacciones ante las cosas cotidianas o inesperadas. Y esto a veces puede llevar a una sensibilidad excesiva, lo que a su vez puede llevar a mal humor o rudeza.

A veces, el comportamiento irrespetuoso también puede ser una señal de que su hijo se siente particularmente estresado o preocupado.

Y los adolescentes están empezando a pensar de una manera más profunda que hace unos años, y pueden tener pensamientos y sentimientos que nunca antes tuvieron. Algunos jóvenes parecen irrumpir en el mundo con una visión opuesta y radical sobre todo. Este cambio hacia un pensamiento más profundo también es una parte normal del desarrollo.

No importa cuán gruñón o malhumorado esté su hijo, él todavía valora el tiempo que le dedica a hablar y conectarse con usted. Tal vez como padre o madre necesite ser un poco más comprensivo. Debiera serle útil recordar que esta

La falta de respeto o las conductas bruscas de los adolescentes son bastante comunes. Sin embargo, esta fase de su trayecto en algún momento desaparecerá. Siga las actividades que se proponen si desea manejar las conductas irrespetuosas de su hijo.



Para la reunión de apoderados

¿Cómo maneja usted el comportamiento irrespetuoso de su hijo adolescente?



Trabajo en casa

Actividad

1. Manejo de la disciplina

Revise y converse con su hijo las reglas de comportamiento y comunicación que se han establecido en la familia. Por ejemplo, "En nuestra familia hablamos con respeto". Recuerde que involucrar al hijo en el establecimiento de reglas, lo compromete más.

Concéntrese en el comportamiento de su hijo y cómo se siente vd. al respecto. Evite cualquier comentario sobre la personalidad o el carácter de su hijo. En lugar de decir, 'Eres grosero', intente algo así como: 'Me siento dolido cuando me hablas así'. A veces, conviene decirlo con mucha claridad: "Me puse furioso contigo hace un momento. Tú sentirías lo mismo".

Establezca y use consecuencias, aunque pocas, para cuando su hijo se pase de la raya. Por ejemplo, consecuencias para groserías o insultos.

Actividad 2. Manejo de la comunicación

Evalúese a ud. mismo/a: ¿mantengo la calma? Uno se puede detener, respirar profundo y continúa con calma con lo que quiere decir.

Ignore los encogimientos de hombros de su hijo, sus ojos levantados y miradas aburridas si, en general, se está comportando de la manera que a ud. le gusta.

Chequee su comprensión. A veces los adolescentes son irrespetuo-

PAUTA ORACIÓN MES DE JUNIO ENSEÑANZA MEDIA

¡Qué falta de respeto!

El tema de hoy tiene que ver con la falta de respeto de nuestros hijos. Una realidad que todos sufrimos, a la cual buscamos solución con esperanza. “Ya cambiará este hijo nuestro, decimos”.

Este será el motivo de nuestra oración en esta tarde. Pedirle a Dios para que nosotros y nuestros hijos sepamos mantener un clima de respeto entre nosotros. En este sentido, los padres tenemos la gran responsabilidad de ser modelos de respeto para nuestros hijos.

Al iniciar nuestra oración queremos destacar que el **ejemplo** que damos los padres a los hijos en este tema muy importante. Pongamos en manos de la Sagrada Familia, en manos de Jesús, María y José este momento de formación. Pidámosles que como ellos, sepamos tratarnos entre nosotros como adultos respetuosos y positivos

Jesús, María y José en ustedes contemplamos
el esplendor del verdadero amor,
y a ustedes, confiados, nos dirigimos
con la oración que el mismo Cristo nos enseñó.

Padre nuestro...

En el nombre del Padre, del Hijo y del Espíritu Santo. Amén.

El tema de hoy se titula: **¡Qué falta de respeto!**

a) Pongamos atención al siguiente diálogo:

Usted: ¿Hijo, cómo va la lectura del libro para la prueba?

Su hijo: ¿Por qué me estás controlando? ¿Qué no confías en mí? Siempre me saco buenas notas, ¿por qué tanto control?

Usted: Sólo estaba preguntando. Solamente quería saber si va todo bien con el...

Su hijo: Seguro que estabas... (murmullo, murmullo, murmullo)

b) Seguro que a todos nos pasa. **¿Qué hace usted cuando su hijo le falta el respeto?**

c) Dejar tres minutos para conversar con el compañero de asiento.

- d) Veamos, a continuación, ¿de dónde viene el comportamiento irrespetuoso de la mayoría de los adolescentes? (aunque como sabemos hay excepciones).
- e) No se pide respuestas a los asistentes, sino que se lee en voz alta los párrafos que dan respuesta a la pregunta (inicio segunda página).
- f) En el trabajo para la casa se proponen tres actividades. El manejo de la disciplina, el manejo de la comunicación y las relaciones.
- g) Con nuestro compañero o compañera de asiento vamos a leer y comentar la primera actividad: **“Manejo de la disciplina”**.
- h) Dejar unos cinco minutos.
- i) Dar las gracias por haber participado en nuestro tercer tema de formación. Por favor, guarden el impreso o díptico que se les entregó para releerlo por completo y, reflexionar lo que corresponda con el hijo.
- j) Sabemos que no resulta fácil encontrar el tiempo para ello, pero insisto, es muy importante que lo releen y trabajen en casa hasta que dominen bien el tema ustedes y también su hijo.
- k) Oración final: poner en las manos de María, nuestro Auxilio, la misión que tenemos como padres. Dios te salve, María...

- 4.- Mira a los ojos del emisor.
- 5.- Pon atención al lenguaje corporal de tu interlocutor. Descubre qué es lo que quiere comunicarte.
- 6.- Escucha el tono de la voz, la intensidad. Las palabras con diferentes tonos tienen significados distintos.
- 7.- Sigue el ritmo de tu interlocutor. Todo el mundo tiene su ritmo para hablar y pensar.
- 8.- Demuestra que quieres escuchar. Evita las distracciones.
- 9.- Haz que la persona que te habla se sienta segura. Crea un ambiente de confianza y libertad.
- 10.- Actúa como un oyente alentador. Sonríe, mueve la cabeza asintiendo.
- 11.- Concéntrate en lo que dice el emisor. Piensa sólo en lo que dice.
- 12.- Escucha las ideas y los sentimientos. Ve más allá de las palabras. Descubre sus ideas, sentimientos, sus emociones.
- 13.- Trata de entender lo que la otra persona te está hablando desde su punto de vista. Ponte en su lugar. Sé empático.
14. Expresa con los gestos de tu cara la emoción adecuada al mensaje del emisor.
- 15.- Detecta las palabras claves que suponen el contenido del mensaje, las ideas principales.
- 16.- Reflexiona constantemente sobre las palabras claves.
- 17.- No interrumpas. No seas impaciente. Deja hablar a tu interlocutor.
- 18.- Haz transacciones suaves entre los papeles de escucha y orador.
- 19.- Limita el tiempo que dedicas a hablar.
- 20.- Alienta a tu interlocutor para que siga hablando con expresiones como sí, de acuerdo, ya...
- 21.- Repite las palabras que has escuchado de vez en cuando. Parafrasea.
- 22.- Preguntar sobre las ideas claves del mensaje.
- 23.- Solicita ampliación sobre lo que no entiendas.



Escucha Activa: una actitud

Enseñanza Media / Agosto



Introducción

La escucha activa favorece la comunicación empática entre las personas y las buenas relaciones, especialmente, entre padres e hijos, y entre parejas. La primera responsabilidad del comunicador es aprender a ser un buen oyente, y más aun, ser “**escucha activo**”, lograr el entendimiento de ideas y tal vez también la empatía, saber escuchar activamente es una práctica de comunicación que exige responsabilidad en cualquier situación, ya que puede ayudar a generar intercambio de información precisa, estableciendo una gran fidelidad en la transmisión y recepción de las ideas que contienen los mensajes; la **empatía** nos permite aprender a reconocer los probables efectos en nuestro encuentro comunicativo.

¿Pero qué es la escucha activa? Aquella por la que demostramos a nuestros hijos que sabemos escucharlos, lo que dicen y cómo lo

dicen, las emociones implícitas de sus mensajes, el sentido de sus posibles sentimientos o necesidades, de sus dudas o sus dilemas, de sus miedos o tristezas. Realizar una escucha activa supone también aceptarlo, confiar en sus posibilidades para encontrar una solución y transmitirle seguridad en sus fortalezas y capacidades. Básicamente, la escucha activa es hacer que tu hijo, tu pareja, se sientan escuchados.

Tener en cuenta que las personas filtramos o modificamos el sentido de lo que escuchamos en un 70% de nuestras comunicaciones. Por ejemplo, cuando prejugamos o cuando escuchamos a nuestro interlocutor, sin ponerle atención, pensamos lo que vamos a decir nosotros en nuestra próxima intervención originando la sensación de no escuchar activamente.

“Para conversar en la reunión de apoderados

¿Crees que en tu casa se practica la escucha activa?



Trabajo en casa

Observar el nivel comunicativo familiar y memorizar pautas de mejora para desarrollar la escucha activa y la buena comunicación.

1.- Practicando la escucha activa

Ver un corto video en link que sigue: <http://bit.ly/2ItiLr8>

¿Crees que en el video se practica la escucha activa? ¿Por qué?

¿Practican la escucha activa en la casa?

¿Que se puede escuchar además de lo que percibimos por los oídos?

2.- Técnicas de escucha activa

Mediante las técnicas de escucha activa del lenguaje no verbal, utilizando el lenguaje de nuestro cuerpo, conseguimos que nuestro interlocutor se de cuenta que le mostramos atención, que le escuchamos activamente. Estas técnicas son:



Mirada: la mirada fija sobre el rostro de nuestro interlocutor, a ser posible sus ojos, sin bajar la línea de la base de la nariz. Mirar a los labios o mas abajo puede molestar. Si observamos que la mirada fija molesta al otro

Asentir con la cabeza: nuestro interlocutor interpretará que le escuchamos, que le entendemos, que le prestamos atención.

Refuerzo positivo corporal: encarar completamente el cuerpo hacia el suyo. Evitar girar la cabeza. Cuando escuchamos, lo hacemos desde una posición adelantada, avanzando todo el cuerpo desde la cintura. Al hablar, recuperamos la posición.

Parafrasear: pequeños resúmenes con las propias palabras mostrando interés y ganas de verificar si se esta entendiendo.

Resumir: hacer resúmenes durante la conversación para asegurarnos que, por ambas partes, vamos jugando un eficaz papel de emisor-receptor.

Reglas de la escucha activa

- 1.- Actitud positiva hacia la escucha. Actualizar la motivación por la que uno escucha.
- 2.- Deja tus emociones, tus juicios y opiniones antes de comenzar la conversación.
- 3.- Debes parecer un oyente activo.

PAUTA ORACIÓN MES DE AGOSTO ENSEÑANZA MEDIA

Escucha activa: una actitud

Las personas empáticas suelen ser buenos escuchadores. De eso quisiéramos hablar hoy, porque una escucha activa favorece la comunicación empática entre las personas y, las buenas relaciones. Se trata de una actitud a cultivar si queremos tener buenas relaciones con nuestros hijos y con nuestras parejas.

Este será el motivo de nuestra oración en esta tarde. Pedirle a Dios para que nosotros y nuestros hijos seamos capaces de establecer buenas relaciones logrando no sólo el entendimiento de ideas, sino también de corazones. Pedimos para que nuestros hijos a escuchar con empatía a sus padres, profesores y compañeros.

Al iniciar nuestra oración queremos destacar que el **ejemplo** que damos los padres a los hijos en este tema tan importante. Pongamos en manos de la Sagrada Familia, en manos de Jesús, María y José este momento de formación. Pidámosles que como ellos, sepamos también nosotros adultos cultivar la actitud de escuchar activamente.

Jesús, María y José en ustedes contemplamos
el esplendor del verdadero amor,
y a ustedes, confiados, nos dirigimos
con la oración que el mismo Cristo nos enseñó.

Padre nuestro...

En el nombre del Padre, del Hijo y del Espíritu Santo. Amén.

El tema de hoy se titula: **Escucha activa: una actitud**

- a) Miremos el dibujo de la portada y, a partir de ahí, intentemos definir **¿qué es la escucha activa?**
- b) Muchas veces nos fijamos en lo que nuestros hijos dicen pero no en **cómo** lo dicen. Es decir, no estamos atento a las emociones que hay detrás de sus mensajes. Pero mejor, veamos cómo el folleto define la escucha activa.
- c) Leer, destacando los elementos, el segundo párrafo.
- d) Se fijan que para escuchar activamente tenemos que estar atentos a los sentimientos, a las necesidades e incluso, a los miedos y las tristezas que reflejan sus palabras. O sea, no es entender sólo el mensaje verbal, sino ponerse en el lugar del otro.

- e) Como dice el tercer párrafo. La escucha activa es importante porque normalmente filtramos o modificamos el sentido de lo que se nos dice en un 70%. Porque filtramos o modificamos en el 70% es que es tan difícil comunicarse si no se recurre a la escucha activa.
- f) **¿Creen ustedes que en sus casas se practica la “escucha activa”?** Por favor, convérsenlo con su compañera o compañero de asiento.
- g) Dejar unos 5 minutos.
- h) El trabajo para la casa consiste en dos actividades. La primera es ver un video corto y responder a las 3 preguntas que aparecen allí.
- i) La segunda actividad ofrece algunas técnicas de escucha activa donde lo central es que nuestro hijo se de cuenta que le mostramos atención. La idea es conocerlas, estudiarlas y ponerlas en práctica.
- j) Las vamos a leer aquí entre todos, luego, sin mirar el texto las explicaremos con nuestras propias palabras.
- k) Leer “Técnicas de escucha activa”.
- l) Preguntar: ¿quién puede explicar con sus palabras en que consiste **“el refuerzo positivo corporal”**?
- m) De la misma manera seguir con los otros cuatro elementos.
- n) Gracias por haber participado en nuestro cuarto tema de formación. Por favor, guarden el impreso o dptico que se les entregó para releerlo por completo y, reflexionar lo que corresponda con el hijo.
- o) Sabemos que no resulta fácil encontrar el tiempo para ello, pero insisto, es muy importante que lo releen y trabajen en casa hasta que dominen bien el tema ustedes y también su hijo.
- p) Continúen, entonces, con el análisis de cuál es el caso personal de cada uno de ustedes y sus hijos. Les ayudará para evaluar si su hijo está aprendiendo a escuchar activamente.
- q) Y no se olviden de a leer y practica también las **“reglas de la escucha activa”** que son un mayor desarrollo de lo que reflexionamos esta tarde.
- r) Oración final: poner en las manos de María, nuestro Auxilio, la misión que tenemos como padres. Dios te salve, María...

Pregunta 2. ¿Conoces tus derechos asertivos?

Un gran paso para aprender a ser asertivos es conocer nuestros derechos que “no están escritos, pero que todos poseemos, y que muchas veces olvidamos a costa de nuestra autoestima”. Reflexiona, junto a tu hijo sobre la lista que sigue y piensa si los pones o no en práctica y cómo.

1. El derecho a ser tratado con respeto y dignidad
2. El derecho a tener y expresar los propios sentimientos y opiniones
3. El derecho a ser escuchado y tomado en serio.
4. El derecho a juzgar mis necesidades, establecer mis prioridades y tomar mis propias decisiones.
5. El derecho a decir No sin sentir culpa.
6. El derecho a pedir lo que quiero , dándome cuenta de que también mi interlocutor tiene derecho a decir No.
7. EL derecho a cambiar.
8. El derecho a cometer errores.
9. El derecho a pedir información y ser informado.
10. El derecho a obtener aquello por lo que pagué.
11. El derecho a decidir no ser asertivo.
12. El derecho a ser independientes de acuerdo a mi edad.
13. El derecho a tener éxito.
14. El derecho a gozar y disfrutar.
15. El derecho a mi descanso, aislamiento, siendo asertivo.
16. El derecho a superarme, aun superando a los demás.

Estos derechos te servirán de base para aprender y poner en práctica tu asertividad.



Asertividad y Comunicación

Enseñanza Media / Septiembre



Introducción

Se sabe que cada persona tiene su manera propia de reaccionar ante las situaciones, y lo hace de distinta forma dependiendo de las circunstancias.

Las personas pueden comportarse de una **manera pasiva**, **agresiva** o **asertiva** dependiendo de la situación o de su manera de comportarse. Por supuesto que no siempre actúan de la misma manera, sino que emplean una u otra forma en diferentes ocasiones.

- Las personas que se comportan de **manera pasiva** suelen ceder ante los deseos y propuestas de los demás, nunca consiguen hacer lo que desean, suelen dar preferencia a los derechos de los demás sobre los suyos. Aunque suelen ser muy queridas por lo “buenas personas” que son con los demás, a la larga se sienten frustradas, anuladas y

manipuladas, lo que les causa graves problemas de autoestima.

- Las personas que se comportan de **manera agresiva**, siempre consiguen lo que quieren aún a costa de molestar, ofender o herir a los demás. Siempre prevalecen sus necesidades y deseos sin considerar las de los demás, son poco queridas y suelen ser rechazadas, lo que también repercute en su autoestima.

- Las personas que se comportan de **manera asertiva**, por el contrario, consiguen más a menudo lo que desean y, lo que quizás es más importante, respetan los derechos propios y los de los demás. Esto hace que se sientan más satisfechos consigo mismos y en la relación con los demás.

¿Por qué es importante enseñarle a tu hijo o hija el dominio de la asertividad? Porque, entre otras cosas, es **una habilidad esencial para comunicarse y para hacer respetar sus derechos**. También es clave para mantener una buena autoestima, poder tener criterios propios y no dejarse llevar por su grupo de iguales ante conductas de riesgo.

Para conversar en la reunión de apoderados

¿Cuáles son los conceptos claves en la asertividad? ¿Qué beneficios aporta a la convivencia padres-hijos?

¿Cuál de los pasos de la figura nos saltamos con mayor frecuencia, cuando tratamos de buscar solución a algún problema?



Trabajo en casa

Repasa lo leído y conversado en el curso, después reflexiona sobre si tu hijo

mantiene una conducta asertiva tanto en casa como con su grupo de iguales. También sería interesante que como padres piensen sobre el modelo de conducta social que le están transmitiendo.

Pregunta 1. ¿Es tu hijo asertivo/a?

Observar con detenimiento cómo es el comportamiento de tu hijo en el ámbito social, cómo se desenvuelve, si sabe darse un lugar de respeto frente a los otros, si es capaz de decir "no"... Y además qué piensan personalmente en qué punto están ustedes y en el modelo que le están transmitiendo.

Comentario de una mamá:

"En nuestra casa somos asertivos, porque tanto mi marido como yo lo somos, hemos procurado transmitir a nuestros

hijos en nuestro modo de vida el respeto a uno mismo y los demás, la aceptación del otro y la expresión de la propia opinión y el decir "no", cuando es necesario. No aceptamos en casa un comportamiento agresivo, ni verbal ni físico, y ha estado siempre presente en nuestro modo de vida familiar la conversación abierta, incluso el silencio intencionado, ya que no siempre se tiene ganas de conversar y es muy respetable. Crear un clima de respeto en el hogar es fundamental para estar en el camino hacia la asertividad, y por supuesto empezando por los padres".



PAUTA ORACIÓN MES DE SEPTIEMBRE ENSEÑANZA MEDIA

Asertividad y Comunicación

El tema de hoy tiene que ver con nuestra propia manera de reaccionar –distinta a la de los otros- frente a situaciones que resultan preocupantes. ¿Atacamos? ¿Nos quedamos sin hacer nada? O ¿somos A-SER-TI-VOS?

Este será el motivo de nuestra oración en esta tarde. Pedirle a Dios para que nosotros y nuestros hijos sean capaces decir lo que queremos que suceda sin agredir y a la vez sin someternos a la voluntad ajena. Pedimos para que nuestros hijos aprendan a ser asertivos expresando cómo se sienten y lo que piensan adecuadamente.

Al iniciar nuestra oración queremos destacar que el **ejemplo** que damos los padres a los hijos en este tema tan importante. Pongamos en manos de la Sagrada Familia, en manos de Jesús, María y José este momento de formación. Pidámosles que como ellos, sepamos cultivar la asertividad en nuestra comunicación como adultos y con nuestros hijos.

Jesús, María y José en ustedes contemplamos
el esplendor del verdadero amor,
y a ustedes, confiados, nos dirigimos
con la oración que el mismo Cristo nos enseñó.

Padre nuestro...

En el nombre del Padre, del Hijo y del Espíritu Santo. Amén.

El tema de hoy se titula: **Asertividad y Comunicación**

- a) Leemos la introducción y señalamos **¿cuáles son los conceptos claves de la asertividad?**
- b) La respuesta en segundo párrafo de la segunda hoja: “Las personas que se comportan de manera asertiva”
- c) **¿Qué beneficios, creen ustedes, aporta la asertividad a la convivencia de pareja?**
- d) Recibir dos o tres aportes.
- e) **¿Y a la convivencia padres-hijos?**

- f) Recibir dos o tres aportes
- g) Miremos la figura del centro de nuestro díptico (dejar tiempo para que cada uno la revise) ...
¿Qué nos cuesta más? ¿Expresar cómo me siento? ¿Manifestar lo que pienso? ¿Decir lo que quiero que suceda?
- h) Dejar unos 5 minutos para que en parejas se responda a las preguntas anteriores.
- i) En el trabajo para la casa se proponen dos actividades. Averiguar cuán asertivo es tu hijo y, luego, conocer los derechos asertivos que toda persona tiene.
- j) La primera pregunta la responderán ustedes en la casa. Pasamos a la pregunta 2.
- k) Leer la introducción: “Un gran paso para aprender a ser asertivos...”
- l) A continuación vamos a dejar un tiempo de silencio para que cada uno lea sus derechos asertivos. Al final, cada una/o señalará en voz alta cuál de esos derechos cree que necesita ejercer con mayor empeño.
- m) Después de 2 o 3 minutos. Decir **¿quién quiere comenzar?** Sólo leer el número de derecho que cree más necesita.
- n) La idea es que todos digan uno... pero con calma para que los demás tengan un tiempcito para releer el número elegido (ojo que puede haber alguien que no “haya traído los lentes” en ese caso puede escuchar al vecino/a).
- o) Ahora, nuestra tarea en la casa es reflexionar estos derechos junto al hijo.
- p) Gracias por haber participado en nuestro quinto tema de formación del año. Por favor, guarden el impreso o díptico que se les entregó para releerlo por completo y, reflexionar lo que corresponda con el hijo.
- q) Sabemos que no resulta fácil encontrar el tiempo para ello, pero insisto, es muy importante que lo releen y trabajen en casa hasta que dominen bien el tema ustedes y también su hijo.
- r) Oración final: poner en las manos de María, nuestro Auxilio, la misión que tenemos como padres. Dios te salve, María...

se debe a las diferencias biológicas entre los sexos. Realidad: Cualquier razonamiento de este tipo no tiene base científica. No es más que un mito alimentado, muchas veces, por los medios de comunicación que contribuyen a que este razonamiento se popularice.

La mujer nunca queda embarazada después de su primera relación sexual. Realidad: si está fértil durante su primera relación queda embarazada igualmente.

Los varones para ser más hombres necesitan tener muchas relaciones sexuales. Realidad: un verdadero hombre es capaz de respetar a la mujer y respetarse así mismo, entendiendo la relación sexual como un acto intimidad, amor y respeto.

A las mujeres que han tenido relaciones se les arquean las piernas. Realidad: Tener relaciones sexuales no cambia tu estado físico. Es imposible saber si una mujer ha tenido relaciones sexuales a través de su estructura física.

Los hombres pueden expresar sus emociones frente a los demás. Realidad: Los hombres no sólo tienen derecho sino que son capaces de expresar y manifestar sus emociones y afectos con naturalidad.

Es común que durante la adolescencia se acceda a dar la prueba de amor... por miedo a ser abandonado por la pareja. Realidad: “Si no lo hacía mi pareja me dejaría”. “Mis amigos ya lo hicieron, no puedo quedarme atrás”. El ejercicio de la sexualidad tiene que ser producto de la libertad y crecimiento de cada uno y no de lo otros dicen.

El embarazo no sirve para mejorar la relación de pareja. Realidad: Sin respeto, sin confianza, sin comunicación, no sirve ninguna relación. Algunas adolescentes creen que si se embarazan su pareja será más cariñoso, atento con ella. Para que una relación sea exitosa se requiere buena comunicación, respeto y amor.

Comentario de una mamá:

“Buenas tardes, he estado viendo con mis hijos los mitos y realidades de la sexualidad en adolescentes, y lo tenían muy claro, aprovechando tanta madurez, he aprovechado para hablar con ellos y bueno, ciertas cosas prefieren hablarlas con su padre o hermano, sin embargo, me han preguntado sobre muchachas, lo cierto es que me he reído con ellos. Creo están informados adecuadamente y saben que cuentan con nosotros para lo que necesiten, aunque me han dicho que ya han hecho alguna consulta a su hermano mayor como sabia”.

Educación afectivo-sexual e igualdad

Enseñanza Media / Octubre



Introducción

El incremento de agresiones de violencia de género entre muchachos jóvenes nos pone en alerta sobre el riesgo que corren nuestros hijos o hijas de verse involucrados en relaciones afectivas malsanas o vínculos de “dependencia” con jóvenes posesivos, autoritarios o agresivos.

La educación por la igualdad entre hombres y mujeres es una tarea en la que toda la sociedad estamos involucrados, pero debemos ser conscientes de que sólo una buena educación, en la que esté incluida la formación afectiva-sexual, podrá contribuir a detectar los indicios

y los peligros de este tipo de relaciones para que nuestros hijos no se dejen atrapar por ellas. Menos aún, en un momento en que las idealizaciones, las pulsiones hormonales y los mitos amorosos pueden confundirlos.

Para compartir en la reunión de apoderados

¿Cómo abordan el tema sexual y de la igualdad mujer-hombre en la casa?



Trabajo en casa

Pregunta 1. ¿Cómo abordar la educación afectivo sexual con sus hijos?

En esta primera pregunta les propongo la reflexión sobre el tema sexual y de igualdad en la adolescencia. Revisar qué actitud muestra su hijo, si se han dado situaciones en las que les han preguntado sobre lo sexual y la igualdad, si ellos les han contado alguna experiencia que hayan vivido...

Reflexiones de un papá:

“En la casa el tema de la sexualidad no lo hablamos con nuestro hijo (15 años). Hablamos de muchísimos temas, pero de este no. El no pregunta nada y nosotros no sabemos cómo abordarlo, pero nos gustaría poder hacerlo. Le preguntamos que si en el Colegio han dado alguna charla y nos dice que no.

El tema de la igualdad y la violencia de género sí lo hemos abordado. Aquí si han tenido conferencias en el colegio. Desgraciadamente en este tema tiene una visión que no nos gusta, muy machista, de hecho decía que las conferencias eran una tontería. Lo que hacemos es tratar de que hable y exponga sus puntos de vista y le decimos que no estamos de acuerdo, tratamos de hacerle ver que su forma de pensar no es correcta, pero por el momento creo que no lo hemos conseguido. Uno de sus argumentos es que la violencia de género es un asunto que afecta sobre todo a los inmigrantes. También le parece una estupidez el término "violencia machista".

A veces, se tienen dificultades para abordar este tema, bien porque no

les preguntan o porque son reacios a tratar el tema. Pero es algo a lo que se están enfrentando en este momento de una manera o de otra y es prioritario que puedan tocar este tema con ellos y, que tengan una información fidedigna. Hoy día hay muchos medios a través de los que les llega información pero ésta muchas veces no es de calidad y puede llegar a generar falsos mitos que les pueden confundir más.

Pregunta 2. Educación sexual adolescente y su influencia en las relaciones de pareja adulta

El área sexual es una de las áreas centrales en las relaciones de pareja ya que sin este aspecto no serían de pareja sino de amistad u otro tipo. La sexualidad es una forma de relacionarnos con el otro en la que se desarrollan roles y dinámicas de relación que pueden favorecer o bien enturbiar a la relación afectiva en pareja.

Es importante, por ello, que se de una sexualidad sana y positiva en la pareja y esto dependerá en gran medida del tipo de educación y aprendizajes desarrollados en edades tempranas. Aquí la labor que se desarrolle en la casa será crucial así como los modelos que sus hijos adquieran de ustedes o de otros adultos significativos para ellos.

Muchas veces no hay una educación abierta en este sentido y el tema sexual es tratado como un tema tabú que fomenta muchos mitos sexuales que después en la edad adulta repercutirán en las relaciones de pareja que mantengan sus hijos en el futuro. Así que les propongo en esta segunda pregunta que pensemos en la educación sexual que les estamos transmitiendo y en si sus hijos mantienen mitos sexuales.

Siguen algunos mitos que se pueden usar de punto de partida para la reflexión con el hijo.

Algunos mitos

Nota: Los mitos son creencias falsas que contribuyen a que las personas interpreten la realidad a través de ellas, rechazando cualquier contraejemplo que no encaje con sus expectativas. Los mitos alimentan los estereotipos (normas fijas) y los prejuicios.

No hay que preocuparse mucho que las mujeres ocupen menos puestos de liderazgo o ganen menos que los hombres por el mismo trabajo. Ello



PAUTA ORACIÓN MES DE OCTUBRE ENSEÑANZA MEDIA

Educación afectivo-sexual e igualdad

La educación por igualdad entre hombres y mujeres es una tarea en la que toda la sociedad estamos involucrados. Sólo una buena educación, que incluya la formación afectiva-sexual, puede liberar a nuestros hijos de los peligros de las relaciones de violencia entre hombres y mujeres.

Este será el motivo de nuestra oración en esta tarde. Pedirle a Dios para que nosotros y nuestros hijos seamos capaces de hablar de estos temas y, sobre todo, seamos capaces de tratarnos con profundo respeto, empatía y amor entre hombres y mujeres.

Al iniciar nuestra oración queremos destacar que el **ejemplo** que damos los padres a los hijos en este tema tan importante. Pongamos en manos de la Sagrada Familia, en manos de Jesús, María y José este momento de formación. Pidámosles que como ellos, sepamos cultivar, en el día a día, la igualdad de género en nuestra familia, entre los padres y con los hijos.

Jesús, María y José en ustedes contemplamos
el esplendor del verdadero amor,
y a ustedes, confiados, nos dirigimos
con la oración que el mismo Cristo nos enseñó.

Padre nuestro...

En el nombre del Padre, del Hijo y del Espíritu Santo. Amén.

El tema de hoy se titula: **Educación afectivo-sexual e igualdad de género**

- a) En la relación entre hombres y mujeres tiene especial importancia un trato de igualdad. Sin embargo, el aumento de agresiones de violencia de género entre jóvenes pololos nos habla del riesgo que corren nuestros hijos de verse involucrados en relaciones afectivas malsanas.
- b) Una pregunta para todos: **¿Cómo creen ustedes, así sin pensar mucho, se está abordando el tema sexual y de igualdad hombre mujer en nuestras casas?**
- c) Dejar espacio a dos o tres intervenciones.
- d) En voz alta, leer la **introducción**.
- e) El **trabajo para la casa** contempla 2 preguntas. La primera ¿Cómo abordar la educación afectivo-sexual con nuestros hijos? La leeremos aquí.

- f) Pedir que abran el folleto y vayan a “Trabajo en casa”.
- g) Vamos a leer, entre todos, la pregunta completa.
- h) La segunda pregunta: “Educación sexual adolescente y su influencia en las relaciones de pareja”. Aquí vamos a leer el segundo párrafo de la pregunta: “Es importante, por ello...”
- i) **¿Están de acuerdo con lo que se afirma en el párrafo?**
- j) Recibir dos o tres intervenciones y, si es necesario agregue lo que sigue entre paréntesis. (Para el delegado: Se afirman cosas. Primero, una sexualidad sana y positiva en la pareja depende de una buena educación en edades tempranas. Y, segundo, los modelos que los adultos les presentamos también influyen notablemente.)
- k) Ahora, pensemos en la educación sexual, abierta a la igualdad, que le estamos transmitiendo a nuestros hijos. Para ello revisaremos, ahora entre nosotros pero después con nuestros hijos, algunos mitos sexuales para ver si ellos también los mantienen.
- l) Lo haremos de la siguiente manera con nuestra compañera/o de asiente: el integrante A de la pareja lee a su compañero el mito que aparece con letra cursiva. El compañero/a B dice si está de acuerdo o no. Luego, siempre A lee lo que dice después de “realidad”.
- m) Para el mito siguiente se cambia. A hace de B y B hace de A.
- n) Dejar 5 o más minutos según el tiempo disponible.
- o) Terminar preguntando **¿qué les pareció la actividad?**
- p) Gracias por haber participado en nuestro sexto tema de formación del año. Por favor, guarden el impreso o díptico que se les entregó para releerlo por completo y, reflexionar lo que corresponda con el hijo.
- q) Sabemos que no resulta fácil encontrar el tiempo para ello, pero insisto, es muy importante que lo releen y trabajen en casa hasta que dominen bien el tema ustedes y también su hijo.
- r) Oración final: poner en las manos de María, nuestro Auxilio, la misión que tenemos como padres. Dios te salve, María...

Comentario de una madre:

“Mi hijo ve que ambas listas de derechos y deberes están bien, que es verdad que se deben de tener en cuenta. No quiere profundizar mucho. El derecho a la educación añade que es "por ley", me dice. Es decir, que ve necesaria la educación, pero la ve más como deber, porque le cuesta, que como derecho.

Al Deber de expresar sus sentimientos, pensamientos y preocupaciones pone como excusas que no le gusta transmitirlos a los demás. Yo le digo que es importante porque vivimos en una familia y lo que le pase a cada uno nos importa y nos influye, si sabemos que alguno tiene problemas o está triste por algún motivo, nos podemos ayudar, consolar o apoyar, buscar soluciones entre todos.

Creo que ha sido una buena reflexión y que seguirá pensando sobre ello”.

Responsabilidad adolescente

Transmitir el sentido de la responsabilidad a los adolescentes requiere dar explicación a determinados comportamientos para que ellos puedan asumir las consecuencias de sus actos. La responsabilidad tiene dos requisitos: libertad y norma.

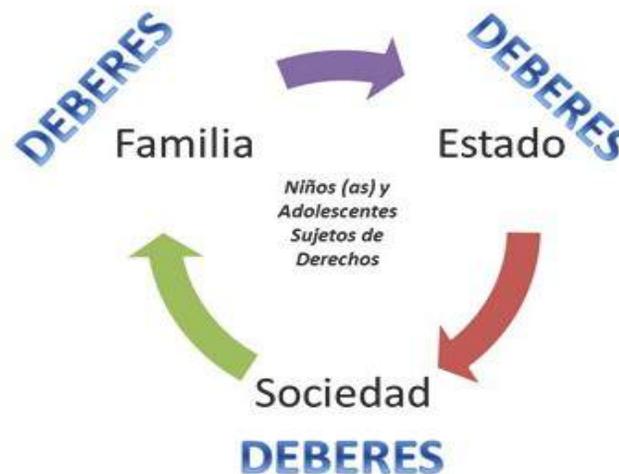
La responsabilidad se refiere a la virtud o disposición habitual de asumir las consecuencias de las propias decisiones, respondiendo de ellas en todo momento. Pero, para que pueda darse alguna responsabilidad son necesarios, al menos, dos requisitos.

- La libertad: para que exista responsabilidad las acciones han de ser realizadas libremente. En este sentido, ni los animales, ni los locos, ni los niños pequeños son responsables de sus actos pues carecen de uso de razón y éste es imprescindible para la libertad.

- La norma: debe existir una norma desde la que se puedan juzgar los hechos realizados. Pueden ser las normas establecidas en casa por los padres, las leyes del Estado o las normas morales por las que se rige cada persona.

Derechos y Deberes

Enseñanza Media / Noviembre



Introducción

Para aprender a convivir con talento, para apreciar que no es posible la vida sin un equilibrio entre los derechos de las personas y los deberes de respetarlos en los demás, vamos a dialogar y reflexionar con nuestros hijos sobre ellos.

Como sabemos, para proteger a los niños –vulnerables por el hecho de ser niños- se han establecido varios **tratados internacionales que regulan sus derechos.**

Ahora bien, **cuando un niño se convierte en adolescente tiene capacidad y madurez** para integrarse en la sociedad e influir en su entorno.

Estas habilidades suponen **una ventaja y una responsabi-**

dad. Surgen entonces los **deberes** que derivan directamente de sus derechos.

Para conversar en la reunión de apoderados:

¿Cómo ven algunos adolescentes sus derechos y sus deberes? ¿Están claros los derechos y deberes en tu familia?

Los derechos de los niños

El primer congreso internacional que trató los derechos de los niños se celebró en Suiza en 1924, estableciendo la **Declaración de Ginebra sobre los Derechos del Niño**.

Más tarde en 1959 se firma la **Declaración de los Derechos del Niño**, que intenta coordinar posturas entre los 78 países que entonces formaban las Naciones Unidas.

En 1989, la **Convención sobre los Derechos del Niño** será el primer tratado vinculante a nivel internacional.

Estos tres tratados son los que han regulado históricamente los derechos de los niños. En base a los tres podemos plantear que se han establecido de forma general **8 derechos fundamentales para los menores de edad**.

1. Derecho a **una casa**, a **una familia** y a **una alimentación sana**.
2. Derecho a la **comprensión** y **amor** de los padres y de la sociedad.
3. Derecho a la **amistad de otros niños**.
4. Derecho a la asistencia a la escuela y a **recibir una educación**.
5. Derecho a la **protección** contra cualquier forma de abandono, crueldad o explotación.
6. Derecho a la **asistencia especial** en situaciones de discapacidad o emergencia.
7. Derecho a una **identidad personal** que les permita en el futuro integrarse en la sociedad como individuos únicos.
8. Derecho a **expresar** sus sentimientos, pensamientos y preocupaciones.

Como ves, los seis primeros puntos se refieren a su **derecho básico** a la vida, supervivencia y desarrollo.

Los dos últimos abordan su **participación en la sociedad** y su derecho a ser consultados acerca de aquellas situaciones que les afectan teniendo en cuenta sus opiniones.

Los deberes de los adolescentes

Ahora bien, llega una edad en la que tu hijo comienza a tener libertad. Adquiere habilidades y competencias que le harán capaz de **influir conscientemente sobre el mundo que le rodea**.

Todo ello supone una **ventaja de independencia** para él, pero a la vez la **adquisición de una responsabilidad**.

Así, podemos establecer **8 deberes de los adolescentes** que derivan de los propios derechos de los niños que hemos enumerado antes.



1. Deber de **cuidar de sus pertenencias**, **respetar a su familia** y **mantener una alimentación sana**.
2. Deber de valorar y aceptar la **comprensión de sus padres y de la sociedad**.
3. Deber de **respetar y apreciar la amistad** de otros niños.
4. Deber de asistir a la escuela y **aprovechar la educación** que se les imparte para crecer como personas.
5. Deber de **denunciar y dejarse proteger** ante cualquier forma de abandono, crueldad o explotación.
6. Deber de **formar su identidad personal** para integrarse en la sociedad como individuos únicos.
7. Deber de **expresar** sus sentimientos, pensamientos y preocupaciones.
8. Deber respetar y ayudar de forma especial a sus **compañeros con discapacidad**.

Como ves se trata de una serie de **normas básicas que garantizan una convivencia sana** entre las personas y dentro de la familia.

Tu hijo necesitará un **marco normativo para desarrollarse como adulto responsable**. Busca la forma de adaptar estos deberes de los adolescentes en tu hogar.



Trabajo en casa

Pueden hacer una lista de derechos y deberes con sus hijos.

PAUTA ORACIÓN MES DE NOVIEMBRE ENSEÑANZA MEDIA

Derechos y deberes

Los derechos del niño y del adolescente suelen ser ampliamente conocidos. Se trata de convenios internacionales que, en definitiva, buscan la protección de nuestros adolescentes si se los implementa bien.

Por otro lado, los expertos dicen que es apropiado esperar que los jóvenes adolescentes obedezcan las reglas paternas, ayuden en la casa y se ocupen ellos mismos de muchas de sus propias necesidades. Es decir, que asuman las responsabilidades que le son propias de acuerdo a su edad.

Al iniciar nuestra oración queremos destacar que el **ejemplo** del ejercicio de nuestros derechos y responsabilidades que los adultos damos es muy importante para que ellos se orienten en cómo ejercer sus propios derechos y responsabilidades. Pongamos en manos de la Sagrada Familia, en manos de Jesús, María y José este momento de formación. Pidámosles que como ellos, vivamos en profunda armonía entre derechos y deberes.

Jesús, María y José en ustedes contemplamos
el esplendor del verdadero amor,
y a ustedes, confiados, nos dirigimos
con la oración que el mismo Cristo nos enseñó.

Padre nuestro...

En el nombre del Padre, del Hijo y del Espíritu Santo. Amén.

El tema de hoy se titula: **Derechos y Deberes de los adolescentes**

- a) Para calentar los motores, entre todos vamos a enumerar –rápidamente- derechos de los niños y adolescentes que conocemos. ¿Quién se atreve a empezar? **¿Qué derechos conocen?**
- b) Pero, como sabemos, los derechos tienen una contrapartida que son los deberes: **¿Qué deberes podemos enunciar?**
- c) Dejar espacio para las respuestas.
- d) Para situar el tema que vamos a tratar voy a leer la introducción.
- e) El delegado/a lee la introducción. Casi recitándola.

- f) Seguidamente pide que en parejas contesten a las preguntas que están en **“Para conversar en la reunión de apoderados?”**
- g) Dejar 3 minutos.
- h) *(Avisar de antemano a un lector o lectora que lea la sección “Los derechos de los niños” hasta antes de los derechos enumerados).*
- i) Le voy a pedir a la señora que lea la primera parte del título “Los derechos de los niños”.
- j) Como ven, llegar a la Convención sobre los Derechos del Niño –que nuestro país también ratificó- fue todo un proceso. A partir de 1924.
- k) Leamos a continuación, los 8 derechos fundamentales para los menores de edad. **¿Quién desea comenzar?** Gracias. Leemos uno por persona.
- l) Ahora, vamos a hacer lo mismo con los deberes.
- m) *(Avisar de antemano a un lector o lectora que lea la sección “Los deberes de los niños” hasta antes de los derechos enumerados).*
- n) Le voy a pedir a la señora que lea la primera parte del título “Los deberes de los niños”.
- o) Leamos a continuación, los 8 deberes fundamentales para los menores de edad. **¿Quién desea comenzar?** Gracias. Leemos uno por persona.
- p) El trabajo para la casa es muy sencillo. Se recomienda hacer una lista de derechos y deberes con sus hijos.
- q) Para animarnos a hacer el trabajo leeremos el “comentario de una madre” después de haber conversado con su hijo.
- r) *(Pedir de antemano a alguien que prepare la lectura del comentario)*
- s) Gracias por haber participado en nuestro séptimo y último tema de formación del año. Por favor, guarden el impreso o díptico que se les entregó para releerlo por completo y, reflexionar lo que corresponda con el hijo.
- t) Sabemos que no resulta fácil encontrar el tiempo para ello, pero insisto, es muy importante que lo releen y trabajen en casa hasta que dominen bien el tema ustedes y también su hijo.
- u) Oración final: poner en las manos de María, nuestro Auxilio, la misión que tenemos como padres. Dios te salve, María...



Colegio Salesiano Concepción

PROYECTO 2016 -2018

FORMANDO PERSONAS AUTÓNOMAS Y RESPONSABLES:

“BUENOS CRISTIANOS Y HONESTOS CIUDADANOS”

+ Jornadas Por Niveles 2016 – 2017

+ Aporte desde la ciencia al trabajo con Familias _1

+ Aporte de las ciencias al trabajo con Familias _2

+ Aporte de las ciencias a la formación de nuestros niños y adolescentes desde las posibilidades que nos ofrece la escuela

Concepción, Marzo 2018.

Elaborado: Padre Luis Flores

Yenny Molina C.



INDICE

+ PRESENTACIÓN JORNADAS.....	04
+ ASISTENCIA A LAS JORNADAS APODERADOS 2016 / 2017.....	07
+ CITACION TIPO A LAS JORNADAS.....	09
+ <u>JORNADAS</u>	
➤ 5º BASICOS “USANDO AMOR Y LIMITES”.....	12
GUION / EVALUACION 2016 / FOTOGRAFIAS 2017	
➤ 6º BASICOS “ESTABLECIENDO REGLAR PARA EL HOGAR”.....	23
GUION / EVALUACION 2016 y 2017/ FOTOGRAFIAS 2017	
➤ 7º BASICOS “ANIMANDO UNA BUENA CONDUCTA”.....	35
GUION / EVALUACION 2017/ FOTOGRAFIAS 2017	
➤ 8º BASICOS “PROTEGIENDO CONTRA ABUSO DE SUBSTANCIAS”.....	50
GUION / EVALUACION 2016 y 2017/ FOTOGRAFIAS 2017	
➤ 1º MEDIOS “PONIENDONOS EN EL LUGAR DEL OTRO”.....	68
GUION / EVALUACION 2016 y 2017/ FOTOGRAFIAS 2017	
➤ 2º MEDIOS “CONSIGUIENDO UN MAYOR ACERCAMIENTO Y CONEXIÓN EMOCIONAL CON MI HIJO”.....	87
GUION / EVALUACION 2017/ FOTOGRAFIAS 2017	
➤ 3º MEDIOS “EL POLOLEO UNA EXPERIENCIA PARA CRECER”.....	102
GUION / EVALUACION 2017/ FOTOGRAFIAS 2017	
+ FOTOGRAFIAS MONITORES Y EQUIPO DE APOYO.....	116
+ UN APORTE DESDE LAS CIENCIAS PARA NUESTRO TRABAJO CON Y A FAVOR DE LOS ADOLESCENTES Y SUS FAMILIAS_1.....	119



+ APOORTE DE LAS CIENCIAS AL TRABAJO CON FAMILIAS_2.....	131
+ TEMA FIDE REGIONAL (OCTUBRE 2016): EL APOORTE DE LA CIENCIA A LA FORMACION DE NUESTROS NIÑOS Y ADOLESCENTES DESDE LAS POSIBILIDADES QUE NOS OFRECE LA ESCUELA.....	145
+ CONCLUSIÓN Y PROYECCIONES PROYECTO “FORMANDO PERSONAS”	150



PRESENTACIÓN JORNADAS

Las jornadas que se realizan por niveles de 5° EB a 3.° EM (El cuarto medio tiene una jornada de orientación profesional organizada por Orientación).

Pretenden, tal como se señala en la presentación del proyecto, ser una profundización o complemento a los temas mensuales.

Coordina las jornadas el responsable del proyecto (P. Luis Flores) junto al matrimonio delegado del CEGEPA (Margarita y Carlos). En la parte logística colaboran un grupo de 4 matrimonios (Constanza Barriga y Jorge Valenzuela; Héctor Muñoz y Maritza Carrasco; Jorge Tapia y Jacquelin Guerrero) todos ex apoderados del colegio, coordinado por Yenny Molina y Emilio Mariani, (dispuestos a seguir colaborando durante el 2018) y algunos papás o mamás de EPE y EME para la facilitación de grupos.

El contenido de cada uno de las jornadas es progresivo y abarca, de acuerdo a la citación, un tiempo acotado. Se realizan un día sábado desde las 15:30 a 18:30 horas aproximadamente

Para su desarrollo se necesitan dos profesionales (normalmente del departamento de Evangelización) que se interiorizan del tema y lo presentan siguiendo fielmente el guión pero de manera “entretenida” (sin leer el texto).



JORNADAS PARA PADRES Y APODERADOS

QUINTO BASICO

“Usando amor y límites”

Tema: Los padres pensarán en las cualidades que desean ver en sus hijos y comprenderán el valor del concepto de amor y límites para ayudar a sus hijos a desarrollar las cualidades deseadas. Los jóvenes pensarán en los sueños y objetivos para el futuro.

SEXTO BASICO

“Estableciendo reglas para el hogar”

Tema: Los padres comprenderán cómo son los jóvenes a esta edad y decidirán reglas y responsabilidades para sus hijos: cómo implementarlas y el uso de consecuencias cuando no las cumplen. Los jóvenes aprenderán a apreciar las cosas que sus padres hacen por ellos.

SEPTIMO BASICO

“Animando una buena conducta”

Tema: Los padres aprenderán estrategias para animar la conducta de sus hijos. Los jóvenes identificarán y aprenderán a manejar las situaciones que les provocan estrés.

OCTAVO BASICO

“Protegiendo contra el abuso de sustancias”

Tema: Los padres ayudarán a proteger a sus hijos contra el abuso del tabaco, drogas, alcohol y conductas sexuales de riesgo y aprenderán a vigilar a sus hijos. Los hijos aprenderán nuevas habilidades para resistir la presión de los compañeros y comprenderán cuáles son los buenos amigos.



PRIMERO MEDIO

“Poniéndonos en el lugar del otro”

Tema: Los padres aprenderán cómo empatizar con su hijo adolescente reconociendo las necesidades del hijo y las propias y el valor de una comunicación empática. Los hijos comprenderán los propios sentimientos, su regulación, comprender los sentimientos ajenos y cómo mantener buenas relaciones con demás, particularmente con sus padres.

SEGUNDO MEDIO

“Consiguiendo un mayor acercamiento y conexión emocional”

Tema: Los padres mostrarán un interés genuino por las preocupaciones e inquietudes de sus hijos y les demostrarán una disponibilidad sincera. Los hijos identificarán estrategias de comunicación con los demás, especialmente sus padres.

TERCERO MEDIO

“El pololeo una experiencia para crecer”

Tema: Los padres aprenderán a ayudar a sus hijos para que evalúen sus experiencias de pololeo. Los jóvenes aprenderán a valorar el pololeo como una instancia de crecimiento personal y social.



Colegio Salesiano Concepción

ASISTENCIA A LAS JORNADAS 2016 y 2017



FORMANDO PERSONAS AUTONOMAS Y RESPONSABLES **"BUENOS CRISTIANOS Y HONESTOS CIUDADANOS"**

JORNADAS PARA PADRES Y/O APODERADOS

CURSO	NOMBRE DE LA JORNADA	ASISTEN 2016	ASISTEN 2017
5º BASICO	USANDO AMOR Y LIMITES	41	50
6º BASICO	ESTABLECIENDO REGLAS PARA EL HOGAR	50	32
7º BASICO	ANIMANDO LA BUENA CONDUCTA	?	160
8º BASICO	PROTEGIENDO CONTA EL ABUSO DE SUBSTANCIAS	65	87
1º MEDIOS	PONIENDONOS EN EL LUGAR DEL OTRO	87	195
2º MEDIOS	CONSIGUIENDO UN MAYOR ACERCAMIENTO Y CONEXION EMOCIONAL CON MI HIJO	?	158
3º MEDIOS	EL POLOLEO UNA EXPERIENCIA PARA CRECER	?	170



CITACION

TIPO



Colegio Salesiano Concepción



**COLEGIO SALESIANO CONCEPCION
AREA DE EVANGELIZACION 2016**

CITACION

Estimada mamá, papá y/o apoderado:

Todos los papás y mamás quieren entrañablemente a sus hijos y desean lo mejor para ellos. Sin embargo, cuando se trata de entender cómo son los jóvenes a esta edad y los cambios que sufren, no siempre tienen la oportunidad de profundizarlo junto a otros padres para entender mejor las propias experiencias.

Además, para los jóvenes de [redacted] años de edad es normal cuestionar reglas, ponerse de mal humor e incluso responder de mala manera. El hecho de que esta conducta entre niños y mayores sea normal no significa que usted simplemente se quede sin hacer nada.

De eso hablaremos y sobre todo, compartiremos algunas herramientas que les ayuden para apoyar a sus hijos en su desarrollo hacia la autonomía y responsabilidad.

Para acompañar a los padres de hemos organizado la jornada "[redacted]". La experiencia forma parte del proyecto formativo que estamos realizando mes a mes en las reuniones de apoderados y en las clases de orientación.

La jornada se realizará solo con los padres y/o apoderados, **El Sábado [redacted] Desde las 15.00 hrs, hasta las 18.30 hrs. app. ¡Los esperamos en [redacted] de nuestro establecimiento!**

La participación en esta experiencia es OBLIGATORIA y exigida por nuestro Colegio a partir del compromiso adquirido por Uds., al confiarnos la educación de sus hijos. La asistencia será registrada a través de la firma el día de la jornada.

Esperando su presencia, Les saludan afectuosamente,

Hno. Rafael Muñoz Ayala
Coordinador Área de Evangelización

P. Luis Flores F.
Responsable de la Jornada

Concepción, [redacted] de [redacted] de 201__



Colegio Salesiano Concepción



Por favor entregue la colilla al profesor/a jefe antes de retirarse de la reunión.

INSCRIPCION

Yo _____ Apoderado del Alumno

Curso _____, ME COMPROMETO a participar de la jornada " _____ "

SI ___ NO ___

¿Por qué motivo NO participaré? _____



JORNADA
5°s BASICOS
"USANDO AMOR
Y
LIMITES"



USANDO AMOR Y LÍMITES Diapo 1

Objetivo: Los padres pensarán en las cualidades que desean ver en sus hijos y comprenderán el valor del concepto de amor y límites para ayudar a sus hijos a desarrollar las cualidades deseadas.

Inicio (5 minutos después de horario de inicio)

Juego dinámico y respiración diafragmática

Bienvenida

Yenny y Emilio dan la **bienvenida** a los padres. Introducen la sesión diciéndoles que esta actividad forma parte del proyecto de **“formando personas autónomas y responsables. Buenos cristianos y honestos ciudadanos”** (el rol de los padres en esto y cómo se está trabajando).

Diapo 2

Explicar que este taller tiene como propósito conversar acerca de la importancia y el rol que juegan los padres para criar a sus hijos con **amor y límites** con el objetivo de apoyarlos para que desarrollen todo su potencial en el aprendizaje (que no es solo estudio de asignaturas) y en otras experiencias que son parte importante del desarrollo de sus hijos.

Desarrollo

Mis objetivos como padre o madre

(10 minutos aprox.)

La gente se pone metas todo el tiempo. Ya sea en sus puestos de trabajo, económicamente, en el deporte, en el acondicionamiento físico, o simplemente se pone objetivos para dejar un mal hábito. Si algo es importante para nosotros tendemos a establecer metas y hacer planes para lograr esos objetivos.

Sin embargo, es increíble pero muchas personas no se fijan metas de crianza. Todos estamos de acuerdo que ser padre o madre es uno de los desafíos más importantes que tenemos (por supuesto que sí, o no estaría participando en cosas como esta.) Sin embargo, me pregunto ¿cuántos de nosotros realmente nos hemos fijado metas para nosotros mismos como padres/madres? ¿Usted ha puesto por escrito o definido sus objetivos para la crianza de sus hijos?

En esta primer momento usted va a dedicar algún tiempo para considerar (o reconsiderar) qué es lo que está tratando de hacer como padre. Esto incluirá tener en cuenta lo siguiente:



Diapo 3

- Qué tipo de adulto desea que su hijo adolescente llegue a ser
- Sus principales objetivos como padre o madre

Mi estilo de crianza... (25 minutos)

Para que los niños y adolescentes puedan realizar lo que esperamos de ellos necesitan dos cosas –amor y límites- Sin embargo, para la mayoría de los padres es difícil establecer límites firmes y ser cariñosos al mismo tiempo.

Diapo 4

Algunos padres quieren ganar siempre y sus exigencias son siempre lo primero (autoritarios). Este tipo de padre siempre lo controla todo y dice “no” sin siquiera pensar que la respuesta podría ser un sí.

Otros padres piensan que todo debe hacerse a la manera del joven. Asumen los deseos de sus hijos sin preguntarse siquiera acerca de qué es lo mejor para ellos o para toda la familia.



La idea es encontrar un término medio en la relación con sus hijos, una relación donde están presentes tanto el amor como los límites. Donde usted tiene tanto reglas a seguir como consecuencias por su incumplimiento. Donde usted hace un seguimiento para asegurarse de que sus hijos están haciendo lo que se supone (por ejemplo, supervisar tiempo de recreación o de estudio). Y donde usted también hace y dice cosas que ayudarán a construir una relación positiva y cariñosa –para que su hijo esté seguro de que usted se preocupa por él o ella.



Veamos algunos ejemplos de padres que saben cómo decir no, pero que terminan siendo muy duros.

Video 1 - Actividad 1- 5 minutos (después del video proyectar las preguntas.

Diapo 5

- *Con este tipo de padres ¿qué aprende el niño sobre sí mismo?*
 - *¿Qué aprende sobre sus padres?*

¿Verdad que los padres que acabamos de ver fueron muy estrictos, controladores y se enojaron mucho? Estos mismos padres podrían haber reaccionado con más tranquilidad recordando los límites y aplicando las consecuencias por no respetarlos sin tener que recurrir a gritos y reproches.

Ahora veamos algunos ejemplos en el otro extremo (resultados de una crianza excesivamente indulgente)

Video 2 - Actividad 2 – 5 minutos (después del video proyectar las preguntas.

Diapo 6

- *En estas situaciones ¿qué aprende el niño sobre sí mismo?*
 - *¿Qué aprende sobre sus padres?*

Hemos visto los dos extremos: padres muy duros y padre muy blandos. Los estudios sobre padres e hijos han demostrado que los niños se desarrollan mejor cuando sus padres se encuentran en el justo medio, no sólo teniendo reglas y ajustándose a ellas, sino también considerando los sentimientos de los niños, demostrándoles amor y respeto. Los niños mejoran en el colegio, eligen amigos apropiados y aprenden responsabilidad, cuando sus padres les muestran amor y les ponen límites al mismo tiempo.

Video 3 - Actividad 3 – 5 minutos (después del video proyectar las preguntas.

Diapo 7

- *Con estos padres ¿qué aprende el niño sobre sí mismo?*
 - *¿Qué aprende sobre sus padres?*

A continuación les pediremos que, siempre en sus grupos, tomen postura frente a algunas afirmaciones de diferentes maneras de actuar como padres. Después de la descripción de cada situación los padres manifestarán con qué frecuencia lo hacen: rara vez, a veces, a menudo.

Para ello el facilitador presentará una situación y ustedes tomarán y levantarán una tarjeta.

- **Rojo significará “rara vez”**



- Amarillo = “a veces”
- Verde = “a menudo”

Material impreso Actividad 3.1 Juegos de tarjetas – 10 minutos.

1. Para abordar los problemas, usted espera hasta que se ha calmado. ¿Hace esto rara vez, a veces o a menudo? *Pausa...*
2. Aplica sanciones cuando su hijo se comporta mal. ¿Hace esto rara vez, a veces o a menudo? *Pausa...*
3. Hacen cosas divertidas juntos, como familia. ¿Hacen esto rara vez, a veces o a menudo? *Pausa...*
4. Se asegura de que su hijo hace la tarea escolar. ¿Hace esto rara vez, a veces o a menudo? *Pausa...*
5. Elogia al hijo cuando procede correctamente. ¿Hace esto rara vez, a veces o a menudo? *Pausa...*
6. Lo abraza o le dice “te quiero”. ¿Hace esto rara vez, a veces o a menudo? *Pausa...*
7. *Agregar alguna otra situación y levantar tarjetas*

Decir a los padres que en las reuniones de apoderados iremos dando algunas herramientas para acompañar a nuestros hijos y enseñarles lo que se espera de ellos y también a comprender que ustedes les quieren.

P A U S A (once)

Apoyo a los sueños y objetivos de los jóvenes

(10 minutos)

Al final de la enseñanza básica los jóvenes empiezan a pensar cada vez más acerca de lo que les gustaría hacer cuando crezcan. Si bien es cierto que sus sueños son quizás un poco más realistas que cuando eran chicos, no están todavía en condiciones de ser totalmente realistas. Veamos cómo reaccionan algunos papás cuando sus hijos les cuentan sus sueños

Video 4 - Actividad 4 masiva – 5 minutos (NO se proyectan preguntas)

- *¿Cómo se siente Emilia? ... ¿Cómo se siente Marcos? ...*
- *¿Cuáles podrían ser los resultados?*
- *¿Por qué a veces los padres menosprecian los sueños de sus hijos?*



Colegio Salesiano Concepción

Según el tiempo restante, propiciar una discusión acerca de modelos tradicionales para ser imitados según el género o pensamientos en relación a la proyección de los sueños de los padres en sus hijos. Por ejemplo:

- *¿Qué opinan de una niña que quiere ser futbolista profesional?*
- *¿Qué piensan de los padres que proyectan sus propios sueños en sus hijos?*

Cuando a veces escuchamos a nuestros hijos hablar de algo que es muy poco realista, deseamos protegerlos para que no pongan todas las esperanzas en algo que no sucederá. Pero es doloroso que sean mamá o papá quienes desbaraten nuestros sueños. Se sabe que los jóvenes que tienen metas y sueños para el futuro rinden mejor en la escuela y tienen mayores probabilidades de no meterse en problemas. Queremos que los niños tengan confianza en que podrán salir adelante para alcanzar sus metas porque sus cerebros son muy plásticos y pueden aprender todo.

Nuestro esfuerzo debiera ser descubrir lo que necesitan para alcanzar sus metas y no burlarnos de ellos.

Video 5 - Actividad 5 – 5 minutos- el conductor comenta la actitud del padre.

Sigue Celebración

Momento de Celebración (P. Luis)

Al terminar este encuentro y antes de la evaluación... no podemos dejar de celebrar lo que hemos visto, lo que hemos descubierto en esta tarde...

Mientras escuchamos la canción preparamos el altar para encontrarnos en la intimidad con Jesús...

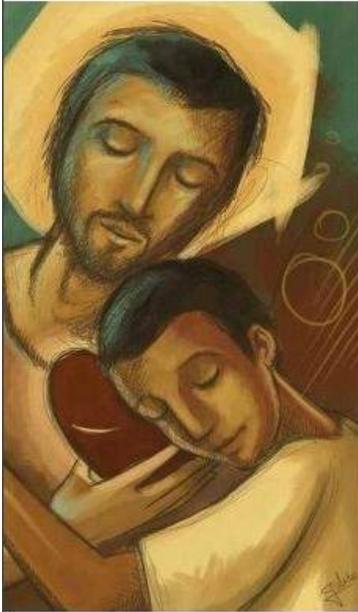
Tres cosas tiene el amor (video)

Diapo 8:



PALABRA DE DIOS

(Juan 15, 9-17 y 13, 34-35)



Como el Padre me amó, también yo los he amado a ustedes. Permanezcan en mi amor.

Si cumplen mis mandamientos, permanecerán en mi amor; como yo cumplí los mandamientos de mi Padre y permanezco en su amor.

Les he dicho esto para que mi gozo sea el de ustedes, y ese gozo sea perfecto.

Este es mi mandamiento: Ámense los unos a los otros, como yo los he amado.

No hay amor más grande que dar la vida por los amigos.

Ustedes son mis amigos si hacen lo que yo les mando.

Ya no los llamo servidores, porque el servidor ignora lo que hace su señor; yo los llamo amigos, porque les he dado a conocer todo lo que oí de mi Padre.

No son ustedes los que me eligieron a mí, sino yo el que los elegí a ustedes, y los destiné para que vayan y den fruto, y ese fruto sea duradero.

Así todo lo que pidan al Padre en mi Nombre, él se lo concederá.

Lo que yo les mando es que se amen los unos a los otros.

Les doy un mandamiento nuevo: ámense los unos a los otros.

Así como yo los he amado, ámense también ustedes los unos a los otros.

En esto todos reconocerán que ustedes son mis discípulos:

en el amor que se tengan los unos a los otros».

Comentario:

Algún miembro de la comunidad comenta la lectura con estas palabras e invita a los demás a compartir lo que les sugiere.

Estos párrafos de Juan nos colocan ante la realidad más profunda del mensaje evangélico, el AMOR.

Jesús no manda a amarlo a él, sino amar como Dios ama y como él ama. En realidad no se trata de una ley, sino de una respuesta a lo que Dios es en cada uno de nosotros.

El verdadero amor no es fruto del voluntarismo. Tampoco surge de alcanzar una plenitud. Amar es deshacerme de todo lo que creo ser, para que solo quede en mí lo que hay de Dios.

El amor que pide Jesús tiene que surgir desde dentro, no imponerse desde fuera. Se trata de manifestar, a través de las obras, lo que Dios es en mí ser. Las obras se pueden programar, la razón de obrar, no.

Para saber si estamos con Jesús no hay más criterio que las obras del amor. Cualquier relación con Dios sin un amor manifestado en obras será siempre puro discurso teórico. Amar significa, en muchas ocasiones, embarrarse las manos, dar vueltas y cansarse. Solo con el amor la tierra de la que fuimos formados tomó la vida de Dios.

Padre Nuestro y bendición final

Sigue canción:

[Así es el amor \(video\)](#)

Recogiendo

(5 minutos)



Colegio Salesiano Concepción

Para terminar la parte formativa, se invita a algunos voluntarios o voluntarias a contestar la siguiente pregunta y se motiva una reflexión en torno a las ideas que surjan y al material escrito que se les entregará sobre los estilos de crianza.

¿Qué me llevo o rescato de esta experiencia?

Diapo 9

Práctica para la casa

- ¿Qué está funcionando bien en la casa?
- Decidir qué límites poner a su hijo esta semana
- Demostrar cariño al hijo. Pensar cómo hacerlo.

Evaluación

P. Luis



Colegio Salesiano Concepción

EVALUACION

2016



EVALUACIÓN JORNADAS 5.OS DEL 28 MAYO 2016

La jornada “usando amor y límites” se hizo dentro del tiempo establecido, hubo una muy buena cooperación del Centro General de Padres y de EME (facilitadoras). Hubo buen ambiente. Los contenidos fueron del interés de los padres. Se entregó como material de la jornada folleto con los “estilos de crianza” y una tarea para la casa relacionada con los contenidos de la jornada.

Participación:

5.A **21/40** (1 matrimonio) – 5.B **24/39**

Nota promedio de la evaluación

5.ºA **6,9** 5.ºB **7,0**

Observaciones

- 11 personas se quejaron del frío
- 8 personas desean una participación con los hijos
- 3 personas pidieron más dinámicas y algo más lúdico (representaciones, etc.)

Se propone:

Informar a los profesores jefes de los contenidos tratados y de un mayor esfuerzo para promover la jornada (ídem con los 6.ºs)

Ofrecer una jornada resumida el martes 14 de junio de 19.00 a 21.00

- Once al inicio
- Colaboración como facilitadores de mamás o papás que ya participaron
- Inscripción en la misma reunión de apoderados del martes 7 de junio



Colegio Salesiano Concepción

JORNADA 5º BASICOS AÑO 2017





JORNADA
6°s BASICOS
"ESTABLECIENDO REGLAS
PARA EL HOGAR"



ESTABLECIENDO REGLAS PARA EL HOGAR Diapo 1 título

Objetivo: Los padres comprenderán cómo son los jóvenes a esta edad y decidirán reglas y responsabilidades para sus hijos: cómo implementarlas y el uso de consecuencias cuando no las cumplen.

Juego dinámico y respiración diafragmática (En horario en inicio)

Bienvenida

Yenny y Emilio dan la **bienvenida** a los padres. Introducen la sesión diciéndoles que esta actividad forma parte del proyecto de **“formando personas autónomas y responsables. Buenos cristianos y honestos ciudadanos”** (el rol de los padres en esto y cómo se está trabajando).

Diapo 2

Explicar que este taller tiene como propósito conversar acerca de la importancia y el rol que juegan los padres para criar a sus hijos con **amor y límites, y con reglas claras y sus consecuencias**, con el objetivo de apoyarlos para que desarrollen todo su potencial en el aprendizaje (que no es solo estudio de asignaturas) y en otras experiencias que son parte importante del desarrollo de sus hijos.

Desarrollo

Mis objetivos como padre o madre Diapo 3 título

(10 minutos aprox.)

La gente se pone metas todo el tiempo. Ya sea en sus puestos de trabajo, económicamente, en el deporte, en el acondicionamiento físico, o simplemente se pone objetivos para dejar un mal hábito. Si algo es importante para nosotros tendemos a establecer metas y hacer planes para lograr esos objetivos.

Sin embargo, es increíble pero muchas personas no se fijan metas de crianza. Todos estamos de acuerdo que ser padre o madre es uno de los desafíos más importantes que tenemos (por supuesto que sí, o no estaría participando en cosas como esta.) Sin embargo, me pregunto ¿cuántos de nosotros realmente nos hemos fijado metas para nosotros mismos como padres/madres? ¿Usted ha puesto por escrito o definido sus objetivos para la crianza de sus hijos?

En este primer momento usted va a dedicar algún tiempo para considerar (o reconsiderar) qué es lo que está tratando de hacer como padre. Esto incluirá tener en cuenta lo siguiente:



Diapo 4

- Qué tipo de adulto desea que su hijo adolescente llegue a ser
- Sus principales objetivos como padre o madre

Mi estilo de crianza... Diapo 5 Título

(10 minutos)

Para que los niños y adolescentes puedan realizar lo que esperamos de ellos necesitan dos cosas –amor y límites- Sin embargo, para la mayoría de los padres es difícil establecer límites firmes y ser cariñosos al mismo tiempo.

Diapo 6 (estilos de crianza)



y comentar...

Algunos padres quieren ganar siempre y sus exigencias son siempre lo primero (autoritarios). Este tipo de padre siempre lo controla todo y dice “no” sin siquiera pensar que la respuesta podría ser un sí.

Otros padres piensan que todo debe hacerse a la manera del joven. Asumen los deseos de sus hijos sin preguntarse siquiera acerca de qué es lo mejor para ellos o para toda la familia.

La idea es encontrar un término medio en la relación con sus hijos, una relación donde están presentes tanto el amor como los límites. Donde usted tiene tanto reglas a seguir como consecuencias por su incumplimiento. Donde usted hace un seguimiento para asegurarse de que sus hijos están haciendo lo que se supone (por ejemplo, supervisar tiempo de recreación o de estudio). Y donde usted también hace y dice cosas que ayudarán a construir una relación positiva y cariñosa –para que su hijo esté seguro de que usted se preocupa por él o ella. Pero, ¿cómo son los hijos a los 11 o 12 años?



Cómo son los jóvenes a esta edad Diapo 7 título

(30 minutos)

Hablaremos de cómo son los jóvenes a esta edad y lo que usted debe esperar de ellos. A veces los padres sienten que sus hijos preadolescentes o adolescentes se han olvidado de todo lo que se les enseñó durante la infancia. Por eso es de gran ayuda escuchar lo que otros padres están observando en sus niños para así saber lo que es normal para esta edad y qué clase de reglas tienen otras familias.

Los niños y adolescentes necesitan tanto AMOR como LIMITES. Ellos necesitan estar seguros de que los amamos pero también necesitan límites –reglas a seguir y sanciones cuando infringen las reglas. Acabamos de revisar nuestro estilo de crianza, ahora, pensemos en cómo son los jóvenes a esta edad y qué tipo de reglas tienen sentido. Observemos a un par de madres hablar sobre sus hijos.

Video 1

Actividad 1: Cómo son los jóvenes a esta edad *(explica facilitador central)*

1. Dígale al grupo que piensen y señalen **cambios** que observan en sus hijos, de acuerdo a tres categorías que anotarán en una media hoja para la reflexión personal que su facilitador le entregará.
2. Explicar que se va a conversar sobre tres clases de cambios. La diapositiva muestra con un ejemplo en qué aspectos deben pensar: cambios físicos, relaciones con la familia y actividades

Diapo 8

- a. **Cambios Físicos. Un ejemplo de cambio físico puede ser (pies más grandes).**
 - b. **Relaciones con la familia. Idem (más independientes).**
 - c. **Actividades. Idem (más ocupados con los amigos)**
3. Después de un tiempo para que cada uno rellene su propia hoja... Pida a los padres que comiencen por describir **los cambios físicos** que han anotado. El facilitador los va registrando en una hoja dedicada a los cambios físicos. Ejemplos de cambios físicos: Más robusto, más alto, aparición de la acné, más transpiración, desarrollo de características sexuales. Dejar el tiempo necesario para, desde la mesa central, anunciar que se va a pasar a la siguiente actividad.
 4. Pida a los padres que **describan los cambios en las actividades que notan** y registre las respuestas en la otra hoja.
 - a. Ejemplos de actividades: pasa más tiempo solo, más tiempo con los amigos, usa más a menudo el celular, imita lo que hacen los otros muchachos. Pausa
 5. Pida a los padres que describan los **cambios en cuanto a las relaciones** de sus hijos con la familia y registre sus respuestas en una hoja.



Colegio Salesiano Concepción

- a. Ejemplos de los cambios en las relaciones con la casa: humor variable, responde con insolencia, pensamiento más maduro, cuestiona más las reglas, pasa menos tiempo con sus padres. Pausa
6. *Observación: este ejercicio se concentra en el desarrollo normal. Si los padres o tutores mencionan cosas que no son adecuadas o normales para la edad (como dificultades con la ley, robo, mentiras, tener relaciones sexuales), dígalos que se hablará de problemas más graves después. Respete lo que dicen los padres, pero no hay que detenerse en “explicar” el proceso de desarrollo normal de los adolescentes.*
7. Dígame al grupo que aprenderán a cambiar el comportamiento que no les parece adecuado.

ONCE

Necesidad de reglas en la casa *Diapo 9 con título* (30 minutos)

Son muchísimos los cambios que experimentan a esta edad. Los cuerpos cambian, también los estados de ánimo y su mismo cerebro que, a esta edad, está fuertemente dividido. Como una casa de dos pisos que, en muchas ocasiones, cierra la puerta que conecta ambos pisos.

Para los jóvenes de esa edad es normal cuestionar las reglas, ponerse de mal humor e incluso responder de mala manera. **El hecho de que esta conducta entre niños y mayores sea normal no significa que usted simplemente se quede sin hacer nada.** Ahora que los jóvenes están creciendo es más importante que nunca que tanto los preadolescentes como los adolescentes aprendan a escucharlo a usted y a tratarlo con respeto. Si usted pasa por alto el hecho de que sus hijos lo ignoren, le contesten de mala manera o se nieguen a hacer lo que usted dice, las cosas pueden llegar realmente a ponerse fuera de control.

Escuchemos a dos madres que hablan de la frustración que sienten al ver que sus hijos entran en la adolescencia.

Video 2

Actividad 2: Reglas para nuestra familia

1. El facilitador central explica las actividad que viene. Ustedes tienen que señalar algunos comportamientos problemáticos que muestran sus hijos en la casa o en la escuela.

Diapo 10

Problema

Se olvida de sacar la basura (que es su responsabilidad en casa)



Colegio Salesiano Concepción

Sigue el facilitador: Luego, deberán convertir el problema negativo en el comportamiento específico que desean

Solución

Sacar la basura cada día enseguida después de once

El resto de las instrucciones las tienen sus facilitadores de grupos

Instrucciones para los facilitadores de grupos

2. Pida al grupo que nombren comportamientos problemáticos que muestran sus hijos en el hogar o en la escuela.
3. Seleccionen dos o tres, escríbanlos **dejando un espacio** debajo de cada uno.
4. Explica lo que sigue: tal como se nos señaló les pido que conviertan el problema negativo en el comportamiento específico que desean.

Ej: Problema: “No hace las tareas del colegio”

Comp. Deseado: “Hace las tareas escolares cada tarde antes de ver televisión”

“No cumple con la responsabilidad que tiene en la casa” se convierte en “lavar las tazas antes de las 9 pm”

Continúa el facilitador central con otras cosas que me gustaría que hiciera mi hijo (diapo 11)

Diapo11

- Hablarle con respeto al profesor
- Evitar las pandillas
- Llevarse bien con otros niños en vez de pelear
- Mantener su pieza limpia, con la cama hecha, la ropa en su lugar y sus cosas guardadas
- Ir a la cama a hora
- Levantarse a tiempo
- Recordar las tareas del colegio.

Facilitador central pide a los facilitadores que distribuyan **hojas de trabajo con “posibles reglas familiares”** y pida que la completen en sus grupos...

Una vez que se realice la actividad decir al grupo lo siguiente:

- Que en la casa analizarán con sus hijos las posibles reglas y que juntos formularán 2 o 3 reglas para establecerlas en su casa.
- Que cuando converse las reglas con su hijo usted le hará consciente de que se tomará el tiempo y la energía necesaria para que estas reglas se cumplan.



A modo de conclusión proyectar ...

Diapo 12 y 13

Fotos con “ejemplos de reglas 1 y 2” .

Básicamente para formular las reglas de una manera clara, específica y sabiendo cuáles son las consecuencias si no se cumplen.

Momento de Celebración

Al terminar este encuentro y antes de la evaluación... no podemos dejar de celebrar lo que hemos visto, lo que hemos descubierto en esta tarde...

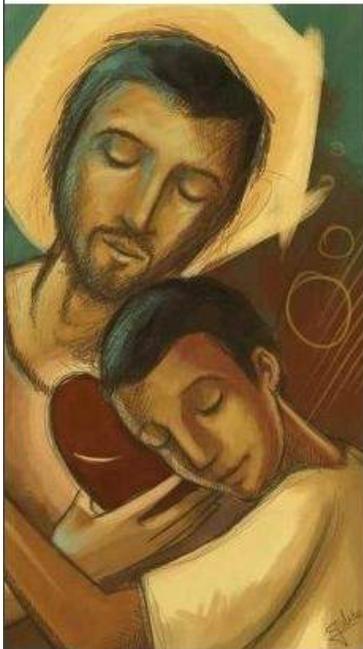
Mientras escuchamos la canción preparamos el altar para encontrarnos en la intimidad con Jesús...

Tres cosas tiene el amor (video)

Diapo 14:

PALABRA DE DIOS

(Juan 15, 9-17 y 13, 34-35)



Como el Padre me amó, también yo los he amado a ustedes. Permanezcan en mi amor:
Si cumplen mis mandamientos, permanecerán en mi amor, como yo cumplí los mandamientos de mi Padre y permanezco en su amor.
Les he dicho esto para que mi gozo sea el de ustedes, y ese gozo sea perfecto.
Este es mi mandamiento: Ámense los unos a los otros, como yo los he amado. No hay amor más grande que dar la vida por los amigos. Ustedes son mis amigos si hacen lo que yo les mando. Ya no los llamo servidores, porque el servidor ignora lo que hace su señor; yo los llamo amigos, porque les he dado a conocer todo lo que oí de mi Padre.
No son ustedes los que me eligieron a mí, sino yo el que los elegí a ustedes, y los destiné para que vayan y den fruto, y ese fruto sea duradero. Así todo lo que pidan al Padre en mi Nombre, él se lo concederá. Lo que yo les mando es que se amen los unos a los otros.
Les doy un mandamiento nuevo: ámense los unos a los otros. Así como yo los he amado, ámense también ustedes los unos a los otros. En esto todos reconocerán que ustedes son mis discípulos: en el amor que se tengan los unos a los otros».



Comentario:

Algún miembro de la comunidad comenta la lectura con estas palabras e invita a los demás a compartir lo que les sugiere.

Estos párrafos de Juan nos colocan ante la realidad más profunda del mensaje evangélico, el AMOR.

Jesús no manda a amarlo a él, sino amar como Dios ama y como él ama. En realidad no se trata de una ley, sino de una respuesta a lo que Dios es en cada uno de nosotros.

El verdadero amor no es fruto del voluntarismo. Tampoco surge de alcanzar una plenitud. Amar es deshacerme de todo lo que creo ser, para que solo quede en mí lo que hay de Dios.

El amor que pide Jesús tiene que surgir desde dentro, no imponerse desde fuera. Se trata de manifestar, a través de las obras, lo que Dios es en mi ser. Las obras se pueden programar, la razón de obrar, no.

Para saber si estamos con Jesús no hay más criterio que las obras del amor. Cualquier relación con Dios sin un amor manifestado en obras será siempre puro discurso teórico. Amar significa, en muchas ocasiones, embarrarse las manos, dar vueltas y cansarse. Solo con el amor la tierra de la que fuimos formados tomó la vida de Dios.

Padre Nuestro y bendición final

Sigue canción:

[Así es el amor \(video\)](#)

Recogiendo

Francisco (5 minutos)

Para terminar la parte formativa, se invita a algunos voluntarios o voluntarias a contestar la siguiente pregunta y se motiva una reflexión en torno a las ideas que surjan y al material escrito que se les entregará sobre los estilos de crianza.

¿Qué me llevo o rescato de esta experiencia?

[Diapo 15](#)

Práctica para la casa

Observar durante la próxima semana cómo se comporta su hijo en relación con una regla que ustedes deciden establecer en conjunto con ellos. Tome nota de cuándo su hijo sigue la norma y cuándo la quebranta.

Evaluación



EVALUACION

2016 y 2017



Evaluación jornada 6.os del 4 junio 2016

La jornada “Estableciendo reglas en el hogar” se hizo dentro del tiempo establecido, aunque empezó 25 minutos más tarde de lo convocado. La participación del CEGEPA y particularmente de Jenny Molina y su esposo Emilio fue fundamental. Hubo buen ambiente y los padres agradecieron este tipo de instancia que les permite encontrarse y darse cuenta que tienen problemas comunes. Se entregó como material de la jornada folleto con los “estilos de crianza” y una tarea para la casa relacionada con los contenidos de la jornada.

Participación:

6.A 20 (22)/42 (2 matrimonios) – 6.B 23 (28)/42 (5 matrimonios)

Nota promedio de la evaluación

6.ºA 6.9 6.ºB 6.7

Observaciones más numerosas

- 4 personas desean que se realicen más a menudo este tipo de jornadas
- 4 personas piden que se haga respetar la obligatoriedad
- 3 personas solicitan iniciar puntualmente
- 3 personas desean que tengan menor tiempo de duración y 3 lo contrario
- 3 personas se quejan de la falta de calefacción

Se propone:

Informar a los profesores jefes de los contenidos tratados y de un mayor esfuerzo para promover la jornada.

Ofrecer una jornada resumida el jueves 16 de junio de 19.00 a 21.00

- Once al inicio
- Colaboración como facilitadores de mamás o papás que ya participaron
- Inscripción en la misma reunión de apoderados del martes 7 de junio



EVALUACION JORNADA SEXTOS BASICOS (17.06.2017)

JORNADA "ESTABLECIENDO REGLAS EN EL HOGAR".

- Expositores: Francisco Sepúlveda y Padre Carlo
- Comienzo: 15:25 hrs.
- Termino: 18:15 hrs.
- Apoyo: Papá EPE, Mamá EME, Margarita (delegada pastoral), Matrimonio Cegepa y otros 3 matrimonios.

PARTICIPACIÓN

6°A= 13/ 40 app. Apoderados (3 matrimonios) 6°B=13/40 app. Apoderados (3 matrimonios)

NOTA PROMEDIO EVALUACIÓN

6°A=6.9

6°B= 7.0

OBSERVACIONES DE LOS ASISTENTES

- 6 personas: Más jornadas en el año
- 4 personas: Jornada con los hijos
- 4 personas: Solo agradecer por la jornada
- 3 personas: Hacer cumplir el horario de inicio (15:00 hrs.)
- 3 personas: Hacer que participen todos los apoderados
- 2 personas: Felicitaciones al Padre Carlo
- 2 personas: Que dure más tiempo la jornada
- 2 personas: Más participación de los grupos y más didácticas
- 1 persona: Que este calefaccionado el lugar
- 1 persona: Que se indique en la citación la ubicación de la jornada

PROPOSICION

Promover y motivar la participación de todos los apoderados.



JORNADA 6º BASICOS AÑO 2017





JORNADA
7ºs BASICOS
"ANIMANDO UNA
BUENA CONDUCTA"



ANIMANDO UNA BUENA CONDUCTA

Diapo 1 título

Objetivo: Los padres aprenderán estrategias para animar la conducta de sus hijos y para enseñar nuevos comportamientos al tiempo que establecen una relación positiva con ellos.

Juego dinámico y respiración diafragmática (En horario en inicio)

Bienvenida

Yenny y Emilio dan la **bienvenida** a los padres. Introducen la sesión diciéndoles que esta actividad forma parte del proyecto de **“formando personas autónomas y responsables. Buenos cristianos y honestos ciudadanos”** (el rol de los padres en esto y cómo se está trabajando).

Diapo 2

Explicar que este taller tiene como propósito conversar acerca de la importancia y el rol que juegan los padres para el logro de las metas de sus hijos, aplicando estrategias que les animen en la conducta que deseamos. A través del amor, pero también de los límites.

Desarrollo

Mis objetivos como padre o madre *Diapo 3 título*

(10 minutos aprox.)

La gente se pone metas todo el tiempo. Ya sea en sus puestos de trabajo, económicamente, en el deporte, en el acondicionamiento físico, o simplemente se pone objetivos para dejar un mal hábito. Si algo es importante para nosotros tendemos a establecer metas y hacer planes para lograr esos objetivos.

Sin embargo, es increíble pero muchas personas no se fijan metas de crianza. Todos estamos de acuerdo que ser padre o madre es uno de los desafíos más importantes que tenemos (por supuesto que sí, o no estaría participando en cosas como esta.) Sin embargo, me pregunto ¿cuántos de nosotros realmente nos hemos fijado metas para nosotros mismos como padres/madres? ¿Usted ha puesto por escrito o definido sus objetivos para la crianza de sus hijos?

En este primer momento usted va a dedicar algún tiempo para considerar (o reconsiderar) qué es lo que está tratando de hacer como padre en esta etapa de la vida de su hijo. Esto incluirá tener en cuenta lo siguiente:

Diapo 4

- **Qué tipo de adulto desea que su hijo adolescente llegue a ser**
- **Sus principales objetivos como padre o madre**



Mi estilo de crianza...

(3 minutos)

Diapo 5 Título

Para que los niños y adolescentes puedan realizar lo que esperamos de ellos necesitan dos cosas – amor y límites- Sin embargo, para la mayoría de los padres es difícil establecer límites firmes y ser cariñosos al mismo tiempo.

Diapo 6 (estilos de crianza)



y comentar...

Algunos padres quieren ganar siempre y sus exigencias son siempre lo primero (autoritarios). Este tipo de padre siempre lo controla todo y dice “no” sin siquiera pensar que la respuesta podría ser un sí.

Otros padres piensan que todo debe hacerse a la manera del joven. Asumen los deseos de sus hijos sin preguntarse siquiera acerca de qué es lo mejor para ellos o para toda la familia.

La idea es encontrar un término medio en la relación con sus hijos, una relación donde están presentes tanto el amor como los límites. Donde usted tiene tanto reglas a seguir como consecuencias por su incumplimiento. Donde usted hace un seguimiento para asegurarse de que sus hijos están haciendo lo que se supone (por ejemplo, supervisar tiempo de recreación o de estudio). Y donde usted también hace y dice cosas que ayudarán a construir una relación positiva y cariñosa –para que su hijo esté seguro de que usted se preocupa por él o ella. Pero, ¿cómo son los hijos a los 11 o 12 años?

Halagar

Análisis de los cumplidos o elogios

Diapo 7 título

Los jóvenes tienen un mejor comportamiento en casa, en la escuela, y con los amigos cuando sus padres usan la adecuada combinación de cariño y firmeza. Los jóvenes necesitan tener reglas y límites, se ha demostrado que los hijos mejoran su comportamiento cuando conocen exactamente lo que usted espera de ellos.

Hay muchas maneras, y a lo largo de las jornadas que se hacen una vez al año como ésta y las reflexiones mensuales en la reunión de apoderados lo iremos aprendiendo. Hoy presentaremos una de las buenas maneras de hacer que los hijos hagan lo correcto. Nos referimos al uso del estímulo y al



reconocimiento de sus progresos mediante cumplidos. Los cumplidos no sólo le muestran a su hijo que usted se preocupa, sino que también le servirán para hacer lo que debe.

Las personas de cualquier edad aprenden cuando otros les comunican que están haciendo lo correcto. ¿Qué estimula más un reproche o un cumplido? Si su jefe le dice de mal humor: “usted ha estado llegando tarde últimamente”, usted no reaccionará de la misma manera que si le dice: “noté que usted llegó a las 8.00 esta mañana. Realmente aprecio que usted llegue a tiempo. Ese jefe le estimuló para llegar a tiempo.

Veamos ahora a algunos padres dar comentarios positivos y estímulos a sus hijos.

Video 1

Actividad 1 **2 minutos**

Facilitador central:

1. Preguntar a los padres qué notaron acerca de los cumplidos o elogios (alabanzas) vistos en el video.
2. Ayude a los padres a señalar que los cumplidos fueron **específicos** acerca de la acción desarrollada. Además que no fueron usados como el inicio de un reto. Ej. “Gracias por lavar los platos. ¡Podrías hacerlo más seguido!”

Si hay tiempo se puede preguntar: ¿Qué podría elogiar de su hijo?

Cuando las personas dan por asegurado lo que uno hace

Actividad 2 **4 minutos**

Facilitador central:

A continuación queremos pedirle que con su compañero/a de al lado (no con su pareja) den un ejemplo de algo que hacen y que las personas dan por seguro que lo hará.

Pregunta para comentar en el grupo: *Diapo 8.1*

- ¿Qué cosas hacen que las demás personas dan por seguras?
- Describan cómo se sienten cuando sucede eso.
- Por ejemplo, se espera que una madre siempre tenga preparada la comida.

El facilitador central continúa con las siguientes preguntas:

- ¿Qué les gustaría a ustedes oír de la persona que da por hecho lo que ustedes hacen?
Acoge algunas respuestas y complementa: EJ. Agradecimientos, retribuciones



Para conversar en el grupo: [Diapo 8.2](#)

- ¿Hay algo que hacen bien sus hijos y que usted da por hecho?

[Diapo 9](#)

“Muchas personas piensan que uno
va a estar ahí cuando se le necesite”

No es muy agradable que los demás crean que uno siempre va a estar ahí cuando se le necesite, sin ser tomado en cuenta. Así como nos sentimos mejor cuando hacemos cosas que son notadas y apreciadas. De la misma manera nuestros hijos mejorarán, si notamos y elogiamos sus esfuerzos cuando hacen algo correcto. Por otro lado, resulta desalentador cuando los jóvenes tratan de hacer lo que nosotros les hemos pedido y ni siquiera nos damos cuenta. Veamos el siguiente video:

[video 2](#)

El valor del estímulo [Diapo 10 título](#)

Es muy probable que este niño no se preocupe de levantarse temprano mañana por la mañana. Ahora le pedimos que piense en algo que a usted realmente le gusta hacer o para lo que es bueno. ¿Goza jugando fútbol o cocinando o con el jardín? (PAUSA)

Esas cosas con las que usted goza tienen un efecto gratificante por sí mismas. Nos sentimos bien haciéndolas y con seguridad las vamos a repetir. Pero si usted no es bueno para el fútbol o si nadie nota los platos que usted cocina, usted no consigue el estímulo necesario para continuar.

Muchas de las cosas que nosotros queremos que hagan nuestros hijos no tienen el efecto gratificante por sí mismo que vayan a reforzar su conducta. Es posible que a José no le de igual que su pieza se vea limpia y que Jenny no le importe realmente terminar sus tareas o no. ¿Qué gratificación puede tener un niño de 12 años por sacar la basura?

De ahí la importancia de incorporar el estímulo para las cosas que estamos tratando de enseñarles a nuestros hijos: “gracias por sacar la basura”, “qué bueno que lavaste los platos”. Así hay mayores probabilidades de que repitan su buena conducta la próxima vez.

Es importante dejar que los jóvenes sepan que nos damos cuenta cuando ellos hacen lo que es correcto. Veamos el siguiente video:

[Video 3](#)



Cumplidos

Actividad 3 10 minutos

Facilitador central, una vez finalizado el video 3. El trabajo que sigue es en grupo y corresponde a la actividad 3...

1. Divida en parejas al grupo de padres y pídale que analicen las cosas por las cuales podrían elogiar a su hijo.
2. Después de unos 2 minutos, reúna a todo el grupo y pídale a los padres que expongan a los demás las cosas por las cuales podrían elogiar a sus hijos.
3. Pida a cada padre que escriba un cumplido específico para su hijo.
4. Reparta los ejemplos impresos y desplácese por el grupo para ayudar a los padres:
 - Querido _____. Me gusta que tú.... Te quiere, _____
 - Querido _____. Hiciste un buen trabajo al _____. Te quiere _____.
5. Pídale a los padres que piensen adónde podrían esconder en la casa el cumplido para su hijo.

Independencia creciente

Diapo 11 título

Nuestro trabajo como padres es preparar a nuestros hijos poco a poco, año a año, para que ellos se conviertan, gradualmente, en seres cada vez más independientes. Hasta hoy nosotros, probablemente, sabemos mucho de nuestros hijos. Sabemos donde están casi cada minuto del día. Pero eso empezará a cambiar tarde o temprano, y más vale estar preparados.

Al acercarse a los 14 o 15 años, ellos empiezan a pasar más tiempo lejos de nosotros. Es por eso que los padres mejor preparados empiezan a permitir que sus hijos tengan más independencia –como ir al cine con sus amigos o negociar el tiempo en que podrán estar con sus amigos. Algunos padres tienen miedo de permitir que sus hijos empiecen a ser más independientes porque tienen miedo de que ellos tomen decisiones equivocadas y se metan en dificultades.

Sabemos que entre los 16 y 18 años la mayoría de los jóvenes estarán en las etapas finales de su etapa de independencia. Es nuestra responsabilidad como buenos padres prepararlos, poco a poco, para empezar a tomar sus propias decisiones. Pensemos ahora mismo, como usted mismo lo hizo:



Pasos hacia la independencia

Actividad 4 10 minutos

Facilitador central:

1. Indique a los participantes que cierren los ojos y piensen en la época en que estaban en la escuela secundaria y por primera vez sintieron que eran un poco independientes (les permitieron ir a alguna parte o hacer algo solos).
2. Después de un minuto, dígales que abran los ojos y pida a voluntarios que cuenten la experiencia y cómo se sintieron.

Facilitador grupal:

3. Hágale a los padres las siguientes preguntas:
 - ¿Por qué temen los padres dar independencia a sus hijos?
Resp. Posible: Tienen miedo a que puedan hacer algo que los meta en problemas.
 - ¿Hay problemas o riesgos en mantenerlos muy dependientes y vigilarlos demasiado estrechamente a medida que se convierten en adolescentes?
Asegúrese de que se incluya lo siguiente:
 - No aprenden a cuidar de sí mismos,
 - pueden rebelarse,
 - no aprenden a tomar buenas decisiones,
 - se pueden dejar mal influenciar
 - ¿Conoce jóvenes que se metieron en problemas porque no aprendieron a pensar por sí mismos?
Dé ejemplos

Facilitador central:

4. Pídale a los participantes que piensen en la edad de su hijo que está en séptimo año ahora y mencionen las formas en que ellos están empezando a dar apoyo a la independencia creciente de su hijo. Inste a los padres a que cada uno piense al menos en una cosa que están haciendo ahora mismo.

Ejemplo:

- Permitir al hijo ayude a cocinar,
- dejar que el hijo haga algunas compras,
- dejar que elija su propia ropa,
- que pueda elegir en ocasiones la hora de acostarse (días feriados, vacaciones)



Facilitador grupal:

5. Pida a los participantes que piensen en el futuro, cuando su hijo tenga 2 ó 3 años más y comenten lo que les permitirán hacer con más independencia. Ejemplo:
- Poder decidir hasta cierto punto sobre quiénes serán sus amigos,
 - escoger su propia ropa,
 - tomar decisiones sobre cómo gastar el dinero.

En su grupo usted ha conversado acerca de por qué los padres se preocupan tanto de dejar que sus hijos se vuelvan independientes. Pero sabemos que también es peligroso dejar que ellos crezcan sin aprender a valerse por sí mismos, a tomar buenas decisiones. Escuchemos a algunos padres conversar acerca de esto.

Video 4

Aunque pueda resultar aterrador el empezar a dejar que su hijo gradualmente alcance más independencia, usted en realidad está protegiendo a su hijo y preparándolo para la vida real. Si los sobreprotegemos ellos no tendrán la experiencia necesaria para afrontar las situaciones que irán apareciendo a medida que vayan creciendo. Veamos algunos padres que apoyan a sus hijos en el proceso de empezar a tomar decisiones y ser un poco más independientes.

Video 5

Estos padres son sabios. Están ayudando a sus hijos a que encuentren maneras sanas de volverse más independientes.

Construyendo una relación positiva

[Diapo 12 título](#)

No es fácil tener una relación positiva con los jóvenes cuando éstos están ocupados tratando de ser más independientes y queriendo pasar cada vez más tiempo con sus amigos.

Video 6

No es necesario que las cosas vayan de mal en peor. Las cosas pueden ser distintas. Mientras más experiencias positivas tenga usted con su hijo, más probable será que terminen congeniando y que él o ella se sientan mejor. Demostrar que uno nota cuando los chiquillos hacen lo que deben y otorgar puntos, recompensas o privilegios cuando sus hijos hacen todo lo posible por mejorar, son dos cosas que usted puede hacer para construir una buena relación. Veamos:

Video 7



Colegio Salesiano Concepción

Ahora piense en otras cosas que usted puede hacer para que su hijo sepa que usted realmente se preocupa por el/ella. Haga una lista de todas las cosas que usted hace por su hijo y piense en cómo transmite el mensaje de amor.

Construir una relación positiva

Actividad 5 **5 minutos**

Facilitador grupal:

1. Pida al grupo que hagan una *lluvia de ideas* sobre una lista de todas las cosas que pueden hacer, además de elogiar y otorgar privilegios adicionales, para mostrar amor e interés por sus hijos. Registre las respuestas en una hoja.
2. Pídale que seleccionen algunas cosas de la lista que definitivamente transmitirán el mensaje de amor.
3. Asegúrese de que incluya:
 - “abrazos”,
 - “decir te quiero” y
 - “escribir una nota cariñosa”

Momento de Celebración

Al terminar este encuentro y antes de la evaluación... no podemos dejar de celebrar lo que hemos visto, lo que hemos descubierto en esta tarde...

Mientras escuchamos la canción preparamos el altar para encontrarnos en la intimidad con Jesús...

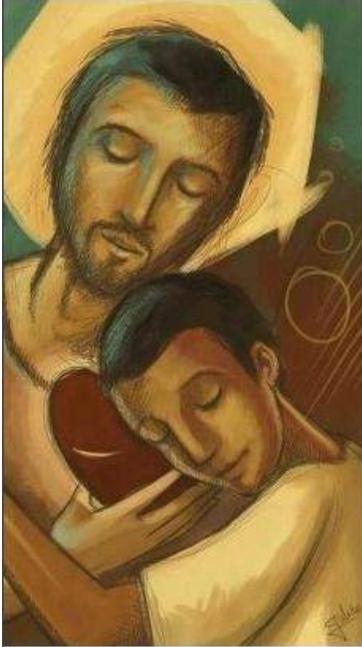
Tres cosas tiene el amor (video)

Diapo 13



PALABRA DE DIOS

(Juan 15, 9-17 y 13, 34-35)



Como el Padre me amó, también yo los he amado a ustedes. Permanezcan en mi amor.

Si cumplen mis mandamientos, permanecerán en mi amor; como yo cumplí los mandamientos de mi Padre

y permanezco en su amor.

Les he dicho esto para que mi gozo sea el de ustedes, y ese gozo sea perfecto.

Este es mi mandamiento: Ámense los unos a los otros, como yo los he amado.

No hay amor más grande que dar la vida por los amigos.

Ustedes son mis amigos si hacen lo que yo les mando.

Ya no los llamo servidores, porque el servidor ignora lo que hace su señor; yo los llamo amigos, porque les he dado a conocer todo lo que oí de mi Padre.

No son ustedes los que me eligieron a mí, sino yo el que los elegí a ustedes, y los destiné para que vayan y den fruto, y ese fruto sea duradero.

Así todo lo que pidan al Padre en mi Nombre, él se lo concederá.

Lo que yo les mando es que se amen los unos a los otros.

Les doy un mandamiento nuevo: ámense los unos a los otros.

Así como yo los he amado, ámense también ustedes los unos a los otros.

En esto todos reconocerán que ustedes son mis discípulos:

en el amor que se tengan los unos a los otros».

Comentario:

Algún miembro de la comunidad comenta la lectura con estas palabras e invita a los demás a compartir lo que les sugiere.

Estos párrafos de Juan nos colocan ante la realidad más profunda del mensaje evangélico, el AMOR.

Jesús no manda a amarlo a él, sino amar como Dios ama y como él ama. En realidad no se trata de una ley, sino de una respuesta a lo que Dios es en cada uno de nosotros.

El verdadero amor no es fruto del voluntarismo. Tampoco surge de alcanzar una plenitud. Amar es deshacerme de todo lo que creo ser, para que solo quede en mí lo que hay de Dios.

El amor que pide Jesús tiene que surgir desde dentro, no imponerse desde fuera. Se trata de manifestar, a través de las obras, lo que Dios es en mí ser. Las obras se pueden programar, la razón de obrar, no.

Para saber si estamos con Jesús no hay más criterio que las obras del amor. Cualquier relación con Dios sin un amor manifestado en obras será siempre puro discurso teórico. Amar significa, en muchas ocasiones, embarrarse las manos, dar vueltas y cansarse. Solo con el amor la tierra de la que fuimos formados tomó la vida de Dios.

Padre Nuestro y bendición final

Sigue canción:

[Así es el amor \(video\)](#)

Recogiendo

(5 minutos)



Colegio Salesiano Concepción

Para terminar la parte formativa, se invita a algunos voluntarios o voluntarias a contestar la siguiente pregunta y se motiva una reflexión en torno a las ideas que surjan y al material escrito que se les entregará sobre los estilos de crianza.

¿Qué me llevo o rescato de esta experiencia?

Diapo 14

Práctica para la casa

1. Pídale a los padres que encuentren durante la semana cosas de sus hijos que merezcan ser elogiadas.
2. También se les pide que busquen maneras de aumentar la independencia de sus hijos.
3. Recordarles que escondan tarjetas con cumplidos.

Evaluación



Colegio Salesiano Concepción

EVALUACION

2017



EVALUACION JORNADA SEPTIMOS BASICOS (12.08.2017)

JORNADA "ANIMANDO UNA BUENA CONDUCTA"

- Expositores: Francisco Sepúlveda y Padre Carlo Lira
- Lugar: Salón Padre Hurtado
- Comienzo: 15:25 hrs.
- Termino: 18:15 hrs.
- Apoyo: 12 EPES, Margarita Mella (delegada pastoral), matrimonios Valenzuela-Barriga /
Muñoz-Carrasco / Tapia-Guerrero / Mariani-Molina.

PARTICIPACIÓN = TOTAL ASISTENTES 160 aprox.

7°A 7°B 7°C 7°D 7°E

NOTA PROMEDIO EVALUACIÓN

7°A=6.9 7°B= 6.9 7°C= 6.8 7°D= 6.9 7°E= 6.9

OBSERVACIONES DE LOS ASISTENTES

- 36 personas: Sin observaciones (7.0 (30) / 6.9 (1) / 6.8 (1) / 6.5 (3) / 6.0 (1))
- 15 personas: Felicitaciones y agradecimientos por la jornada
- 10 personas: Más jornadas en el año (Mínimo 2)
- 09 personas: Que dure más tiempo la jornada y las actividades
- 07 personas: Espacio más amplio
- 06 personas: Jornada con los hijos
- 04 personas: Temas en más profundidad como hábitos de estudios / Taller de motivación / Comunicación padres e hijos
- 03 personas: Más dinámicas
- 01 persona: Que las jornadas sean obligatorias para que asistan todos los apoderados
- 01 persona: Agradecimientos al Padre Carlo por sus consejos.
- 01 persona: Se agradece a los guías Francisco y Padre Carlo
- 01 persona: Tener agua en los grupos
- 01 persona: Grupos más pequeños
- 01 persona: Trabajar temas relacionados con el Evangelio.
- 01 persona: 10 minutos de recreo



JORNADA 7º BASICOS AÑO 2017







JORNADA

8^ºs BASICOS

**"PROTEGIENDO CONTRA EL
ABUSO DE SUBSTANCIAS"**



PROTEGIENDO CONTRA EL ABUSO DE SUBSTANCIAS Diapo 1

título

Objetivo: Los padres ayudarán a proteger a sus hijos contra el abuso del tabaco, drogas, alcohol y conductas sexuales de riesgo y aprenderán a vigilar a sus hijos.

Juego dinámico y respiración diafragmática (En horario en inicio)

Bienvenida

Yenny y Emilio dan la **bienvenida** a los padres. Introducen la sesión diciéndoles que esta actividad forma parte del proyecto de **“formando personas autónomas y responsables. Buenos cristianos y honestos ciudadanos”** (el rol de los padres en esto y cómo se está trabajando).

Diapo 2

Explicar que este taller tiene como propósito conversar acerca de la importancia y el rol que juegan los padres para el logro de las metas de sus hijos, estableciendo con ellos la mejor de las conexiones posibles. A través del amor, pero también de los límites.

Desarrollo

Mis objetivos como padre o madre Diapo 3 título

..... (10 minutos aprox.)

La gente se pone metas todo el tiempo. Ya sea en sus puestos de trabajo, económicamente, en el deporte, en el acondicionamiento físico, o simplemente se pone objetivos para dejar un mal hábito. Si algo es importante para nosotros tendemos a establecer metas y hacer planes para lograr esos objetivos.

Sin embargo, es increíble pero muchas personas no se fijan metas de crianza. Todos estamos de acuerdo que ser padre o madre es uno de los desafíos más importantes que tenemos (por supuesto que sí, o no estaría participando en cosas como esta.) Sin embargo, me pregunto ¿cuántos de nosotros realmente nos hemos fijado metas para nosotros mismos como padres/madres? ¿Usted ha puesto por escrito o definido sus objetivos para la crianza de sus hijos?

En este primer momento usted va a dedicar algún tiempo para considerar (o reconsiderar) qué es lo que está tratando de hacer como padre. Esto incluirá tener en cuenta lo siguiente:

Diapo 4

- **Qué tipo de adulto desea que su hijo adolescente llegue a ser**



- Sus principales objetivos como padre o madre

Mi estilo de crianza...

[Diapo 5 Título](#)

Oscar (3 minutos)

Para que los niños y adolescentes puedan realizar lo que esperamos de ellos necesitan dos cosas –amor y límites- Sin embargo, para la mayoría de los padres es difícil establecer límites firmes y ser cariñosos al mismo tiempo.

[Diapo 6 \(estilos de crianza\)](#)



y comentar...

Algunos padres quieren ganar siempre y sus exigencias son siempre lo primero (autoritarios). Este tipo de padre siempre lo controla todo y dice “no” sin siquiera pensar que la respuesta podría ser un sí.

Otros padres piensan que todo debe hacerse a la manera del joven. Asumen los deseos de sus hijos sin preguntarse siquiera acerca de qué es lo mejor para ellos o para toda la familia.

La idea es encontrar un término medio en la relación con sus hijos, una relación donde están presentes tanto el amor como los límites. Donde usted tiene tanto reglas a seguir como consecuencias por su incumplimiento. Donde usted hace un seguimiento para asegurarse de que sus hijos están haciendo lo que se supone (por ejemplo, supervisar tiempo de recreación o de estudio). Y donde usted también hace y dice cosas que ayudarán a construir una relación positiva y cariñosa –para que su hijo esté seguro de que usted se preocupa por él o ella. Pero, ¿cómo son los hijos a los 11 o 12 años?

Protección contra el alcohol, el tabaco, el abuso de drogas y otros comportamientos de riesgo en la juventud [Diapo 7 título](#)

Una de las cosas que más preocupa a la mayoría de padres es que nuestros hijos empiecen a consumir alcohol, tabaco o drogas, o que tengan relaciones sexuales demasiado temprano o sin realmente desearlo. Pero los padres pueden marcar la diferencia con respecto a lo que hacen sus hijos. Revisar nuestro estilo de crianza de tal manera que los queramos y, al mismo tiempo, seamos firmes debiera reflejarse en marcar límites claros –teniendo reglas específicas, haciéndolas cumplir a través de



recompensas y sanciones, y corrigiéndolos sin alterarnos porque lo que importa es –ante todo– mantener la calma.

Así, mientras mejor sea usted para poner límites firmes en su entorno y para mostrar amor y consideración, más probabilidades habrá de que su hijo pase su período de adolescente sin grandes dificultades. Pero para ayudar a que su hijo o hija no caiga en el abuso de drogas o que llevado por la presión acepte tener relaciones sexuales sin protección de ningún tipo, es importante para usted que tenga muy claro lo que usted considera aceptable para sus hijos. Los padres tienen ideas diferentes acerca de si sus hijos preadolescentes y adolescentes deben beber o fumar, a qué edad, cuánto y donde. Si ellos pueden tener relaciones con sus novias o si usted debe hablar con ellos acerca de la abstinencia o de usar algún tipo de protección.

Converse en su grupo acerca de sus ideas sobre el hecho de que los jóvenes deban beber o consumir drogas y tener sexo.

Diapo 7.1

¿Piensa usted que los jóvenes nunca deben beber, usar drogas o tener relaciones sexuales? ¿O piensa que esto es aceptable a partir de una cierta edad? ¿Piensa que está bien que los jóvenes prueben alcohol en casa con familia o que ésta le de condones? Vea cuántos criterios diferentes están representados en su grupo. (Breve pausa)

Diferentes principios en relación con el alcohol, el tabaco y las drogas

Actividad 1 **15 minutos**

Diapo 8: ¿Abstinencia total (tarjeta verde) o ningún control (tarjeta amarilla)?

Facilitador central:

1. Les voy a pedir que se decidan entre estos dos extremos. Uno representa a los padres que creen en la abstinencia total de alcohol y el tabaco para sus hijos adolescentes y el otro extremo corresponde a los padres que piensan que no debe haber ningún control de cuándo y cuánto beben o fuman sus hijos.
2. Los padres conversan en parejas (sin permitir que estén juntos cónyuges) y analizan en qué extremo se ubicarían.
3. Después de 2 o 3 minutos, indique a los padres que levanten la tarjeta que representa sus creencias acerca de cuánto pueden beber o fumar sus hijos e hijas adolescentes.
4. Pida a algunos padres que en sus grupos expliquen por qué levantaron la tarjeta azul o verde.



5. Ahora diga al grupo que queremos saber lo que opinan sobre el consumo de drogas.
6. Los padres conversan en parejas (sin permitir que estén juntos cónyuges) y analizan en qué extremo se ubicarían.
7. Indique a los padres que levanten la tarjeta que represente lo que piensan acerca del consumo de drogas por sus hijos adolescentes. Verde ningún consumo. Azul apertura a que lo hagan.
8. Pida a algunos padres, distintos a los anteriores, que en sus grupos expliquen por qué levantaron la tarje azul o verde.
9. Finalmente queremos saber lo que opinan con respecto a la actividad sexual de sus hijos e hijas (enfaticar que no debiera haber diferencias entre H y M)
10. Los padres conversan en parejas (sin permitir que estén juntos cónyuges) y analizan en qué extremo se ubicarían.
11. Después de 2 o 3 minutos, pida a los padres que levanten sus tarjetas sea en el lado de la abstinencia (verde) o en el de la permisividad (azul).
12. (en los grupos) Pregunte si existe un término medio, una práctica sexual responsable con uso de preservativos y a qué edad consideran que los jóvenes son lo suficientemente maduros para asumirla.

Nota: Haga hincapié en la responsabilidad tanto de los chicos como de las chicas en las prácticas sexuales de riesgo.

Los padres tienen muchas ideas diferentes acerca del alcohol, el tabaco y otras drogas así como de la sexualidad. Sólo usted sabe cuáles son sus propios valores. Algunos de los padres de los amigos de sus hijos pueden tener ideas diferentes a las suyas.

Usted tiene derecho a tener sus propias opiniones pero usted debe saber que los adolescentes tienen más posibilidades de meterse en problemas de drogas y alcohol si sus padres piensan que beber alcohol o usar drogas está bien. Observe el gráfico en la pantalla para que vea donde es que los jóvenes corren riesgos.

Diapo 9 (tomarla de ppt "evidencia de consumo y no consumo")

En la línea azul tenemos a los padres que ejercen un control fuerte y piensan que sus hijos jamás deben probar alcohol. Otros piensan que probar vino o cerveza en algún evento especial está bien y a algunos padres no les importa si sus adolescentes beben en casa. Algunos piensan que está bien que los jóvenes



beban ocasionalmente en fiestas mientras otros ignoran el problema y afirman que los "los jóvenes" siempre "serán los jóvenes".

Diapo 10 (tomarla de ppt "evidencia de consumo y no consumo")

En la línea roja tenemos a los padres que no quieren tener control y piensan que tanto beber como consumir drogas es aceptable.

Riesgo y factores protectores *diapo 11 título*

Como padre usted debe saber que si usted permite beber a sus hijos antes de que cumplan 15 años, ellos corren el riesgo de meterse en graves problemas. Lo mismo sucede con el uso de drogas. Los estudios sobre jóvenes con problemas de abuso de alcohol y drogas han demostrado, una y otra vez, que mientras mas temprano comienzan a experimentar con licor o narcóticos mayores son las probabilidades de que abusen de sustancias psicotrópicas más adelante, en su adolescencia. Estos estudios revelan también que los adolescentes que beben demasiado o abusan de las drogas tienen mayor probabilidad de pertenecer a pandillas, de meterse en dificultades con la ley y de estar inmiscuidos en embarazos no deseados durante la adolescencia.

Es por ello que es realmente importante que usted tenga muy claros los factores que ponen a sus hijos en riesgo de caer en el abuso de sustancias o conductas peligrosas así como las medidas que usted puede tomar para reducir los riesgos. Los adolescentes que provienen de familias sin historial de alcoholismo presentan un riesgo menor. Pero aunque usted no puede hacer nada para cambiar el pasado de su familia, es positivo que le demuestre a su hijo que usted desapruueba el consumo de drogas y alcohol, y que usted mismo, no bebe demasiado ni usa drogas ilegales. Los adolescentes que tienen una actitud positiva con respecto a la escuela y que tienen amigos que no usan drogas o alcohol tienen menos probabilidades de meterse en dificultades. Los adolescentes que pueden intercambiar pensamientos y sentimientos con al menos un miembro de la familia corren menos riesgo.

Diapo 12: Peligros para los jóvenes que usan alcohol, tabaco o drogas, o que tienen sexo a edad muy temprana.

Riesgos para los jóvenes que consumen alcohol, drogas o tabaco, o tienen sexo a edad muy temprana

Actividad 2 **5 minutos**

1. El facilitador central le pide a los padres que enumeren las cosas que podrían ser graves problemas para sus hijos si beben y usan drogas.



2. El facilitador grupal escribe las ideas en una hoja.

3. Los facilitadores centrales retiras las hojas y en una rápida síntesis presentan los elementos comunes y se aseguran de incluir lo siguiente:

- Abandono de los estudios
- Embarazo en la adolescencia
- Delincuencia y actividades delictivas
- Participación en una pandilla
- Adicción

Como ya hemos mencionado el abuso de alcohol y drogas no sólo puede conducir a la adicción, sino que también pone a los jóvenes en riesgo de todo tipo de comportamientos peligrosos durante la adolescencia. En el caso de relaciones sexuales en edad precoz es necesario pensar que este es un tema del que se habla muy poco ya que se le considera un tema difícil. Recuerde que hablar sobre sexualidad con sus hijos disminuirá los riesgos en su conducta sexual y que lo mejor es encarar el tema de manera positiva sin recurrir a la vergüenza o el miedo. Escuchemos a algunos padres hablar sobre los temores que ellos tienen acerca del consumo de alcohol y drogas, así como lo que pueden hacer para ayudar a sus hijos tengan una idea clara de lo que significa su sexualidad.

[Video 1](#)

Según afirmaron estos padres, teniendo reglas claras y haciéndolas cumplir a la vez que se demuestra amor y respeto protege a nuestros hijos contra toda clase de dificultades. Pero también necesitamos conversar específicamente con nuestros hijos acerca del tabaco, las drogas y el alcohol, así como de su sexualidad, dejando muy en claro qué es lo que esperamos de ellos. A veces pensamos que nuestros hijos adolescentes ya saben lo que se supone que deben hacer. Pero quizás ellos no lo sepan realmente. Ellos pueden pensar que el licor fuerte es malo pero que la cerveza o los "vinos refrescantes" están bien. Antes de que podamos conversar con ellos, necesitamos tener claros nuestros propios valores.

Necesitamos pensar acerca de cuales son nuestras normas específicas y asegurarnos de que nuestros hijos las entiendan.

Con la siguiente actividad usted llamará la atención de su hijo. Desde la mesa central vamos a ayudarlo a completar los espacios en blanco de una carta que usted le va a leer a él o ella en una reunión familiar. Usted tendrá la oportunidad de hablarle a su hijo o hija sobre las esperanzas y sueños que usted tiene para ellos, haciéndoles saber también lo que usted espera de ellos. Si sus hijos son como la mayoría de los jóvenes que han oído a sus padres leer estas cartas, ellos escucharán con mucha atención.



Empezaremos la carta hablando de las esperanzas y sueños que usted tuvo para con su hijo cuando él o ella fueron pequeños. La carta dice, "Cuando naciste..."

Carta a su hijo

Actividad 3 9 minutos

1. Se reparte la hoja de trabajo: "Te quiero y deseo cosas buenas para ti".
2. Las parejas deben analizar las respuestas y completar en forma conjunta una carta para sus hijos.

Observación: Dé tiempo para que los padres terminen su propia carta.

Te amo y deseo lo mejor para ti

En verde lo que el guión con ideas para rellenar la carta...

Querido _____

Cuando naciste fui muy feliz y trataba de imaginar cómo serías cuando tuvieras 5 años, 12 años, y cuando ya hubieras crecido. Algunos de los sueños que tenía para ti fueron (pensar en las cualidades en las que se pensó en la primera sesión: fuerte y sano, o considerado y responsable o capaz de divertirse y conseguir un buen trabajo)

Ahora que tienes _____ **años, estoy orgulloso de ti, porque** (eres bueno en la escuela, cariñoso, energético, inteligente, fuerte, bueno para el deporte. Piense en las cualidades que le puso a su hijo en el árbol familiar)

Lo que espero de ti en tus años de adolescencia es (aquí es bueno poner las cosas que los jóvenes desean para sí, como: divertirse con amigos, mantenerse fuera de dificultades, practicar deporte, hacer música, trabajar a tiempo parcial)

Porque te amo y porque deseo lo mejor para ti, me preocupa la posible presencia del alcohol, el tabaco y otras drogas durante tus años de adolescente. Tengo miedo de que si empiezas a beber alcohol y a usar drogas, las esperanzas que tengo en ti y las esperanzas que tienes para ti mismo, no puedan hacerse realidad. También me preocupa que puedas hacer cosas riesgosas o que no sean propias de tu edad y que puedan traerte problemas en el futuro. Estas son algunas de las maneras en que el alcohol, las drogas y otros comportamientos impropios de tu edad, podrían evitar que tus esperanzas y sueños se hagan realidad.

Hay tantas cosas que podrían ocurrirte, por ejemplo (enumerar algunas de las formas en que el consumo de alcohol y drogas podrían influir en su hijo. Como por ejemplo, dañando su capacidad intelectual, lo que afectaría su rendimiento en la escuela, haciéndole perder forma física, sufriendo un accidente de tránsito y, así sucesivamente, ejercicio precoz de la sexualidad con las consecuencias que ello puede tener...)



Ya que me preocupa tu futuro, me gustaría decirte lo que espero de ti en relación a las drogas, el tabaco, el alcohol y las relaciones sexuales prematuras.

(...no beber, ni consumir drogas, no beber en fiestas y prohibido fumar...)

Espero que decidas seguir estas reglas. Pero si empiezas a usar drogas, alcohol, tabaco o a tener sexo antes de tiempo, habrá consecuencias. Ya decidiremos cuáles a su debido momento, pero debes saber que perderás algunos de los privilegios que son importantes para ti.

Te amo y estoy dispuesto a hacer todo para que puedas lograr tus metas y sueños.

Con mucho amor _____

El seguimiento de los jóvenes Diapo 13 título

Dejando que su hijo conozca sus reglas específicas acerca del consumo de alcohol, tabaco y drogas es una manera importante de mantenerlos alejados de los problemas. Pero hay otra cosa importante que usted puede hacer para prevenir el abuso de sustancias y otros problemas graves durante los años de adolescencia. Las personas que han estudiado a las familias donde los hijos no se meten en dificultades han encontrado que realmente se logra un cambio cuando los padres están enterados de donde están sus hijos, saben lo que están haciendo y quiénes son sus amigos. Escuchemos la conversación entre dos padres acerca de cómo lograrlo.

Video 2

Esas madres nos dieron un buen consejo. Ser padre de jóvenes adolescentes es un trabajo difícil y nuestros amigos y vecinos pueden ayudarnos a seguirles la pista a nuestros hijos. Ahora, necesita practicar las preguntas que hará a sus hijos: quién, qué, dónde y cuándo. Recuerde, que preguntarle a su hijo "cuándo" llegará a casa no significa que él o ella puedan elegir. Usted debe tener las reglas acerca de las salidas pero siempre es bueno comprobar y asegurarse que sus hijos llegarán a la casa a tiempo.

Práctica para preguntar quién, qué, dónde, cuándo

Actividad 4 5 minutos (grupos)

En una diapo (14) se escriben en caracteres grandes las palabras:

Quién

Qué

Dónde



Cuándo

1. Vamos a practicar entonces la recomendación que dio uno de los padres para supervisar a nuestros hijos. Se trata de cuatro preguntas. Se pueden hacer en cualquier orden. Lo importante es que estén las cuatro para saber específicamente lo que harán nuestros hijos y poder controlar que así sea.

2. El facilitador grupal leerá la descripción de algunas escenas y pide a los padres que, uno por vez, traten de hacer preguntas con “quién, qué, dónde y cuándo”. El facilitador desempeña el papel del hijo y da las respuestas.

3. En al menos una escena, cuando desempeñe el papel del hijo, no le dé al “padre” o “madre” que se está ejercitando respuestas específicas. El padre o la madre debe decir entonces: “Lo lamento. No puedes salir a menos que respondas a mis preguntas”.

Escena 1:

- ◆ José se le acerca y pregunta: "Ya cumplí con mi colaboración con las tareas de la casa. ¿Puedo salir ahora?"
- ◆ El padre, madre debe decir: ¿Con quién estarás? ¿Qué harán? ¿Dónde estarán? ¿Cuándo regresarás?

Escena 2:

- ◆ Teresa dice: "Dijiste que podía ir a la casa de mi amiga este fin de semana, ¿no? Así es que me voy".
- ◆ El padre, madre debe decir: ¿Con quién vas a estar? ¿Qué harán? ¿Cuándo regresarás?
- ◆ (Aunque ella le diga que estará con su amiga, todavía es necesario preguntarle con quién estará.)

Escena 3:

- ◆ Bernardo va a salir y dice: "Hasta luego".
- ◆ El padre, madre debe decir: ¿Con quién estarás? ¿Qué harán? ¿Dónde estarán? ¿Cuándo regresarán?

La idea es averiguar quién, qué, dónde, y cuándo sin estar retando o enojándose. Se puede obtener la información necesaria sin parecer detectives. Recordar que no por tener la respuesta, ello significa que su hijo estará donde se supone. Permita que él o ella sepan que usted los controlará esporádicamente para ver si están haciendo lo que dijeron. Si usted encuentra que ellos están donde se supone, usted confiará gradualmente en ellos cada vez más. Si no, usted les aplicará una sanción y les dará menos libertad en el futuro.



Momento de Celebración

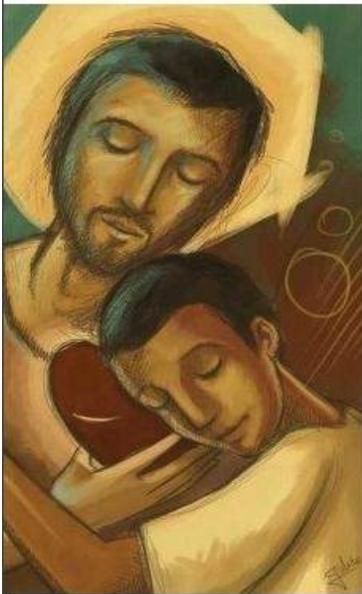
Al terminar este encuentro y antes de la evaluación... no podemos dejar de celebrar lo que hemos visto, lo que hemos descubierto en esta tarde...

Mientras escuchamos la canción preparamos el altar para encontrarnos en la intimidad con Jesús...

Tres cosas tiene el amor (video)

PALABRA DE DIOS

(Juan 15, 9-17 y 13, 34-35)



Como el Padre me amó, también yo los he amado a ustedes. Permanezcan en mi amor.
Si cumplen mis mandamientos, permanecerán en mi amor, como yo cumplí los mandamientos de mi Padre y permanezco en su amor.
Les he dicho esto para que mi gozo sea el de ustedes, y ese gozo sea perfecto.
Este es mi mandamiento: Ámense los unos a los otros, como yo los he amado. No hay amor más grande que dar la vida por los amigos.
Ustedes son mis amigos si hacen lo que yo les mando.
Ya no los llamo servidores, porque el servidor ignora lo que hace su señor; yo los llamo amigos, porque les he dado a conocer todo lo que oí de mi Padre.
No son ustedes los que me eligieron a mí, sino yo el que los elegí a ustedes, y los destiné para que vayan y den fruto, y ese fruto sea duradero. Así todo lo que pidan al Padre en mi Nombre, él se lo concederá.
Lo que yo les mando es que se amen los unos a los otros.

Les doy un mandamiento nuevo: ámense los unos a los otros. Así como yo los he amado, ámense también ustedes los unos a los otros. En esto todos reconocerán que ustedes son mis discípulos: en el amor que se tengan los unos a los otros».

Comentario:

Algún miembro de la comunidad comenta la lectura con estas palabras e invita a los demás a compartir lo que les sugiere.

Estos párrafos de Juan nos colocan ante la realidad más profunda del mensaje evangélico, el AMOR. Jesús no manda a amarlo a él, sino amar como Dios ama y como él ama. En realidad no se trata de una ley, sino de una respuesta a lo que Dios es en cada uno de nosotros.
El verdadero amor no es fruto del voluntarismo. Tampoco surge de alcanzar una plenitud. Amar es deshacerme de todo lo que creo ser, para que solo quede en mí lo que hay de Dios.
El amor que pide Jesús tiene que surgir desde dentro, no imponerse desde fuera. Se trata de manifestar, a través de las obras, lo que Dios es en mi ser. Las obras se pueden programar, la razón de obrar, no.
Para saber si estamos con Jesús no hay más criterio que las obras del amor. Cualquier relación con Dios sin un amor manifestado en obras será siempre puro discurso teórico. Amar significa, en muchas ocasiones, embarrarse las manos, dar vueltas y cansarse. Solo con el amor la tierra de la que fuimos formados tomó la vida de Dios.



Colegio Salesiano Concepción

Padre Nuestro y bendición final

Sigue canción:

[Así es el amor \(video\)](#)

Recogiendo

(5 minutos)

Para terminar la parte formativa, se invita a algunos voluntarios o voluntarias a contestar la siguiente pregunta y se motiva una reflexión en torno a las ideas que surjan y al material escrito que se les entregará sobre los estilos de crianza.

¿Qué me llevo o rescato de esta experiencia?

[Diapo 16](#)

Luis

Práctica para la casa

[Diapo 17](#)

Usen las preguntas con quién, qué, dónde, cuándo si tienen la oportunidad.

Evaluación

j



Colegio Salesiano Concepción

EVALUACION

2016 y 2017



Evaluación jornada Octavos EM, 27 agosto 2016

La jornada “Protegiendo contra el abuso de sustancias” se realizó dentro del tiempo establecido. La participación del CEGEPA y particularmente de Jenny Molina y su esposo Emilio sigue siendo destacada porque saben buscar colaboradores. A cada uno de los apoderados se le entregó un díptico para evaluar su propio estilo de crianza.

Participación: 65 personas

8.º A 24 apoderados (3 mat); 8.º B 20 apoderados (4 mat); 8.º C 21 apoderados (3 mat);

Respondieron la evaluación: 49 personas

Nota promedio de la evaluación: 6,9

Observaciones más repetidas

- Lo pasé super bien. Felicitaciones 8
- Aprendí mucho y cosas nuevas 4
- Que sean más frecuentes 4

Al igual que con los niveles anteriores, para los que no pudieron participar el sábado 27 habrá una segunda oportunidad el martes 13 de septiembre por la tarde.



EVALUACION JORNADA OCTAVOS BASICOS (02.09.2017)

- Expositores: Padre Carlo Lira
- Lugar: Salón Padre Hurtado
- Comienzo: 15:25 hrs.
- Termino: 18:30 hrs.
- Apoyo:
 - ✓ EME (10)
 - ✓ Cegepa: Margarita (delegada Pastoral) / Cristián y Claudia
 - ✓ Matrimonios: Valenzuela-Barriga / Muñoz-Carrasco / Tapia-Guerrero / Mariani-Molina.

PARTICIPACIÓN = TOTAL ASISTENTES 87 app

- 8°A= 41 / 18 app. Apoderados (2 matrimonios)
- ✓ 8°B= 41 / 25 app. Apoderados (4 matrimonios)
- ✓ 8°C= 41 / 11 app. Apoderados (4 matrimonios)
- ✓ 8°D=40 / 20 app. Apoderados (3 matrimonios)

NOTA PROMEDIO EVALUACIÓN

8°A= **6.9**

8°B= **6.9**

8°C= **6.8**

8°D= **6.9**

OBSERVACIONES DE LOS ASISTENTES

- 18 personas: Sin observaciones (7.0 (15) / 6.9 (1) / 6.8 (1) / 6.5 (1) / 6.0 (1))
- 13 personas: Felicitaciones y agradecimientos por la jornada
- 08 personas: Comenzar a las 15:00 hrs
- personas: Que las jornadas sean obligatorias para que asistan todos los apoderados
- 04 personas: Mas grande el espacio físico
- 04 personas: Más jornadas en el año
- 03 personas: Jornada con los hijos
- 02 personas: Mas profundidad en los temas
- 02 personas: Se agradece al Padre Carlo
- 01 persona: Más actividades para conocerse entre apoderados
- 01 persona: Indicar con anterioridad donde se realizara la jornada y el tiempo de duración
- 01 persona: Si van niños que haya una guardería
- 01 persona: Que los apoderados no lleven a niños chicos



Colegio Salesiano Concepción

- 01 persona: *Estar más cómodos*
- 01 persona: *Que dure más tiempo la jornada y las actividades*
- 01 persona: *Que dure menos tiempo*
- 01 persona: *Fue favorable el cambio de facilitador*
- 01 persona: *Más vivencias*
- 01 persona: *Que participe EPE, EME, EJE, ENE para intercambiar experiencias.*
- 01 persona: *Contar con la visión de un profesional*
- 01 persona: *Felicitar a la facilitadora (EME)*
- 01 persona: *Cuesta disponer de tiempo*
- 01 persona: *Como se trabajan estos temas con los alumnos, datos estadísticos nacionales*
- 01 persona: *Taller de sexualidad*

Nota: *En el ítem de evaluación punto 8= 27 personas nos indican el tema de inicio de la jornada.*



JORNADA 8º BASICOS AÑO 2017







JORNADA
1ºs MEDIOS
"PONIENDONOS EN
EL LUGAR DEL OTRO"



Poniéndonos en el lugar del otro

Diapo 1 título

Objetivo: Los padres aprenderán cómo empatizar con su hijo adolescente reconociendo las necesidades del hijo y las propias y el valor de una comunicación empática. Los hijos comprenderán los propios sentimientos, su regulación, comprender los sentimientos ajenos y cómo mantener buenas relaciones con demás, particularmente con sus padres.

Juego dinámico y respiración diafragmática (En horario en inicio)

Bienvenida

Yenny y Emilio dan la **bienvenida** a los padres. Introducen la sesión diciéndoles que esta actividad forma parte del proyecto de **“formando personas autónomas y responsables. Buenos cristianos y honestos ciudadanos”** (el rol de los padres en esto y cómo se está trabajando).

Diapo 2

Explicar que este taller tiene como propósito conversar acerca de la importancia y el rol que juegan los padres para el logro de las metas de sus hijos, estableciendo con ellos la mejor de las conexiones posibles. A través del amor, pero también de los límites.

Desarrollo

Mis objetivos como padre o madre *Diapo 3 título*

Patricio (10 minutos aprox.)

La gente se pone metas todo el tiempo. Ya sea en sus puestos de trabajo, económicamente, en el deporte, en el acondicionamiento físico, o simplemente se pone objetivos para dejar un mal hábito. Si algo es importante para nosotros tendemos a establecer metas y hacer planes para lograr esos objetivos.

Sin embargo, es increíble pero muchas personas no se fijan metas de crianza. Todos estamos de acuerdo que ser padre o madre es uno de los desafíos más importantes que tenemos (por supuesto que sí, o no estaría participando en cosas como esta.) Sin embargo, me pregunto ¿cuántos de nosotros realmente nos hemos fijado metas para nosotros mismos como padres/madres? ¿Usted ha puesto por escrito o definido sus objetivos para la crianza de sus hijos?

En este primer momento usted va a dedicar algún tiempo para considerar (o reconsiderar) qué es lo que está tratando de hacer como padre. Esto incluirá tener en cuenta lo siguiente:



Diapo 4

- Qué tipo de adulto desea que su hijo adolescente llegue a ser
- Sus principales objetivos como padre o madre

Mi estilo de crianza...

Diapo 5 Título

Patricio (10 minutos)

Para que los niños y adolescentes puedan realizar lo que esperamos de ellos necesitan dos cosas –amor y límites- Sin embargo, para la mayoría de los padres es difícil establecer límites firmes y ser cariñosos al mismo tiempo.

Diapo 6 (estilos de crianza)



y comentar...

Algunos padres quieren ganar siempre y sus exigencias son siempre lo primero (autoritarios). Este tipo de padre siempre lo controla todo y dice “no” sin siquiera pensar que la respuesta podría ser un sí.

Otros padres piensan que todo debe hacerse a la manera del joven. Asumen los deseos de sus hijos sin preguntarse siquiera acerca de qué es lo mejor para ellos o para toda la familia.

La idea es encontrar un término medio en la relación con sus hijos, una relación donde están presentes tanto el amor como los límites. Donde usted tiene tanto reglas a seguir como consecuencias por su incumplimiento. Donde usted hace un seguimiento para asegurarse de que sus hijos están haciendo lo que se supone (por ejemplo, supervisar tiempo de recreación o de estudio). Y donde usted también hace y dice cosas que ayudarán a construir una relación positiva y cariñosa –para que su hijo esté seguro de que usted se preocupa por él o ella. Pero, ¿cómo son los hijos a los 11 o 12 años?

Aprendiendo a escuchar los problemas

Diapo 7 título

La buena comunicación es una de las cosas más importantes para una familia. Normalmente la comunicación está marcada por el “estilo de crianza”. Cuando se muestra cariño pero al mismo tiempo se es firme aprendemos a hablar con nuestros hijos cuándo están haciendo algo equivocado y cómo hacer para que sepan lo que usted desea que hagan sin necesidad de gritarles o criticarles.



Colegio Salesiano Concepción

Nuestra habilidad de comunicación sin gritos ni reproches, se pone a prueba cuando otro miembro de la familia le confía a usted un problema y nosotros, con nuestra escucha, le hacemos saber a él o ella que esa persona nos importa. Pero la dificultad es, que la mayoría de nosotros nunca aprendimos a escuchar de verdad. Veamos a una pareja de esposos y a dos amigas conversando entre ellos. Cuando una persona comience a hablar de algo que le está molestando, observe si la otra persona realmente escucha.

Video 1

Pedir que analicen las preguntas que aparecen en pantalla con el grupo (3 minutos):

Diapo 8

- ¿Sintió la persona afectada por el problema que la escuchaban y apoyaban?
- ¿Cómo puede esto afectar en el futuro a su capacidad de comunicación?

Es realmente importante que nuestros adolescentes se acerquen a nosotros para confiarnos sus problemas y hacernos preguntas. Queremos que ellos conversen con nosotros para saber lo que sucede y así poder ayudarlos. Pero a veces quedamos tan preocupados por lo que nos están diciendo que acabamos interrogándoles y pidiéndoles todo tipo de detalles. Veamos como es que algunos padres se olvidan de escuchar.

Video 2

Haga las siguientes preguntas y analice las respuestas con el grupo

Diapo 9

- ¿Escucharon los padres las inquietudes de sus hijos?
- ¿Por qué piensan ustedes que los padres reaccionaron de esa manera?
- ¿Es probable que en el futuro los hijos recurran a sus padres cuando tengan un problema?

Queremos que nuestros hijos se acerquen a nosotros para conversar sobre las cosas que les preocupan y las cosas sobre las que tienen preguntas –sexo, drogas, problemas con sus amigos, dificultad escolar- u otro tema que les preocupen. Veamos esta vez como los mismos padres realmente escuchan a sus hijos.

Video 3

Haga las siguientes preguntas y analice las respuestas con el grupo:



Diapo 9

- ¿Escucharon los padres las inquietudes de sus hijos?
- ¿Es probable que en el futuro los hijos recurran a sus padres cuando tengan un problema?
- ¿Por qué es bueno alentar a los hijos a contarnos sus problemas?

Escuchar los sentimientos

Diapo 10 título

A veces es difícil saber qué decir cuando los jóvenes nos confían un problema o están alterados por algún motivo. Una de las mejores maneras de conseguir que los hijos se abran con nosotros es tratar de deducir lo que están sintiendo. Note cómo los padres en las siguientes escenas mantienen la conversación abierta para que sus hijos sigan contando...

Video 4

Dígales a los padres que usted leerá algunas afirmaciones características de los jóvenes y ellos responderán diciendo “Parece que estás ...” o “Debes sentirte ...”

Diapo 11

“Parece que te sientes...” o “Debes estar sintiéndote...”

Nos acercaremos a los grupos para solicitar la respuesta. Si un padre no puede dar una respuesta, se pedirá a otros que le ayuden. Ojo con el tiempo (*5 minutos estaría bien*)

Situación 1

- María comienza a conversar con usted mientras la lleva a la iglesia. Dice: “Julia hará una fiesta el sábado en la noche y no creo que me invite. Ya invitó a Jennifer y Claudia; realmente quiero ir pero no creo que yo le agrade”.
- El padre, madre responde “Debes sentirte ...”

Situación 2

- Felipe está por ir a su primer día en el nuevo colegio. Dice: “Me pregunto cómo será. Sin duda es mucho más grande que mi escuela anterior. Espero que me toque estar con Marcos en algunas clases”.
- El padre, madre responde: “Debes sentirte ...”



Situación 3

- Maritza regresa a casa desde la escuela y da un portazo. Corre a su pieza y cuando usted le pregunta qué pasó ella dice: “La maestra me gritó delante de todos. Yo sólo estaba conversando con Carmen acerca de la noche del viernes. ¡No era nada importante, pero me hizo quedar después de clases!”
- El padre, madre responde: “Debes sentirte...”

Situación 4

- Teresa irrumpe en la cocina al regresar de la escuela. Dice: “Mami, nunca adivinarás lo que sucedió. Me incluyeron en el equipo de porristas para el próximo año. No pensé que tendría una oportunidad”.
- El padre, madre o tutor responde: “Debes sentirte...”

Situación 5

- Beto juega con su comida durante la cena. Dice: “Ahora que Pepe se ha mudado no tengo con quien salir. No puedo ir solo al partido de fútbol el viernes en la noche”.
- El padre, madre o tutor responde: “Debes sentirte ...”

Situación 6

- Susana acaba de llegar a casa después de ir a comprar ropa escolar. Dice: “No hay remedio. Soy tan gorda que nada me queda bien. No es extraño que a nadie le guste”.
- El padre, madre o tutor responde: “Debes sentirte ...”

Situación 7

- Después de la cena Rodrigo comienza a hablar de un incidente que hubo hoy en el campo de juego. Dice: “Pepe realmente recibió una buena paliza hoy. Fue Andy quien empezó, pero el maestro no vio esa parte y ahora los dos están en problemas con el director”.
- El padre, madre o tutor responde: “Debes sentirte...”

Situación 8

- Silvia vuelve a casa después de pasar las últimas horas ayudando a los niños del vecino con su tarea y dice: “Apuesto a que no me darán trabajo nunca más. Todo lo que hizo la Sra. Morales fue quejarse de la lentitud con que trabajamos y decir que los niños necesitan más disciplina, pero están muy cansados después de pasar todo el día en la escuela”
- El padre, madre o tutor responde: “Debes sentirte...”



Situación 9

- Tomás vuelve a casa después de practicar con la patineta con sus amigos y dice: “¡Vaya! ¡La patineta es algo grandioso! Me caí unas cuantas veces, pero lo hice mejor que la mayoría de los chicos”.
- El padre, madre o tutor responde: “Debes sentirte...”

Situación 10

- Ángela cuelga el teléfono y dice: “A que no sabes quién llamó. Era la Sra. Martínez y quiere que yo cuide a los gemelos los sábados en la tarde. ¡Son tan lindos que me muero por empezar!”
- El padre, madre o tutor responde: “Debes sentirte...”

Situación 11

- Ana vuelve a casa después de pasar un rato con su amiga, Patricia. Dice: “No es justo. Patricia tendrá un vestido nuevo para la fiesta de este fin de semana y yo tengo que usar mi vestido viejo”.
- El padre, madre o tutor responde: “Debes sentirte...”

Situación 12

- Iván entra en el cuarto de la televisión después de la cena quejándose de su hermano menor. Dice: “Hugo ha entrado en mi cuarto nuevamente y ha revuelto todo. Ha tocado mis casetes y no puedo encontrar mis tarjetas de fútbol”.
- El padre, madre o tutor responde: “Debes sentirte...”

ONCE

Enfrentando las necesidades básicas

Diapo 12 título

Los seres humanos tenemos las mismas necesidades básicas que nos permiten vivir en sociedad. Sin importar nuestra edad, queremos que alguien se preocupe por nosotros y deseamos sentir que somos parte, que pertenecemos al grupo. Queremos tener amigos y hacer las cosas que nos gustan y divierten. Deseamos, además, tener algo que decir acerca de lo que nos sucede en vez de ser simples sujetos que sólo obedecen ordenes.



Diapo 13

- ◆ Todo lo que hacen sus hijos es un intento de satisfacer una necesidad profunda.
- ◆ Todas las personas necesitan sentir que están integradas, que alguien se preocupa por ellos y que no están solos en el mundo.
- ◆ Todos necesitan algún placer o diversión; y esto es cierto también para los padres o tutores.
- ◆ El poder consiste en sentir que uno puede lograr un cambio en el mundo y que es importante.

La independencia es una de las necesidades más difíciles de aceptar para los padres. Sabemos que, si deseamos que los jóvenes crezcan y se conviertan en adultos sanos, deben aprender gradualmente a pensar y tomar varias decisiones por sí solos.

El problema es que muchos jóvenes recurren a menudo a acciones negativas para satisfacer sus necesidades de libertad e independencia, como padres estas acciones no nos gustan ya que pueden hacer que nuestros hijos se metan en serios problemas. Observe estas situaciones y trate de descifrar las necesidades que estos jóvenes pueden estar tratando de satisfacer.

Diapo 14

Jóvenes que satisfacen sus necesidades de manera negativa

A continuación voy a leer algunas situaciones relacionadas con las necesidades mencionadas. Después de la lectura de cada situación, pida a los padres que identifiquen qué necesidades podrían estar tratando de satisfacer. Señale a los participantes que no hay una respuesta correcta única. Haga que se refieran a la lista de necesidades mostrada en la pantalla de video.

Situación 1

- Algunos niños brutos de la escuela se han estado fijando en Rubén y les gustaría que se convirtiera en miembro de su pandilla.
- El padre, madre responde: “Las necesidades que podrían estar tratando de satisfacer son...”

Situación 2

- Mamá le pide a Luisa que ayude a lavar los platos y Luisa dice: “Estoy muy ocupada”.
- El padre, madre responde: “Las necesidades que podría estar tratando de satisfacer son...”



Situación 3

- Vicente está en la casa de un amigo y este le propone probar una de las cervezas de su papá.
- El padre, madre responde: “Las necesidades que podría estar tratando de satisfacer son...”

Situación 4

- Jennifer aborrece todas las prendas de vestir que su madre le señala cuando van de compras
- El padre, madre responde: “Las necesidades que podría estar tratando de satisfacer son...”

Situación 5

- Samuel quiere gastar todo su dinero en los videojuegos con sus amigos.
- El padre, madre responde: “Las necesidades que podría estar tratando de satisfacer son...”

Situación 6

- Daniel discute con Mamá prácticamente por todo. Si ella dice “arriba”, él dice “abajo”. Si a ella le gusta un programa en la televisión, él dice que es tonto.
- El padre, madre responde: “Las necesidades que podría estar tratando de satisfacer son...”
-

En caso que aún quede tiempo se les pregunta a los padres:

- ¿En qué otras maneras negativas tratan los adolescentes de satisfacer sus necesidades de poder?
- ...de independencia?
- ...de diversión?
- ...de pertenencia?

Enfrentando las necesidades de manera positiva

Diapo 15 título

Usted puede pensar que su niño está haciendo algo simplemente para molestarlo, cuando en realidad ellos pueden estar tratando de satisfacer alguna de sus necesidades profundas de libertad e independencia. Pero incluso puede ser que el o ella apenas esté tratando de pertenecer al grupo, de ser como los otros jóvenes, que lo haga para divertirse, para tener una sensación de poder sobre su propia vida para disfrutar de su ansiada independencia. A menudo no sabemos por qué nuestros hijos adolescentes hacen las cosas que hacen. Usted puede pensar que su hija está tratando de reafirmar su independencia cuando llega tarde a casa, cuando en realidad quizá se haya quedado hasta tarde simplemente porque estaba divirtiéndose con sus amigos.

Recuerde que comprender las necesidades que su hijo está tratando de satisfacer no significa que todo está permitido. Todavía tenemos reglas que cumplir y sanciones como consecuencia de su incumplimiento. Sin embargo el hecho de comprender las necesidades de los adolescentes podrá ayudarle a poner las cosas en la perspectiva.



Colegio Salesiano Concepción

Así pues, es importante que los padres ayuden a los jóvenes a encontrar formas de satisfacer sus necesidades de libertad e independencia de manera positiva. Recuerde que los jóvenes tratarán de satisfacer sus necesidades de una u otra manera y que usted como padre puede ayudarlos a encontrar maneras sanas de conseguir lo que necesitan.

Veamos a algunos padres tratar de incentivar y reforzar a sus hijos de manera positiva para ayudarlos a satisfacer sus necesidades.

Video 5

A continuación vamos a analizar en nuestros grupos maneras positivas de satisfacer las necesidades (3 minutos)

Diapo 16

1. ¿En qué forma pueden los padres ayudar a sus hijos a tener poder e independencia de manera positiva?

Ejemplos:

- ayudar a resolver los problemas
- hacer aportes en relación con algunas reglas o sanciones
- elegir las tareas domésticas que harán
- asumir ellos la responsabilidad de una necesidad familiar real.

Mientras más ayudemos a nuestros hijos adolescentes a satisfacer sus necesidades de forma positiva, mejor idea tendremos de su propia visión de las cosas, podremos escucharlos mejor y estar allí para ellos. De esa manera es más probable que ellos se acerquen a nosotros y nos permitan ser parte de sus vidas. Pero también es cierto que los pre-adolescentes y adolescentes quieren tener más y más tiempo para ellos mismos, y que la mayoría de jóvenes comparte menos con sus padres en la medida en que se van haciendo mayores.

Ya sabemos que tratar de obligar a su hijo a compartir o pasar el tiempo con usted cuando no lo desea, no va a funcionar. Así que usted debe satisfacer su necesidad de pertenencia juntándose con otros adultos en la medida en que sus hijos se hagan más independientes. El tratar de conseguir que nuestros hijos conversen con nosotros cuando no lo desean tendrá un efecto contraproducente y los alejará aún más de nosotros.

Video 6



El facilitador central analiza las respuestas a estas preguntas y promueve la discusión:

Diapo 17

- ¿Dio buenos resultados apremiar al hijo para que hablara?
- ¿Qué otra cosa pudo hacer el padre en vez de apremiarlo?

Ejemplos:

- Decir al hijo que su padre estaría allí para hablar más tarde si lo desea
- Dejar de presionarlo después de que el joven dice o muestra que no quiere hablar.

Pida al grupo que realice una lluvia de ideas sobre algunos momentos adecuados para hablar con sus hijos.

Ejemplos:

- hacer una tarea doméstica juntos durante los anuncios de televisión
- cuando van en el auto a alguna parte
- la hora de acostarse
- después de clases
- cuando están sentados en la mesa para cenar.

Momento de Celebración

Al terminar este encuentro y antes de la evaluación... no podemos dejar de celebrar lo que hemos visto, lo que hemos descubierto en esta tarde...

Mientras escuchamos la canción preparamos el altar para encontrarnos en la intimidad con Jesús...

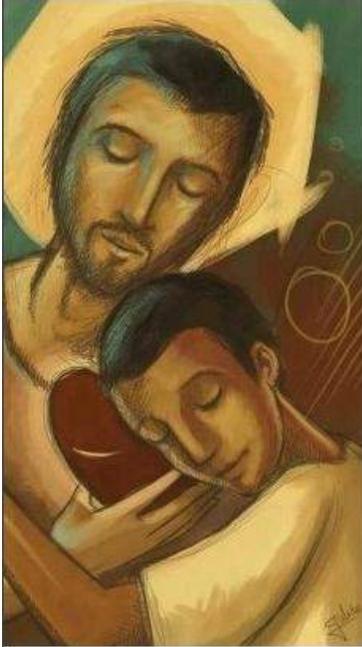
Tres cosas tiene el amor (video)

Diapo 18:



PALABRA DE DIOS

(Juan 15, 9-17 y 13, 34-35)



Como el Padre me amó, también yo los he amado a ustedes. Permanezcan en mi amor.
Si cumplen mis mandamientos, permanecerán en mi amor; como yo cumplí los mandamientos de mi Padre y permanezco en su amor.
Les he dicho esto para que mi gozo sea el de ustedes, y ese gozo sea perfecto.
Este es mi mandamiento: Ámense los unos a los otros, como yo los he amado. No hay amor más grande que dar la vida por los amigos. Ustedes son mis amigos si hacen lo que yo les mando. Ya no los llamo servidores, porque el servidor ignora lo que hace su señor; yo los llamo amigos, porque les he dado a conocer todo lo que oí de mi Padre.
No son ustedes los que me eligieron a mí, sino yo el que los elegí a ustedes, y los destiné para que vayan y den fruto, y ese fruto sea duradero. Así todo lo que pidan al Padre en mi Nombre, él se lo concederá. Lo que yo les mando es que se amen los unos a los otros.

Les doy un mandamiento nuevo: ámense los unos a los otros. Así como yo los he amado, ámense también ustedes los unos a los otros. En esto todos reconocerán que ustedes son mis discípulos: en el amor que se tengan los unos a los otros».

Comentario:

Algún miembro de la comunidad comenta la lectura con estas palabras e invita a los demás a compartir lo que les sugiere.

Estos párrafos de Juan nos colocan ante la realidad más profunda del mensaje evangélico, el AMOR. Jesús no manda a amarlo a él, sino amar como Dios ama y como él ama. En realidad no se trata de una ley, sino de una respuesta a lo que Dios es en cada uno de nosotros. El verdadero amor no es fruto del voluntarismo. Tampoco surge de alcanzar una plenitud. Amar es deshacerme de todo lo que creo ser, para que solo quede en mí lo que hay de Dios. El amor que pide Jesús tiene que surgir desde dentro, no imponerse desde fuera. Se trata de manifestar, a través de las obras, lo que Dios es en mí ser. Las obras se pueden programar, la razón de obrar, no. Para saber si estamos con Jesús no hay más criterio que las obras del amor. Cualquier relación con Dios sin un amor manifestado en obras será siempre puro discurso teórico. Amar significa, en muchas ocasiones, embarrarse las manos, dar vueltas y cansarse. Solo con el amor la tierra de la que fuimos formados tomó la vida de Dios.

Padre Nuestro y bendición final

Sigue canción:

[Así es el amor \(video\)](#)



Recogiendo

(5 minutos)

Para terminar la parte formativa, se invita a algunos voluntarios o voluntarias a contestar la siguiente pregunta y se motiva una reflexión en torno a las ideas que surjan y al material escrito que se les entregará sobre los estilos de crianza.

¿Qué me llevo o rescato de esta experiencia?

Diapo 19

Práctica para la casa

Encontrar algún momento en la semana para escuchar a sus hijos y traten de adivinar lo que estos pueden estar sintiendo. Deben intentar ver las cosas desde el punto de vista de sus hijos.

Evaluación



Colegio Salesiano Concepción

EVALUACION

2016 y 2017



Evaluación jornada de los Primeros Medios del 18 junio 2016

La jornada “Poniéndonos en el lugar del otro” se hizo dentro del tiempo establecido y terminó un cuarto de hora antes. La participación del CEGEPA y particularmente de Jenny Molina y su esposo Emilio sigue siendo abnegada. Se creó un buen ambiente, los padres valoraron que la jornada sea realista, y que les permita aprender para mejorar la comunicación con sus hijos. Se entregó como material de la jornada folleto con los “estilos de crianza” y una tarea para la casa relacionada con los contenidos de la jornada.

Participación: 87 personas

1.º A 17 apoderados (2 mat); 1.º B 13 apoderados (5 mat); 1.º C 11 apoderados (2 mat);
1.º D 11 apoderados (4 mat); 1.º E 8 apoderados (2 mat); 1.º F 11 apoderados (1 mat)

Nota promedio de la evaluación: 6,9

7 = 71
6 = 4

6,9 = 4
5,5 = 1

6,8 = 3
5 = 1

6,5 = 4

Observaciones más repetidas

- Gracias, felicitaciones 15
- Realista, se aprende, linda, motivante, relajante, entretenida, fascinante... 9
- Que el tiempo sea más largo 9
- Que se participe con el hijo 8
- Difundir y motivar la experiencia en los cursos (obligatoria) 5
- Estufa 5 (la tuvimos pero no supimos hacerla funcionar a tiempo)
- Que se sigan haciendo 3
- Un rol más marcado, mayor preparación, más acogedoras y alegres para las facilitadoras 3
- Una anotación positiva por alumno 3
- Que se sigan haciendo 3

Se propone:

Informar a los profesores jefes de los contenidos tratados y solicitarles un mayor esfuerzo para promover la jornada de “recuperación” en la reunión de apoderados de agosto

Ofrecer una jornada resumida el martes 9 (1.º A –C) y el jueves 11 de agosto (1.º D – F) de 19.00 a 21.00

- Once al inicio
- Colaboración como facilitadores de mamás o papás que ya participaron
- Inscripción en la misma reunión de apoderados del martes 2 de agosto



EVALUACION JORNADA PRIMEROS MEDIOS (23.09.2017)

- Expositores: Hermano Rafael M. y Profesor Andres Cid
- Lugar: Gimnasio B
- Comienzo: 15:25 hrs.
- Termino: 18:30 hrs.
- Apoyo:
 - ✓ EME (21)
 - ✓ Cegepa: Margarita (delegada Pastoral) / Cristián y Claudia
 - ✓ Matrimonios: Valenzuela-Barriga / Muñoz-Carrasco / Tapia-Guerrero / Mariani-Molina / Sra. Nora Espinoza

PARTICIPACIÓN = TOTAL ASISTENTES 154 app. (Total personas jornada = 195 aprox.)

- ✓ **1°A** = 41 / 17 app. Apoderados (4 matrimonios)
- ✓ **1°B** = 39 / 17 app. Apoderados (8 matrimonios)
- ✓ **1°C** = 38 / 21 app. Apoderados (4 matrimonios)
- ✓ **1°D** = 40 / 27 app. Apoderados (5 matrimonios)
- ✓ **1°E** = 43 / 19 app. Apoderados (5 matrimonios)
- ✓ **1°F** = 41 / 20 app. Apoderados (7 matrimonios)

NOTA PROMEDIO EVALUACIÓN

1°A = 6.9	1°B = 6.9	1°C = 6.8	1°D = 7.0
1°E = 6.9	1°F = 6.8		

OBSERVACIONES DE LOS ASISTENTES

- 39 personas: Sin observaciones (7.0 (36) / 6.5 (2) / 6.3 (1) / 6.0 (1) / 5.9 (1))
- 23 personas: Felicitaciones y agradecimientos por la jornada
- 17 personas: Excelente, provechosa, entretenida
- 11 personas: Comenzar a las 15:00 hrs
- 08 personas: Jornada con los hijos
- 04 personas: Dar testimonios y experiencias
- 04 personas: Más karaoke, más dinámicas
- 04 personas: Más tiempo para compartir
- 04 personas: Más jornadas en el año
- 03 personas: Felicitaciones al Hermano y Profesor, fluyeron muy bien



Colegio Salesiano Concepción

- 02 personas: *Que las jornadas sean obligatorias para que asistan todos los apoderados*
- 02 personas: *Temas más dinámicos*
- 02 personas: *Más motivación para asistir a las jornadas*
- 02 personas: *Que participen ambos padres*
- 02 personas: *Que siempre se hagan estas jornadas*
- 02 personas: *Más espacio físico, más acogedor, hacia frío*
- 02 personas: *Tocar otros temas como el "Perdón" / "Amor" / "Familia"*
- 01 persona: *Que dure más tiempo*
- 01 persona: *Más videos motivacionales*
- 01 persona: *Más café*
- 01 persona: *Que sean días de semana*
- 01 persona: *Que la jornada sea durante la mañana*
- 01 persona: *Ahondar más en los temas, herramientas para que los niños sean entendidos*
- 01 persona: *Grupos más pequeños para compartir bien*
- 01 persona: *Que la Jornada se haga a comienzos del año escolar*
- 01 persona: *Leer más textos bíblicos y hablar de los sacramentos.*



Colegio Salesiano Concepción

JORNADA 1º MEDIOS AÑO 2017







JORNADA

2ºs MEDIOS

***"CONSIGUIENDO UN MAYOR
ACERCAMIENTO Y CONEXION
EMOCIONAL CON MI HIJO"***



CONSIGUIENDO UN MAYOR ACERCAMIENTO Y CONEXIÓN EMOCIONAL CON MI HIJO

Objetivo: Los padres mostrarán un interés genuino por las preocupaciones e inquietudes de sus hijos y les demostrarán una disponibilidad sincera.

Bienvenida

Yenny y Emilio dan la **bienvenida** a los padres. Introducen la sesión diciéndoles que esta actividad forma parte del proyecto de **“Consiguiendo un mayor acercamiento y conexión emocional con mi hijo”**

Diapo

Explicar que este taller tiene como propósito conversar acerca de la importancia y el rol que juegan los padres para alcanzar una buena conexión emocional con el hijo. Lo que implica interesarse de verdad por él, saber escuchar y un tipo de comunicación asertiva. Es decir, una comunicación que dice lo que hay que decir pero bien, de buena manera, con calma y expresando las propias necesidades.

Introducción

Hay una constatación que resulta un poco desalentadora: la frecuencia con que las conversaciones familiares terminan en malos entendidos que dan lugar a conflictos absurdos por lo evitables. Observamos que son tres las razones más frecuentes:

(1) **Lo que uno ha dicho no es lo mismo que lo que el otro entendió.** Una cosa es el mensaje y otra muy diferente la interpretación que se da al mensaje. Que se distorsiona todavía más cuando a se le agregan ironías o lenguaje gestual equivocado.

(2) Por otro lado, muchas veces **interpretamos las frases teniendo en cuenta la historia de la relación y el momento determinado por el que pasa.** Por ejemplo, si hace unos días tuvimos una discusión una frase inocente se puede entender como cargada de reproche.

(3) Por último, hay que tener en cuenta que **cada persona habla desde su propio mundo**, lo que a veces dificulta mucho la comunicación. El distanciamiento que se produce entre hijos y padres durante la adolescencia, hace que este factor sea muy importante.

Los adolescentes se vuelven reservados, y hablan de sus cosas con los amigos. Los padres no podemos esperar que nos cuenten todo. Lo único importante es conseguir que no nos oculten nada verdaderamente importante, es decir, aquellas cosas con las que no va a poder enfrentarse sólo. Por ejemplo, el miedo. La soledad, la reserva, el aislamiento son poderosos aliados del miedo, que se hace más terrible con su ayuda. Eso les sucede a los adolescentes y también a los adultos.



Un muchacho o una muchacha que está sufriendo algún tipo de acoso en la escuela puede no atreverse a comentarlo con su familia, con lo que tendrá muchas dificultades para resolver el problema. Estos problemas suelen ser difíciles de afrontar también para nosotros, los padres, y lo mejor es pedir consejo, si nos encontramos desorientados.

I. Expresar interés auténtico

Una familia se fortalece cuando es capaz de **expresar interés auténtico por cada uno** de sus miembros. Cuando expresamos este interés, mostramos que nos gusta estar con los demás y queremos lo mejor para ellos. Lo hacemos de la siguiente manera:

- **Nos escuchamos mutuamente** – nos ponemos atención y tenemos una comunicación abierta y respetuosa.
- **Somos cálidos entre nosotros** – hacemos que el otro/a se de cuenta que nos gusta estar con ellos.
- **Somos asertivos** – Somos cuidadosos con los sentimientos y cuando algo nos molesta lo hacemos saber con serenidad y expresando nuestras necesidades.

La manera como expresamos interés auténtico por cada uno afecta la vida familiar y cómo se desarrollan nuestros hijos. Cuando hay una buen acercamiento y conexión emocional con los padres, los hijos rinden mejor en el colegio, tienen mejores habilidades sociales y se enganchan mucho menos en conductas de riesgo como las agresiones o el inicio prematuro de la actividad sexual.

Test sobre el “interés auténtico” que expreso a mi hijo

La **confianza** y la **cercanía emocional** se potencian por el simple hecho de expresar interés de verdad por otra persona. Por ejemplo, cuando converso con una persona le puedo preguntar por las cosas que a ella le interesan: su salud, la familia, el trabajo o cualquier otra cosa que usted sabe que le importa. Otro ejemplo: si veo que alguien está triste, voy donde él o ella y le pregunto ¿qué tal?

Por supuesto que lo hago de una manera amable, dándoles tiempo para que puedan compartir algún problema. Nuestros hijos necesitan de nosotros confianza y cercanía emocional. Es decir, interés auténtico.

Con el cuestionario que sigue usted podrá explorar las formas en las que muestra a su hijo que le interesa. A continuación, utilizar los resultados como un trampolín para hablar y aprender cómo se puede mejorar la calidez, la escucha, y otras formas que expresan el cuidado de su familia.

A medida que complete el cuestionario, escoja las opciones para cada pregunta que mejor se adapten a su experiencia en las últimas semanas. Si usted tiene más de un hijo, piense en uno de ellos, mientras que usted está contestando el “examen”. A continuación, podría repetirlo para otro hijo/a.



Entregar cuestionarios impresos

Cuestionario para evaluar el interés auténtico que expreso a mi hijo

1.- Cuando su hijo habla con usted acerca de las cosas que son importantes para él, ¿con qué frecuencia usted hace lo siguiente?

a) Pongo mi atención en él.

Nunca Rara vez Algunas veces A menudo Frecuentemente

b) Le hago preguntas aclaratorias que me ayuden a entender lo que dice sin juzgar.

Nunca Rara vez Algunas veces A menudo Frecuentemente

c) Pongo atención al lenguaje corporal de mi hijo, al igual que sus expresiones faciales y gestos.

Nunca Rara vez Algunas veces A menudo Frecuentemente

2.- Cuando usted pasa tiempo con su hijo, ¿con qué frecuencia. . .?

a) Se ríe o le sonrío.

Nunca Rara vez Algunas veces A menudo Frecuentemente

b) Le dice que usted aprecia algo que él hace.

Nunca Rara vez Algunas veces A menudo Frecuentemente

c) Le expresa de manera física el afecto, abrazándolo o besándolo.

Nunca Rara vez Algunas veces A menudo Frecuentemente

3.- Cuando usted tiene que pedirle a su hijo que cambie una conducta, ¿con qué frecuencia...?

a) Lo hace con agresividad o mal humor.

Nunca Rara vez Algunas veces A menudo Frecuentemente

b) Se esfuerza por no ofender los sentimientos de su hijo aunque lo/a haya molestado/a.

Nunca Rara vez Algunas veces A menudo Frecuentemente

c) Lucha, como la mayoría de la gente, en mantener su posición sin ceder.

Nunca Rara vez Algunas veces A menudo Frecuentemente



Una vez finalizadas las respuestas al cuestionario se deja tiempo para compartir en grupo durante unos 10 minutos las preguntas que siguen:

Diapo para proyectar con las preguntas

- 1.- ¿En cuál de las tres áreas evaluadas se siente más cómodo/a? ¿Cuál de las tres áreas es más desafiante para usted?
- 2.- ¿Cómo ha ido cambiando la expresión del “interés auténtico” por su hijo a medida que éste ha ido creciendo? ¿Cómo era cuando estaba en octavo y cómo es ahora?
- 3.- ¿Cómo hace para mantener el interés auténtico con su hijo cuando éste hace cosas que a usted no le gustan o desapruueba?

Conclusión

Diapo: Conclusión

- Escucha activa
- Calidez en la familia
- Asertividad

Los tres elementos que hemos evaluado y sobre los que hemos conversado tienen que ver, la primera pregunta, con la escucha activa. La segunda pregunta con la calidez en la familia y, la tercera, con la asertividad. Las tres pueden mejorar si nos proponemos hacerlo cuando tenemos que pedirle, por ejemplo, al hijo que cambie una conducta.

Antes de pasar al tema siguiente. Por favor, *cuchicheen brevemente* en sus grupos sugiriendo **modos para crecer en calidez** en la relación familiar. Dejaremos 3 minutos y, luego, pediremos a cada grupo una sugerencia para que los demás grupos también la conozcan.

Diapo con el título

II. Escucha activa, una actitud clave para comprender y comunicarse

Como sabemos escuchar no es fácil. Requiere mucha atención y entender no sólo lo que se nos dice, sino también el lenguaje gestual o corporal que acompaña la comunicación. Escuchar es un arte. Sobre todo en situaciones como las que siguen:

Proyectar el texto que sigue:

“El adolescente se enfrenta a las normas, forcejea, critica, intenta razonar a su favor, grita o se malhumora para salirse con la suya. Utiliza todo tipo de artimañas. Lanza amenazas del tipo ‘Juro que me escaparé’ o insultos y súplicas. ‘El padre de Zutanito estará con nosotros en todo momento, puedes confiar en mí, papá. A las 12.30 estaré de vuelta. Sólo por hoy, porfa, porfa’”.



Algunas veces utiliza argumentos que son un completo disparate, pero otras el razonamiento merece ser escuchado: “Ya sé que les gusta pasar las vacaciones conmigo, papá, pero todos mis amigos se inscribieron para un campamento de verano del colegio. Prefiero ir con ellos. No te enojés, papá, te digo lo que siento”.

Los padres no tienen por qué doblegarse y ceder en el límite impuesto, pero, sin duda, **deben escuchar**. Si por el contrario el adolescente insiste en embestir por capricho contra la norma, conviene escucharle solo hasta cierto punto, y en determinado momento dar por terminada la conversación. Un ejemplo:

- Tania, no insistas más. No te voy a comprar zapatos nuevos. Tienes otros en el ropero.*
- *Ya te dije que esos zapatos son una porquería, mamá. Prefiero ir a pie pelado, aunque sea con heridas en los pies. Prefiero que crean que soy una pobre, una mendiga harapienta antes que ir con los otros zapatos.*
- Ya lo sabes. Tania. ¡No!*

La mamá no debe seguir escuchando más. Hacerlo supone zambullirse en un diálogo de sordos que no conduce a nada. Si el adolescente se empeña en continuar discutiendo, conviene separarse de él.

Sin embargo, los padres tenemos que estar siempre disponibles para temas que son especialmente importante, como las calificaciones escolares, el aspecto físico, la opinión de los demás sobre él o ella, los amigos, las relaciones amorosas (tema de los 3os).

Disponibilidad para escuchar activamente, pero ¿cómo hacerlo? A continuación se les entregará un texto para lectura personal. Es para ustedes por lo tanto pueden subrayarlo para destacar algún aspecto que les interesa.

Distribuir texto impreso que sigue para cada uno

Lectura del texto: “escucha activa”

ESCUCHA ACTIVA

1. Definición:

Conversar es establecer un contacto con otra persona, intercambiar ideas, experiencias, informar, obtener información, crear una experiencia.

La escucha activa es una manera de escuchar con atención lo que la otra persona nos dice con el objetivo de intentar comprenderlo. La persona que utiliza la escucha activa le dice al otro lo que este ha dicho destacando el sentimiento que contenía el mensaje por lo tanto, es importante destacar que hemos entendido no únicamente lo que nos ha dicho el emisor sino también lo que siente.

Aunque comprendamos los sentimientos de la otra persona, esto no significa que estemos de acuerdo con lo que dice o piensa.



2. Tipos de escucha activa.

Escucha activa indagatoria: La formulación debe hacerse de forma interrogativa, puesto que no tenemos seguridad de haber captado correctamente las ideas, ejemplo: ¿lo que dices es que...?

Afirmativa: Si tenemos seguridad de haber captado las ideas, ejemplo: Por lo que antes decías deduzco que..... ¿estoy bien?

En boca de otro: Cuando no estamos de acuerdo con la opinión del otro, ejemplo: En tu opinión.....

Aproximativa: Cuando se tiene dificultad en percibir claramente la idea, ejemplo: Corríjame si me equivoco, pero.....

3. Técnicas de escucha activa

Mediante las técnicas de escucha activa del lenguaje no verbal, utilizando el lenguaje de nuestro cuerpo, conseguimos que nuestro interlocutor se de cuenta que le mostramos atención, que le escuchamos activamente. Estas técnicas son:

- Mirada: la mirada fija sobre el rostro de nuestro interlocutor, a ser posible sus ojos, sin bajar la línea de la base de la nariz. Mirar a los labios o mas abajo puede molestar.
- Asentir con la cabeza: nuestro interlocutor interpretará que le escuchamos, que le entendemos, que le ponemos atención.
- Refuerzo positivo corporal: encarar completamente el cuerpo hacia el suyo. Evitar girar la cabeza. Cuando escuchamos, lo hacemos desde una posición adelantada, avanzando todo el cuerpo desde la cintura. Al hablar, recuperamos la posición.
- Parafrasear: pequeños resúmenes con las propias palabras mostrando interés y ganas de verificar si se esta entendiendo.
- Resumir: hacer resúmenes durante la conversación para asegurarnos que, por ambas partes, vamos jugando un eficaz papel de emisor-receptor.

En la escucha activa caben los siguientes comportamientos verbales y no verbales.

Verbal

- Preguntas aclaratorias abiertas. - Reflejar.
- Parafrasear. - Reformular.

No verbal

- Mirar a los ojos, dependiendo de la cultura. - Gestos de asentimiento. - Gestos de acompañamiento. - Postura abierta y hacia la persona que habla. - Espacio adecuado ante un tema importante.

4. Algunas reglas de escucha activa

1. Deja tus emociones, tus juicios y opiniones antes de comenzar a conversar.
2. Debes parecer un oyente activo.
3. Mira a los ojos del emisor.
4. Pone atención al lenguaje corporal de tu interlocutor. Descubre qué es lo que quiere comunicarte.



Colegio Salesiano Concepción

5. Escucha el tono de la voz, la intensidad. Las palabras con diferentes tonos tienen significados distintos.
6. Demuestra que quieres escuchar. Evita las distracciones.
7. Escucha las ideas y los sentimientos. Anda más allá de las palabras. Descubre sus ideas, sentimientos, sus emociones.
8. Trata de entender lo que la otra persona te está hablando desde su punto de vista. Ponte en su lugar. Sé empático/a.
9. Detecta las palabras claves que suponen el contenido del mensaje del emisor.
10. No interrumpas. No seas impaciente. Dejar hablar a tu interlocutor.
11. Repite las palabras que ha escuchado de vez en cuando con tus propias palabras pero siendo fiel al mensaje recibido.

Terminada la lectura personal invitamos a los participantes a ver un video **“el problema no es el clavo”**:

Proyectar el video 1

Luego, dejar tiempo para que los grupos conversen:

Proyectar las preguntas sobre la pantalla

- ¿Crees que en el video se practica la escucha activa? ¿Por que?
- ¿Practican la escucha activa en la casa?
- ¿Qué se puede escuchar además de lo que percibimos por los oídos?

Conclusión

Saber escuchar activamente es fundamental para lograr conexión con nuestro hijo; nos hace ser comprendidos y respetados y nos da credibilidad, con la que ganamos confianza con él. Éste al ser escuchado con atención, siente la satisfacción de saber que usted tiene un interés auténtico en él, además de incrementar en la escucha las habilidades de autonomía, flexibilidad y éxito en la comunicación.

III. La asertividad y sus equilibrios para una buena comunicación

Introducción

La asertividad es un concepto clave en la comunicación interpersonal. El psicólogo Walter Riso en su libro “Cuestión de dignidad” dice:

“Una persona es asertiva cuando es capaz de ejercer y/o defender sus derechos personales, como por ejemplo decir “no”, expresar desacuerdos, dar una opinión contraria y/o expresar sentimientos negativos sin dejarse manipular, como hace el sumiso, y sin manipular ni violar los derechos de los demás, como hace el agresivo”.

¿Por qué es importante enseñarle a tu hijo o hija el dominio de la asertividad? Porque, entre otras cosas, es una habilidad esencial para comunicarse y para hacer respetar sus derechos. También es



clave para mantener una buena autoestima, poder tener criterios propios y no dejarse llevar por su grupo de iguales ante conductas de riesgo.

¿Qué es ser asertivo/a?

A continuación veremos un video sobre la asertividad. Como verán se presentan un par de situaciones para que entendamos que hay una tipo de reacción pasiva, cuando algo nos molesta. Otra agresiva y, por último, la actitud asertiva.

La segunda parte del video, señala cuatro ingredientes para ser asertivos/as. Nuestra misión consistirá en identificar, entre todos, una vez finalizado el video cuáles son esos 4 ingredientes para una comunicación asertiva.

Video (recoger algunas reacciones y luego proyectar diapo para recordar los cuatro ingredientes para ser asertivos)

Diapo: Ingredientes para ser asertivos

- 1. Describir los hechos de forma concreta y específica.**
- 2. Manifiestar nuestros sentimientos y pensamientos.**
- 3. Pedir de forma concreta y operativa lo que queremos.**
- 4. Especificar las consecuencias.**

El facilitar completa la diapo con los textos que siguen:

- 1) Describir los hechos concretos y específicos. La ventaja de esto es que se parte de algo objetivo, que el otro no puede negar.
- 2) Manifiestar nuestros sentimientos y pensamientos. Comunicar cómo nos sentimos con aquello que ha ocurrido y lo que pensamos sobre eso.
- 3) Pedir de forma concreta y operativa lo que queremos.
- 4) Especificar las consecuencias. Dejar claro lo que va a ocurrir cuando hagas lo que pido.

Ejercicios para hacer una petición de cambio de conducta

- 1) El facilitador pide a alguien del grupo que piensen o imaginen una situación en la que se hayan sentido molestos/as con el hijo.
- 2) Entre todos construyen los cuatro pasos imaginando que se trata del propio hijo.
- 3) Valorar cómo lo hicieron y dar consejos en positivo sobre cómo hacerlo mejor.

Conclusión

En algunas casas el comportamiento normal es de asertividad, porque tanto el padre como la madre lo son. Procuran transmitir a sus hijos el propio modo de vida a través del respeto a uno mismo y los demás, la aceptación del otro y la expresión de la propia opinión y el decir " no", cuando es necesario.



Estos padres no contemplan como opción un comportamiento agresivo, ni verbal ni físico, y siempre tienen presente en su modo de vida familiar la conversación abierta, incluso el silencio intencionado, ya que no siempre se tiene ganas de conversar y es muy respetable. Crear un clima de respeto en el hogar es fundamental para estar en el camino hacia la asertividad, y por supuesto empezando por los padres.

Momento de Celebración

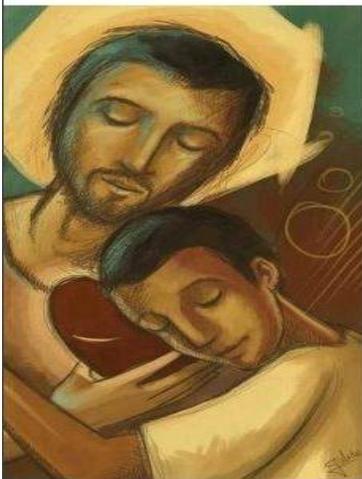
Al terminar este encuentro y antes de la evaluación... no podemos dejar de celebrar lo que hemos visto, lo que hemos descubierto en esta tarde...

Mientras escuchamos la canción preparamos el altar para encontrarnos en la intimidad con Jesús...

Tres cosas tiene el amor (video)

PALABRA DE DIOS

(Juan 15, 9-17 y 13, 34-35)



Como el Padre me amó, también yo los he amado a ustedes. Permanezcan en mi amor.
Si cumplen mis mandamientos, permanecerán en mi amor; como yo cumplí los mandamientos de mi Padre y permanezco en su amor.
Les he dicho esto para que mi gozo sea el de ustedes, y ese gozo sea perfecto.
Este es mi mandamiento: Ámense los unos a los otros, como yo los he amado. No hay amor más grande que dar la vida por los amigos.
Ustedes son mis amigos si hacen lo que yo les mando.
Ya no los llamo servidores, porque el servidor ignora lo que hace su señor; yo los llamo amigos, porque les he dado a conocer todo lo que oí de mi Padre.
No son ustedes los que me eligieron a mí, sino yo el que los elegí a ustedes, y los destiné para que vayan y den fruto, y ese fruto sea duradero.
Así todo lo que pidan al Padre en mi Nombre, él se lo concederá.
Lo que yo les mando es que se amen los unos a los otros.

Les doy un mandamiento nuevo: ámense los unos a los otros.
Así como yo los he amado, ámense también ustedes los unos a los otros.
En esto todos reconocerán que ustedes son mis discípulos: en el amor que se tengan los unos a los otros».

Comentario:

Algún miembro de la comunidad comenta la lectura con estas palabras e invita a los demás a compartir lo que les sugiere.

Estos párrafos de Juan nos colocan ante la realidad más profunda del mensaje evangélico, el AMOR. Jesús no manda a amarlo a él, sino amar como Dios ama y como él ama. En realidad no se trata de una ley, sino de una respuesta a lo que Dios es en cada uno de nosotros.
El verdadero amor no es fruto del voluntarismo. Tampoco surge de alcanzar una plenitud. Amar es deshacerme de todo lo que creo ser, para que solo quede en mí lo que hay de Dios.
El amor que pide Jesús tiene que surgir desde dentro, no imponerse desde fuera. Se trata de manifestar, a través de las obras, lo que Dios es en mi ser. Las obras se pueden programar, la razón de obrar, no.
Para saber si estamos con Jesús no hay más criterio que las obras del amor. Cualquier relación con Dios sin un amor manifestado en obras será siempre puro discurso teórico. Amar significa, en muchas ocasiones, embarrarse las manos, dar vueltas y cansarse. Solo con el amor la tierra de la que fuimos formados tomó la vida de Dios.



Colegio Salesiano Concepción

Padre Nuestro y bendición final

Sigue canción:

[Así es el amor \(video\)](#)

Recogiendo

(5 minutos)

Para terminar la parte formativa, se invita a algunos voluntarios o voluntarias a contestar la siguiente pregunta y se motiva una reflexión en torno a las ideas que surjan y al material escrito que se les entregará sobre los estilos de crianza.

¿Qué me llevo o rescato de esta experiencia?

Diapo 19

Tarea para la casa: Observar si el hijo sabe darse un lugar de respeto frente a los otros, si es capaz de decir “no”. También cada uno piensa en qué punto está en asertividad y el modelo que le está transmitiendo al hijo.

Evaluación



Colegio Salesiano Concepción

EVALUACION

2017



EVALUACION JORNADA SEGUNDOS MEDIOS (30.09.2017)

- Expositores: Padre Luis Flores y Oscar Arnés
- Lugar: Gimnasio B
- Comienzo: 15:30 hrs.
- Termino: 18:30 hrs.

- Apoyo:
 - ✓ EME (14) / EPP (7)
 - ✓ Cegepa: Margarita (delegada Pastoral) / Cristián y Claudia
 - ✓ Matrimonios: Valenzuela-Barriga / Muñoz-Carrasco / Tapia-Guerrero / Mariani-Molina

PARTICIPACIÓN = TOTAL ASISTENTES 126 app. (Total personas jornada = 158 aprox.)

- ✓ 2°A = 41 / 18 app. Apoderados (3 matrimonios)
- ✓ 2°B = 41 / 15 app. Apoderados (5 matrimonios)
- ✓ 2°C = 41 / 14 app. Apoderados (6 matrimonios)
- ✓ 2°D = 41 / 11 app. Apoderados (2 matrimonios)
- ✓ 2°E = 39 / 17 app. Apoderados (5 matrimonios)
- ✓ 2°F = 39 / 26 app. Apoderados (4 matrimonios)

NOTA PROMEDIO EVALUACIÓN

2°A = 6.9

2°B = 7.0

2°C = 6.7

2°D = 6.7

2°E = 6.7

2°F = 6.9

OBSERVACIONES DE LOS ASISTENTES

- 36 personas: Sin observaciones (7.0 (24) / 6.8 (2) / 6.7 (1) / 6.5 (5) / 6.0 (3) / 5.0 (1))
- 11 personas: Felicitaciones y agradecimientos por la jornada
- 09 personas: Excelente, provechosa, entretenida
- 07 personas: Comenzar a las 15:00 hrs
- 06 personas: Más tiempo para compartir
- 05 personas: Mejorar el material audiovisual
- 02 personas: Jornada con los hijos
- 02 personas: Más karaoke, más dinámicas



Colegio Salesiano Concepción

- 02 personas: *Felicitaciones al monitor (Don Miguel) y a las mamitas EME*
- 02 personas: *Más jornadas en el año con otros temas*
- 02 personas: *Más motivación para asistir a las jornadas para ambos padres.*
- 02 persona: *Que dure menos tiempo*
- 01 personas: *Para la once algo dulce*
- 01 personas: *Actividades al aire libre*
- 01 personas: *Jornadas con otros temas (Abuelos / jóvenes)*
- 01 personas: *Que no se junten actividades o reuniones el mismo día*



Colegio Salesiano Concepción

JORNADA 2º MEDIOS AÑO 2017





***JORNADA
3°s MEDIOS
"EL POLOLEO
UNA EXPERIENCIA
PARA CRECER"***



EL POLOLEO UNA EXPERIENCIA PARA CRECER

Objetivo: Los padres aprenderán a ayudar a sus hijos para que evalúen sus experiencias de pololeo y, de este modo, ayudarlos a crecer.

Bienvenida

Yenny y Emilio dan la **bienvenida** a los padres. Introducen la sesión diciéndoles que esta actividad forma parte del proyecto de **“formando personas autónomas y responsables. Buenos cristianos y honestos ciudadanos”** (el rol de los padres en esto y cómo se está trabajando).

Diapo 2

Explicar que este taller tiene como propósito conversar acerca de la importancia y el rol que juegan los padres para el logro de las metas de sus hijos, estableciendo con ellos la mejor de las conexiones posibles. A través del amor, pero también de los límites y el diálogo constante sobre sus experiencias más fuertes.

Desarrollo

Mis objetivos como padre o madre Diapo 3 título

(10 minutos aprox.)

La gente se pone metas todo el tiempo. Ya sea en sus puestos de trabajo, económicamente, en el deporte, en el acondicionamiento físico, o simplemente se pone objetivos para dejar un mal hábito. Si algo es importante para nosotros tendemos a establecer metas y hacer planes para lograr esos objetivos.

Sin embargo, es increíble pero muchas personas no se fijan metas para ayudar a que sus hijos adolescentes vivan su sexualidad de una manera sana. Todos estamos de acuerdo que ser padre o madre es uno de los desafíos más importantes que tenemos (por supuesto que sí, o no estaría participando en cosas como esta.) Sin embargo, me pregunto ¿cuántos de nosotros realmente nos hemos fijado metas para nosotros mismos como padres/madres? ¿Usted ha puesto por escrito o definido sus objetivos para ayudar al crecimiento saludable de sus hijos?

En este primer momento usted va a dedicar algún tiempo para considerar (o reconsiderar) qué es lo que está tratando de hacer como padre. Esto incluirá tener en cuenta lo siguiente:

Diapo 4

- **Sus principales objetivos como padre o madre para el año 2017**



Aclarando lo que entendemos por sexualidad

Cuando hablamos de sexualidad no hablamos solamente de sexo sino de algo mucho más amplio y más completo. Hablamos de algo que acompaña a cada uno de nosotros a lo largo de toda nuestra vida. La sexualidad nos acompaña incluso antes de nuestro nacimiento.

Veamos el siguiente video

Video 1 (¿Qué es sexualidad?)

Al hablar de sexualidad estamos hablando, sobre todo, de afectos, de relaciones, de autoestima, de imagen corporal, de cosas que al final son importantes en nuestra trayectoria vital porque nos afectan directamente a todas las personas. ¿Cómo están las relaciones? ¿Cómo empezamos y terminamos las relaciones? ¿cómo lo hacemos? ¿qué importancia juegan los afectos en nuestra vida cotidiana? ¿cómo afectan los afectos las otras áreas de nuestra vida?

De alguna manera podemos decir que la sexualidad comienza cuando se le asigna sexo al niño o a la niña con la ecografía... Desde el nacimiento el desarrollo es notable. Y, poco a poco, vamos tomando conciencia que existimos en el mundo como hombre o como mujer. Cada persona humana se sitúa en el mundo desde su ser sexuado y desde su sexualidad propia, que vive, piensa, siente, se comunica y se relaciona con los otros.

Todos estamos llamados a desarrollarnos como personas, es decir, a ser cada vez más humanos con capacidad de amar. Lo humano no se define por lo masculino y lo femenino, sino por la complementariedad entre ambos que se construye en las múltiples relaciones que establecemos. Queremos que nuestros jóvenes se desarrollen como personas, sean cada vez más humanos por eso el tema de la sexualidad es fundamental porque tiene que ver con relación, con complemento entre hombre y mujer que están llamados desde el inicio de la creación a ser una sola carne, es decir, a vivir en unidad de cuerpo y “alma”, según el relato de un libro de la Biblia tan antiguo como el Génesis.

Violencia en el pololeo (30’)

El facilitador explica que el **pololeo significativo** comienza, en la mayoría de los casos, en torno a los 15 – 18 años, es decir, durante los últimos años de colegio. Por significativo se entiende cuando el joven o la joven desean experimentar una relación continua que involucra mayor interés y cuidado que los encuentros casuales que han experimentado con anterioridad y que los jóvenes llaman de distintas maneras. Los jóvenes sienten el deseo de “formar pareja”, al menos por un tiempo, para experimentar cómo es una relación más seria.

La pregunta que hay que hacerse es cuáles son los criterios que tienen los jóvenes para evaluar si esa relación es buena o no. Un tema relevante, especialmente si se tiene en cuenta que en el 2013 se hizo un sondeo de opinión por parte del INJUV, para detectar las “Percepciones y opiniones sobre la



violencia en el pololeo”. “El estudio revela que el 61% de los jóvenes conoce a una persona de su entorno, ya sean amigos o familiares, que ha vivido situaciones de violencia en una relación de pareja. Asimismo, un 78% de esos jóvenes supo de insultos o gritos, y un 58% supo de golpes”. Se trata de una situación preocupante. Más todavía cuando el 24% de los encuestados considera que hay situaciones en que los gritos e insultos son justificables, y el 12% cree que empujarse o tirarse cosas puede justificarse en algunas ocasiones. O sea, se justifica la violencia en algo tan sagrado como la relación entre un hombre y la mujer.

Video 4: violencia en el pololeo (Canal 13)

El facilitador central señala que se hará un concordar y discordar para compartir ideas en cómo prevenir la violencia en una relación de pololeo. El facilitador grupal lee la afirmación y comienza respondiendo la persona que está a su derecha. Una vez que termina, dos personas más pueden dar su parecer. Luego, se pasa a la segunda persona que está a su derecha y así sucesivamente.

Ppt con datos que siguen

Las investigaciones muestran que los estudiantes que experimentan violencia física:

- logran notas más bajas.
- son con más probabilidad que aquellos que no la sufren, consumidores de sustancias como tabaco, alcohol y drogas.
- se enganchan más en conductas de riesgo.
- tienen 6 veces más probabilidades de embarazo.

Incluso el ser testigos de violencia se asocia con disminución de la asistencia a clases y del rendimiento académico.

¿Cómo ayudar a nuestros hijos e hijas a construir relaciones de pololeo que funcionen bien? Ese será nuestro tema después del descanso.

Algunas líneas guías para ayudar a los hijos a evaluar su relación de pololeo

Los facilitadores grupales distribuyen el texto impreso.

El texto que se les ha entregado lo iremos leyendo juntos. Se trata de cosas que normalmente no se enseñan en la escuela. Los padres lo hacen apoyados en su experiencia de vida.

Ppt con las siguientes palabras: atracción, placer, respeto

Los tres componentes de una relación de pololeo sería son la atracción, el placer, y el respeto. La **atracción** es cómo se inicia la relación. Por lo general se basa en la apariencia y la personalidad que motiva a querer pasar parte del tiempo juntos. **Placer** es lo que mantiene la relación. Por lo general se basa en el compañerismo y la amistad que les permiten compartir experiencias. El **respeto** es cómo se lleva a cabo la relación, es decir, de una manera atenta y considerada. Por lo general la relación se basa



en mantener estos tres aspectos dentro de unos límites que les permitan a ambos sentirse cómodos y seguros.

Los papás deben saber explicar los componentes de la relación basándose en su propia experiencia de vida pasada y actual. Además, saberles decir que aunque haya mucha atracción y se lo pasen bien juntos, si los jóvenes no se tratan, ambos, con respeto entonces la relación **no** es buena. Por supuesto, los padres tienen que decirle a su hijo o hija que cualquier tipo de violencia (acción con la intención de dañar), ya sea verbal, emocional, físico o sexual, no está bien. Una relación buena es una relación segura.

Para ayudar a su hijo o hija a evaluar su pololeo y poder calificarlo, hay cuatro cuestiones que se pueden tratar con el hijo o la hija y cuya respuesta debiera ser afirmativa para que la relación de pololeo significativo sea lo suficientemente buena.

Ppt con las preguntas (uno por pregunta)

- 1) "¿Me gusta cómo **me trato a mí mismo** en la relación?" Por ejemplo, "¿Le doy a mis necesidades y a lo que quiero tanta importancia como la que le doy a la otra persona en la relación?"
- 2) "¿Me gusta la forma en que **trato a la otra persona** en la relación?" Por ejemplo, "¿Acepto que la otra persona vea las cosas de manera diferente a como las veo yo?"
- 3) "¿Me gusta cómo **la otra persona me trata** en la relación?" Por ejemplo, "¿Qué la otra persona acepte mi desacuerdo sin criticarme o forzándome a que cambie de opinión?"
- 4) "¿Me gusta cómo **la otra persona se trata a sí mismo/a** en la relación?" Por ejemplo, "¿La otra persona maneja la frustración o decepción con calma sin llegar a enojarse o molestarse?"

Si el joven o la joven no pueden responder "sí" a estas cuatro preguntas, entonces hay que trabajar la relación. Muchos jóvenes aprenden a tener una buena relación después de haber pasado por la dura experiencia de haber tenido una o más relaciones malas. Lo importante es aprender de la experiencia. Cambiar la manera de relacionarse para no volver a pasar por experiencias negativas que frenan el crecimiento de la persona.

Si una relación seria se intensifica emocionalmente por el primer amor, entonces hay preguntas más específicas que los padres pueden sugerir para que el joven o la joven tenga en cuenta ya que las relaciones de amor son las más complejas y desafiantes de todas. Son preguntas relevantes no sólo para adolescentes ya crecidos sino también para parejas de cualquier edad.



Conversación en grupos

El facilitador grupal pone el set de preguntas sobre la mesa y, por orden, cada persona responde. Los demás, solamente escuchan.

Comience a hablar:

¿Qué cosas valoras del pololeo?

Y a continuación:

¿Qué cosas cambiarías de la manera como pololean los jóvenes hoy?

Comience a hablar:

¿Qué tan diferente es el pololeo en la vida real del que se presenta en los medios de comunicación?

Y a continuación:

¿En qué difieren las rupturas en la vida real de los medios?

Comience a hablar:

Describe su visión del pololeo perfecto. ¿cómo se tratan entre ellos?

Y a continuación:

¿Cuáles son los aspectos con los cuáles usted no está de acuerdo?

Comience a hablar:

Para usted ¿es importante que los hijos pololeen? Y ¿para los amigos/as suyos (pares adultos)? ¿Por qué?

Y a continuación:

¿Qué tiene de entretenido el comenzar a pololear? ¿Tiene alguna duda al respecto?

Comience a hablar:

¿Por qué cree que a los jóvenes les gusta pololear?

Y a continuación:

¿Qué no les gusta a los jóvenes del pololeo?

Comience a hablar:

¿Cuáles son las características de un pololeo sano y feliz?

Y a continuación:

¿Qué hace que un pololeo deje de ser sano?

Comience a hablar:

¿Cómo se nota que hay violencia en un pololeo? ¿Cómo sabe usted que alguien está sufriendo violencia en su pololeo?

Y a continuación:

Si usted supiera que su hijo o un amigo suyo sufre violencia en el pololeo ¿Cómo ayudaría?



Comience a hablar:

¿Qué significa realmente la palabra respeto?

Y a continuación:

¿Cómo la gente muestra respeto por los demás?

Síntesis de la actividad

A veces, los padres quisiéramos gestionar nosotros mismos la relación del hijo/a. Sin embargo, nuestra tarea no es gestionar la relación sino ayudarles con preguntas importantes que les permitan analizar, evaluar y enmendar, cuando sea necesario.

Lo que usted desea es que su hijo o hija adolescente aprenda que el pololeo es una experiencia que por su naturaleza es limitada en el tiempo pero que tiene que constituirse en un aprendizaje que los haga crecer porque la relación es positiva y les ayuda a crecer como personas. De este modo, con probabilidad, la experiencia les servirá para afrontar bien relaciones de pareja todavía más estables en el tiempo, como las de noviazgo.

No tiene sentido hablar de una buena relación de pareja seria sin hablar de la posibilidad de una relación sexual. Las estadísticas muestran que más del 50% de los estudiantes tienen relaciones sexuales hacia el final de la secundaria (3° y 4° EM).

Por lo tanto muchos de los y las estudiantes tiene relaciones sexuales, y aproximadamente el mismo número no lo hace. Así que si una persona joven elige no tener relaciones sexuales, tienen un montón de buena compañía. En general, los padres quieren que la experiencia sexual se retrase. Tal vez no digan tanto “nunca”, pero sí “ojalá todavía no”.

Dado que en la tarea educativa juega un rol importante las expectativas que los padres tienen sobre su hijo que pololea, es importante que los papás le expresen a sus hijos e hijas –sin distinción- lo que esperan de ellos y que, al mismo tiempo, sepan las consecuencias que tendrá ir más allá de los límites señalados por los padres.

Los límites se establecen para conseguir el verdadero desarrollo de la persona y su libertad, es importante que los padres –los adolescentes lo están esperando- le digan a su hijo/a hasta dónde se puede llegar, qué se puede hacer y qué no se puede hacer, por qué es necesario comportarse de una forma u otra, etc. Las consecuencias tienen que ver con asumir, en primera persona, la responsabilidad de las propias acciones.

Por razones de bienestar de ambos, tener sexo es como el uso de alcohol: mientras más se espera para empezar, es probable que la decisión será más madura (y más sabia).



Momento de Celebración

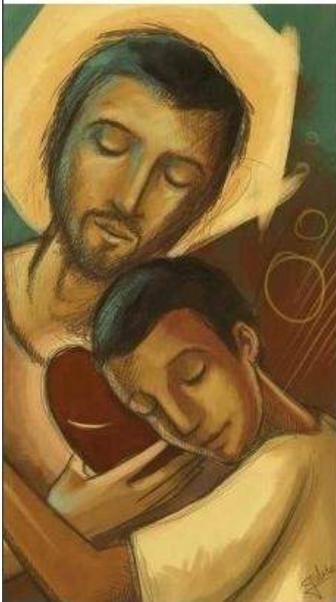
Al terminar este encuentro y antes de la evaluación... no podemos dejar de celebrar lo que hemos visto, lo que hemos descubierto en esta tarde...

Mientras escuchamos la canción preparamos el altar para encontrarnos en la intimidad con Jesús...

Tres cosas tiene el amor (video)

PALABRA DE DIOS

(Juan 15, 9-17 y 13, 34-35)



Como el Padre me amó, también yo los he amado a ustedes. Permanezcan en mi amor:

Si cumplen mis mandamientos, permanecerán en mi amor; como yo cumplí los mandamientos de mi Padre y permanezco en su amor.

Les he dicho esto para que mi gozo sea el de ustedes, y ese gozo sea perfecto.

Este es mi mandamiento: Ámense los unos a los otros, como yo los he amado.

No hay amor más grande que dar la vida por los amigos.

Ustedes son mis amigos si hacen lo que yo les mando.

Ya no los llamo servidores, porque el servidor ignora lo que hace su señor; yo los llamo amigos, porque les he dado a conocer todo lo que oí de mi Padre.

No son ustedes los que me eligieron a mí, sino yo el que los elegí a ustedes, y los destiné para que vayan y den fruto, y ese fruto sea duradero.

Así todo lo que pidan al Padre en mi Nombre, él se lo concederá.

Lo que yo les mando es que se amen los unos a los otros.

Les doy un mandamiento nuevo: ámense los unos a los otros.

Así como yo los he amado, ámense también ustedes los unos a los otros.

En esto todos reconocerán que ustedes son mis discípulos:

en el amor que se tengan los unos a los otros».

Comentario:

Algún miembro de la comunidad comenta la lectura con estas palabras e invita a los demás a compartir lo que les sugiere.

Estos párrafos de Juan nos colocan ante la realidad más profunda del mensaje evangélico, el AMOR.

Jesús no manda a amarlo a él, sino amar como Dios ama y como él ama. En realidad no se trata de una ley, sino de una respuesta a lo que Dios es en cada uno de nosotros.

El verdadero amor no es fruto del voluntarismo. Tampoco surge de alcanzar una plenitud. Amar es deshacerme de todo lo que creo ser, para que solo quede en mí lo que hay de Dios.

El amor que pide Jesús tiene que surgir desde dentro, no imponerse desde fuera. Se trata de manifestar, a través de las obras, lo que Dios es en mi ser. Las obras se pueden programar, la razón de obrar, no.

Para saber si estamos con Jesús no hay más criterio que las obras del amor. Cualquier relación con Dios sin un amor manifestado en obras será siempre puro discurso teórico. Amar significa, en muchas ocasiones, embarrarse las manos, dar vueltas y cansarse. Solo con el amor la tierra de la que fuimos formados tomó la vida de Dios.



Colegio Salesiano Concepción

Padre Nuestro y bendición final

Sigue canción:

[Así es el amor \(video\)](#)

Recogiendo

(5 minutos)

Para terminar la parte formativa, se invita a algunos voluntarios o voluntarias a contestar la siguiente pregunta y se motiva una reflexión en torno a las ideas que surjan y al material escrito que se les entregará sobre los estilos de crianza.

¿Qué me llevo o rescato de esta experiencia?

[Diapo](#)

Práctica para la casa

Encontrar algún momento en la semana para conversar con los hijos sobre ¿cómo identificar un pololeo sano de uno que no lo es? Cada una de las preguntas se pueden abordar por parte o todas juntas...

Evaluación



Colegio Salesiano Concepción

EVALUACION

2017



EVALUACION JORNADA TERCEROS MEDIOS (14.10.2017)

- Expositores: Padre Luis Flores y Profesor Patricio
- Lugar: Gimnasio A
- Comienzo: 15:30 hrs.
- Termino: 18:30 hrs.

- Apoyo:
 - ✓ EPE (6) / EPP (7)
 - ✓ Cegepa: Margarita (delegada Pastoral) / Cristián y Claudia
 - ✓ Matrimonios: Valenzuela-Barriga / Muñoz-Carrasco / Tapia-Guerrero / Mariani-Molina

PARTICIPACIÓN = TOTAL ASISTENTES 139 Apoderados (Total personas jornada = 170 aprox.)

- ✓ 3°A = 19 Apoderados (4 matrimonios)
- ✓ 3°B = 21 Apoderados (6 matrimonios)
- ✓ 3°C = 12 Apoderados (2 matrimonios)
- ✓ 3°D = 15 Apoderados (3 matrimonios)
- ✓ 3°E = 12 Apoderados (3 matrimonios)
- ✓ 3°F = 20 Apoderados (4 matrimonios)
- ✓ 3°G = 15 Apoderados (3 matrimonios)

NOTA PROMEDIO EVALUACIÓN

3°A = 6.9	3°B = 6.9	3°C = 6.8	3°D = 6.8
3°E = 7.0	3°F = 6.9	3°G = 7.0	

OBSERVACIONES DE LOS ASISTENTES

- 34 personas: Sin observaciones (7.0 (30) / 6.8 (1) / 6.0 (3))
- 15 personas: Excelente, provechosa, entretenida
- 14 personas: Jornada con los hijos
- 11 personas: Felicitaciones al equipo y agradecimientos por la jornada
- 10 personas: Que se trabajen otros temas, durante la jornada
- 09 personas: Más jornadas durante el año
- 08 personas: Que exista más motivación para que participen todos los apoderados, Obligatorias para ambos padres.



Colegio Salesiano Concepción

- 06 personas: *Que duré más tiempo la jornada*
- 04 personas: *Comenzar a las 15:00 hrs*
- 04 personas: *Más apoyo audiovisual*
- 03 personas: *Que alumnos compartan experiencias relacionadas con el pololeo*
- 02 personas: *Más motivación de los relatores, mejor explicación en los temas*
- 01 persona: *Más oración*
- 01 persona: *Hablar sobre la diversidad de género.*
- 01 persona: *Que los asistentes y monitores no usen los celulares durante la jornada.*
- 01 persona: *Preguntas más sencillas*

Notas:

1. *En nombre de todos los matrimonios, les agradecemos la confianza depositada durante este año para organizar y participar en estas jornadas.*

Yenny Molina C.



JORNADA 3º MEDIOS AÑO 2017







Colegio Salesiano Concepción

MONITORES: EME, EPE, EPP y EX APODERADOS







EQUIPO DE APOYO JORNADAS 2017





***"APORTE DESDE LAS CIENCIAS
PARA NUESTRO TRABAJO
CON Y A FAVOR
DE LOS ADOLESCENTES
Y SUS FAMILIAS 1"***



UN APORTE DESDE LAS CIENCIAS PARA NUESTRO TRABAJO CON Y A FAVOR DE LOS ADOLESCENTES Y SUS FAMILIAS 1

(Presentado al Consejo de Coordinación / Agosto 2015)

Preparado por P. Luis Flores F.

El presente trabajo releva, a modo de resumen, los hallazgos de muchos investigadores sobre el ejercicio de la paternidad con adolescentes¹ de manera de hacerlos accesibles para nuestro trabajo con y a favor de los adolescentes y las familias, y al mismo tiempo, hacerlo accesible y útil a los padres. Como todo marco de referencia la idea es que oriente nuestros principales esfuerzos formativos y colabore, cual brújula, en el nivel operativo y estratégico de nuestro quehacer que sostiene y fundamenta el Cuadro de Referencia de la Pastoral Juvenil Salesiana.

Los adolescentes, en Chile y fuera de él, están enfrentando una crisis que se traduce en una serie de riesgos de violencia, embarazo y VIH, enfermedad mental, abuso, negligencia, educación inadecuada, abuso de sustancias... que ponen en grave riesgo su futuro y también el nuestro.

También en nuestra Obra Salesiana de Concepción se advierten los mismos riesgos. Los profesores lo expresan así cuando constatan que “educar se está poniendo difícil”. Es también la queja de los padres. Las quejas son muchas pero se pueden reducir a las siguientes:

- Falta motivación para estudiar (desorden, no se siguen instrucciones...)
- Mucha agresividad en el trato (irrespeto...)
- Los medios de comunicación no ayudan
- La omnipresencia de la droga no ayuda
- Cuando las familias están desestructuradas no ayudan

En esta crisis sorprende lo poco que hemos involucrado a los padres como parte de la solución en los distintos niveles de organización social de la sociedad. En nuestro colegio, si bien hay una serie de ofertas para ellos falta integrarlas con los procesos de maduración de los estudiantes, al mismo tiempo, que se constata la necesidad de un trabajo mayormente relacionado entre las áreas. Tal vez, perdemos de vista a uno de los grupos que pueden y más quieren ayudar a los niños y adolescentes: los padres.

Un porcentaje no menor de los jóvenes, ya sea en nuestro colegio o en sus comunidades de origen, sobresale en deportes, el colegio, el servicio a la comunidad, la pastoral, las artes y otras áreas. También está de nuestro lado algunos rasgos característicos de los adolescentes, como por ejemplo, su

¹ Período entre los 10 y los 19 años que comprende las siguientes etapas: pre-adolescencia (10-14 años), adolescencia temprana (13-15 años), adolescencia intermedia (15-17 años) y adolescencia tardía (16-19 años). Tomado de YCC, OPS, 2005. En el caso de las mujeres se adelanta en un año cada etapa. Desde los 15 a los 25 años se habla de “jóvenes”.



curiosidad, valentía, pasión, escepticismo, sentido aventurero y manera fresca de ver las cosas. Se trata de características positivas sobre las cuales construir.

Una de las maneras más efectivas de cambiar la situación de riesgo en que se encuentran muchos adolescentes es apoyar a los padres y adultos que juegan un rol significativo en sus vidas. A pesar de que es cierto que los pares, la escuela, la comunidad y otros factores cobran mayor importancia cuando los niños se convierten en adolescentes, las investigaciones coinciden en señalar que los padres siguen constituyendo una fuerte influencia para fomentar el desarrollo saludable del adolescente y prevenir consecuencias negativas.

En los últimos 25 años, ha comenzado a acumularse un conjunto significativo de investigaciones en torno a los padres y las familias, sin precedente tanto en calidad como cantidad de metodologías y análisis, sobre el rol de los padres, las familias, durante la adolescencia. En nuestro marco de referencia recogemos un resumen de las áreas en que hay amplio acuerdo dentro de la investigación:

- Las principales maneras en que los padres influyen saludablemente sobre el desarrollo adolescente cristaliza en “cinco conceptos básicos para ser padres de adolescentes”.
- Las tareas de desarrollo cruciales que los adolescentes necesitan emprender se organizan como los “Diez deberes de los adolescentes”.
- Opciones de estrategias basadas en la investigación que los padres pueden tomar en cuenta para las principales tareas recién enunciadas.

Desde la neurociencia también se han hecho importantes avances –últimos 10 años- para conocer el cerebro adolescente que no acaba de madurar, al menos en lo que se refiere a la toma de decisiones de una manera razonable y duradera, hasta los 25 años (!) por lo que—se desprende de la neurología- la mejor manera que tienen los padres de apoyar el desarrollo adolescente es manteniendo una buena relación con él/ella. Algunos hablan que “las relaciones con nuestros hijos es el recurso más poderoso para ayudarles a que progresen de manera resiliente² y saludable”.

Revisando algunos trabajos clave sobre desarrollo adolescente, en general, hay coincidencia en que la calidad y cantidad de los cambios del desarrollo en la adolescencia son equiparables a los del período de lactancia y de la primera infancia. De ahí la importancia de identificar las principales tareas.

Diez tareas para adolescentes

Los padres deben tener presente que su gran objetivo es que, a la salida de la adolescencia, sus hijos hayan desarrollado el talento necesario para la autonomía.

² “Capacidad humana para salir fortalecido de las adversidades de la vida, superarlas o incluso ser transformado por ellas”.



<p>Acostumbrarse a cuerpos y sentimientos en proceso de maduración sexual</p>	<p>Los adolescentes deben adaptarse a un cuerpo que duplica su tamaño y adquiere características sexuales; aprender a manejar los cambios biológicos y los sentimientos sexuales que los acompañan y a practicar conductas sexuales saludables. Su tarea también incluye establecer una identidad sexual y desarrollar habilidades para las relaciones románticas.</p>
<p>Desarrollar y aplicar habilidades de pensamiento abstracto</p>	<p>Los jóvenes suelen atravesar cambios profundos en su forma de pensar durante la adolescencia, lo que les permite comprender y coordinar ideas abstractas más efectivamente, pensar en distintas posibilidades, ensayar hipótesis, pensar en el futuro, pensar sobre el pensamiento y construir filosofías.</p>
<p>Desarrollar y aplicar un nivel de perspectiva más complejo</p>	<p>Los adolescentes adquieren una nueva y potente habilidad para comprender las relaciones humanas, en las que, una vez que aprenden a "ponerse en el lugar de otra persona", aprenden a tener en cuenta sus propias perspectivas y las de los demás simultáneamente, y a usar esta nueva capacidad para resolver conflictos y problemas en las relaciones.</p>
<p>Desarrollar y aplicar nuevas habilidades de adaptación en áreas tales como la toma de decisiones, la solución de problemas y la resolución de conflictos</p>	<p>En relación con todos estos cambios notables, los adolescentes adquieren nuevas habilidades para pensar y planificar el futuro, para utilizar estrategias más sofisticadas en la toma de decisiones, solución de problemas y resolución de conflictos y para moderar los riesgos que toman, y así alcanzar sus metas en lugar de ponerlas en peligro.</p>
<p>Identificar patrones morales, valores y sistemas de creencia significativos</p>	<p>Construyendo sobre estos cambios y las habilidades resultantes, los adolescentes típicamente desarrollan un entendimiento más complejo del comportamiento moral y los principios subyacentes de justicia y afecto, cuestionando creencias de la infancia y adoptando valores, visiones religiosas y sistemas de creencias personalmente más significativos para guiar sus decisiones y comportamientos.</p>
<p>Comprender y expresar experiencias emocionales más complejas</p>	<p>Con relación a estos cambios, los adolescentes tienden a adquirir la habilidad de identificar y comunicar emociones más complejas, comprender las emociones de otros de maneras más sofisticadas y pensar acerca de las emociones de manera abstracta.</p>
<p>Formar amistades íntimas de apoyo mutuo</p>	<p>Si bien los jóvenes típicamente tienen amigos durante toda la infancia, los adolescentes suelen desarrollar relaciones de pares que juegan un papel mucho más importante para brindar apoyo y conexión en su vida. Tienden a pasar de amistades basadas en gran medida en compartir actividades e intereses a otras basadas en compartir ideas y sentimientos, con el consiguiente desarrollo de confianza y entendimiento mutuo.</p>
<p>Establecer aspectos claves de la identidad</p>	<p>Hasta cierto punto, la formación de la identidad es un proceso que dura toda la vida, pero los aspectos cruciales de la identidad se forjan típicamente durante la adolescencia, incluyendo el desarrollo de una identidad que refleja un sentido de individualidad y la conexión con personas y grupos valorados. Otra parte de esta tarea es desarrollar una identidad positiva con respecto al género, los atributos físicos, la sexualidad, la etnia y, si fuera el caso, el hecho de ser adoptado; también deben desarrollar una conciencia de la diversidad de grupos que conforman la sociedad.</p>



Hacer frente a las demandas que implican roles y responsabilidades cada vez más maduros	Los adolescentes gradualmente adoptan los papeles que se esperará de ellos durante la adultez, aprendiendo a adquirir las habilidades y manejar las múltiples demandas que les permitirán moverse en el mercado laboral y satisfacer las expectativas en cuanto a su compromiso con la familia, la comunidad y la ciudadanía.
Renegociar las relaciones con los adultos que ejercen el rol de padres	Aunque a veces, la tarea de los adolescentes ha sido descrita como "separarse" de los padres y otros cuidadores, se la considera ahora más como una tarea conjunta de adultos y adolescentes para negociar un cambio que establezca un equilibrio entre la autonomía y una conexión continua, enfatizando una u otra según los antecedentes étnicos de cada familia.

La lista de tareas no pretende sugerir que los adolescentes enfrenten o resuelvan estas tareas en ningún orden ni secuencia particular, o que logren todas inmediatamente. Por el contrario, la mayoría de los hitos del desarrollo evolucionan muy gradual, episódica y separadamente y en combinación con pausas y regresiones a lo largo del camino. También, los cambios del desarrollo a lo largo de la adolescencia son parte de un cambio continuo que se extiende desde la niñez hasta la vida adulta. Durante la adolescencia, los jóvenes a menudo vuelven a trabajar tareas del desarrollo anteriores que necesitan como base para el crecimiento actual. Por estas y otras razones, las tareas pueden ser organizadas de distintas maneras, generando listas algo diferentes. La presente lista se ofrece como una versión particularmente corta, actual y orientada hacia los padres, con la esperanza de que genere mayores esfuerzos de este tipo.

Por último, la mayoría de los adolescentes completa las tareas del desarrollo de una manera sorprendentemente exitosa. Sin embargo, hay una serie de factores que pueden poner a los adolescentes en riesgo: necesidades especiales y dificultades de aprendizaje; privaciones tempranas que impidieron establecer las bases del desarrollo; desvalorización y discriminación en temas de clase social, orientación sexual; falta de apoyo adulto; trauma físico o emocional; enfermedad física o mental, disfunción familiar; pobreza; disfunción y violencia en la comunidad o el barrio.

La lista enumera temas que tienen que ver con metas sociales como la autosuficiencia económica y temas relacionados con los cambios del desarrollo que subyacen a la capacidad de los adolescentes de satisfacer directamente las demandas de la sociedad. Por otro lado, algunas son piedras angulares para la construcción de otras, por ejemplo, los aspectos del pensamiento abstracto son esenciales para alcanzar algunos niveles del pensamiento moral, la toma de perspectivas y la construcción de relaciones. Todas estas habilidades contribuyen a la capacidad de los adolescentes para desarrollar aspectos de la identidad que dificultaría mucho su logro sin la influencia de los padres.



Los cinco conceptos básicos para una buena educación de los adolescentes y algunas estrategias

Un esbozo de las principales maneras en que los padres pueden influir saludablemente en el desarrollo adolescente y una serie de opciones basadas en la investigación para llevar a cabo los cinco conceptos básicos:

1. AMOR Y CONEXIÓN

Los adolescentes necesitan que sus padres desarrollen y mantengan una relación que les ofrezca apoyo y aceptación, mientras acomodan y afirman su creciente madurez.

Estrategias para padres

No dejar pasar el momento	en que sienta y pueda expresar afecto genuino, respeto y apreciación por su hijo/a adolescente.
Reconocer los buenos momentos	que la personalidad y el crecimiento de su hijo/a adolescente hacen posibles.
Esperar mayores críticas	y debate, y fortalecer las habilidades para discutir ideas y desacuerdos, de manera tal de respetar las propias opiniones y las de su adolescente.
Pasar tiempo escuchando	los pensamientos y sentimientos de su hijo/a adolescente en relación a sus temores, preocupaciones, intereses, ideas, perspectivas, actividades, trabajos, tarea escolar y relaciones.
Tratar a cada hijo/a adolescente como un individuo único	distinto de sus hermanos, de los estereotipos, de su pasado o del propio pasado de los padres.
Apreciar y reconocer	las nuevas áreas de interés, las habilidades, las fortalezas, y logros de cada adolescente, así como los aspectos positivos de la adolescencia en general, tales como la pasión, la vitalidad, el humor, y la profundización del pensamiento intelectual.
Adjudicar roles significativos	a su adolescente dentro de la familia, que sean realmente útiles e importantes para el bienestar de todos.
Pasar tiempo juntos	individualmente y como familia, continuando algunas rutinas familiares, pero también aprovechando la forma en que nuevas actividades, tal como el voluntariado en la comunidad, pueden ofrecer nuevas formas de conexión.

2. CONTROLAR Y OBSERVAR

Los adolescentes necesitan que los padres estén al tanto—y les demuestren que lo están—de sus actividades, incluyendo el desempeño escolar, experiencias laborales, actividades extraescolares, relación con sus pares y con los adultos, y la recreación, a través de un proceso que, de manera creciente, involucre una menor supervisión directa y una mayor comunicación, observación y trabajo en conjunto con otros adultos.



Estrategias para padres

Saber dónde está su hijo/a	y conocer sus actividades, directa o indirectamente, escuchando, observando y trabajando en conjunto con otros que tengan contacto con su adolescente.
Mantener contacto con otros adultos	que puedan y quieran mostrarle tendencias positivas o negativas de las conductas de su hijo/a adolescente; por ejemplo, vecinos, familiares, líderes comunitarios y religiosos, dueños de tiendas, maestros y otros padres.
Participar en eventos escolares	Tales como charlas entre padres y maestros, reuniones de información general en la escuela, y reuniones de planeamiento para satisfacer las necesidades especiales.
Mantenerse informado sobre los progresos de su hijo/a adolescente	en la escuela y en el trabajo, así como sobre el grado y la naturaleza de sus actividades extraescolares; conocer a sus amigos y conocidos.
Estar atento y reconocer señales de alarma	En cuanto a la alteración de la salud mental o física, así como de signos de abuso o negligencia, incluyendo falta de motivación, pérdida de peso, problemas para dormir o comer, disminución del rendimiento escolar y/o absentismo escolar, uso de drogas, separación de sus amigos y abandono de actividades, promiscuidad, abandono del hogar, heridas sin explicación, conflictos serios y persistentes del adolescente con sus padres o altos niveles de ansiedad o culpa.
Pedir consejo si existe preocupación	por estos signos de alarma o cualquier otro aspecto de la salud o comportamiento de sus hijos; consultar con maestros, asesores, líderes religiosos, médicos, consultores de padres, personas mayores de la familia o la tribu y otros.
Vigilar las experiencias de su hijo/a adolescente	en ámbitos y con relaciones dentro y fuera del hogar que contengan un potencial abuso físico, sexual y emocional, incluyendo relaciones que involucren figuras paternas, hermanos, familia extendida (familiares que viven bajo otro techo), cuidadores, pares, compañeros, empleadores, maestros y asesores y líderes de actividades.
Evaluar el grado de desafío	de las actividades propuestas para los adolescentes, tales como eventos sociales, exposición a los medios y empleos, equilibrando estos desafíos con las habilidades que tenga su hijo/a adolescente para manejarlos.

3. GUIAR Y LIMITAR

Los adolescentes necesitan que sus padres sostengan una serie de límites claros pero progresivos, manteniendo las reglas y los valores familiares importantes, sin dejar de estimular una mayor capacidad y madurez.

Estrategias para padres

Mantener las reglas familiares	o "reglas de la casa", sosteniendo algunas reglas no negociables, en relación a temas como la seguridad y los valores familiares principales, y negociando otras, en relación a temas como las tareas domésticas y los horarios.
Comunicar expectativas	Que sean importantes, pero realistas.



Elegir los campos de batalla	E ignorar temas menores frente a los más importantes, tales como drogas, desempeño escolar y conducta sexual responsable.
Utilizar la disciplina como herramienta	Para enseñar, no como desahogo o venganza.
Restringir los castigos	a formas que no provoquen daño físico emocional.
Renegociar responsabilidades y privilegios	En respuesta a las cambiantes habilidades del adolescente, haciéndolo responsable bajo un monitoreo apropiado.

4. DAR EJEMPLO Y CONSULTAR

Los adolescentes necesitan que los padres les suministren información permanente y apoyen su toma de decisiones, valores, habilidades y metas, y que los ayuden a interpretar y transitar por el mundo, enseñándoles con el ejemplo y el diálogo continuo.

Estrategias para padres

Dar un buen ejemplo	en relación con la exposición a riesgos, hábitos de salud y control emocional.
Expresar posiciones personales	con respecto a temas sociales, políticos, morales y espirituales, incluyendo temas como la etnia y el género.
Modelar el tipo de relaciones adultas	que le gustaría que su hijo tuviera.
Responder a las preguntas de los adolescentes	con la verdad, teniendo en cuenta su nivel de madurez.
Mantener o establecer tradiciones	que incluyan a la familia, la cultura y/o los ritos religiosos.
Apoyar la educación del adolescente	y su entrenamiento vocacional, incluyendo la participación en actividades del hogar; actividades al aire libre y empleos que desarrollen sus habilidades, intereses y sentido de valor hacia la familia y la comunidad.
Ayudar a los adolescentes a obtener información	sobre opciones y estrategias futuras para su educación, empleo y opciones de vida.
Dar oportunidades a los adolescentes	para practicar el razonamiento y la toma de decisiones, haciéndoles preguntas que los estimulen a pensar lógicamente y a considerar las consecuencias, ofreciéndoles, al mismo tiempo, oportunidades sin riesgos para que pongan a prueba sus propias ideas y aprendan de sus errores.

5. PROVEER Y ABOGAR

Los adolescentes necesitan que los padres les aporten no solo una adecuada alimentación, vestimenta, techo y cuidados de salud, sino también un ambiente familiar que dé apoyo y una red de adultos que se preocupe por ellos.



Estrategias para padres

Establecer una red dentro de la comunidad	así como dentro de las escuelas, la familia, las organizaciones religiosas y los servicios sociales para identificar recursos que puedan brindar una relación positiva con los adultos y los pares, que aconsejen, capaciten y ofrezcan actividades para su hijo/a adolescente.
Tomar decisiones informadas	entre las distintas opciones disponibles en las escuelas y los programas educativos, tomando en cuenta temas tales como la seguridad, el clima social, el enfoque hacia la diversidad, la cohesión de la comunidad, las oportunidades para las relaciones entre pares y con mentores, y la combinación entre las prácticas escolares y las necesidades y estilos de aprendizaje de su hijo/a adolescente.
Tomar decisiones informadas similares	entre las opciones disponibles en los barrios, el compromiso hacia la comunidad y los programas para jóvenes.
Tomar medidas o abogar por la prevención de la salud	y el tratamiento, incluyendo el cuidado de la enfermedad mental.
Identificar personas y programas que lo informen y apoyen	para manejar las responsabilidades de los padres y para comprender los desafíos sociales y personales de la educación de un adolescente.

Las cinco categorías aglutinan temas relacionados con la provisión de amor, seguridad, orientación y recursos ambientales. Se alejan de aquellos temas centrados principalmente en el entorno familiar, aproximándose a aquellos que buscan influir sobre el apoyo externo que reciben las familias, reflejando la inmersión de los adolescentes en un mundo cada vez más grande.

Reconocen las habilidades y roles únicos que entran en juego cuando los padres mantienen ciertos aspectos de la relación antigua y dejan de lado otros, aceptando y fortaleciendo a sus hijos adolescentes a través de tareas antiguas y nuevas. Con estas tareas se continúan las funciones paternas iniciadas durante la niñez, aunque incorporando cambios cruciales en el énfasis y las estrategias para acomodar la impactante transición de la niñez a la adultez.

Las cinco categorías se caracterizan por enfatizar las necesidades que son particularmente importantes en la adolescencia, comparándolas con las de la primera infancia, y los roles de los padres que son especialmente influyentes, comparándolos con los de otros adultos y recursos en la vida de los adolescentes.

EL NIÑO Y EL ADOLESCENTE ESPIRITUAL

Entre las tareas del adolescente señalamos una que se relaciona con la religión y la espiritualidad. Sin embargo, aquí nuestro interés no es tratar la espiritualidad como una dimensión que se reacomoda gracias al desarrollo del pensamiento abstracto y la toma de perspectiva. Nuestra marco de referencia



no considera la espiritualidad como una dimensión más de la persona sino como elemento fundante y pilar básico (*pedra angular*) para la salud mental y el bienestar de la persona, particularmente según se desarrolla en las dos primeras décadas de nuestras vidas. Se trata de una nueva ciencia –producto del aporte de los últimos 15 años- basada en las investigaciones recientes sobre la ciencia del cerebro, los hallazgos de la neurociencia y cientos de entrevistas con niños y sus padres y, los estudios de casos.

Las investigaciones muestran que los niños y adolescentes que tienen una relación positiva y activa con la espiritualidad son:

- 40 % menos propensos al uso y abuso de sustancias.
- 60 % menos propensos a deprimirse en la adolescencia.
- 80 % menos propensos a tener sexo peligroso o no protegido.
- Mayores probabilidades de conseguir marcadores positivos en lo que se refiere a ser fuertes y saludables durante toda la vida y a alcanzar éxito académico.

Estos hallazgos nos muestran lo grave que resulta el descuido del desarrollo espiritual o cuando se niega o, no se toma en cuenta la curiosidad espiritual y la exploración del niño/a. Ya sea por motivos culturales, ideológicos o tecnológicos.

¿Qué entenderemos por espiritualidad³?

La investigación muestra una clara diferencia entre la adhesión a una religión en particular y la espiritualidad personal. Y entiende ésta como “un sentido interior de tener una relación viva con un poder superior como fuente vital que guía la vida diaria (Dios, naturaleza, espíritu, el creador, pachamama o la palabra que sea que señale el amor último o una fuerza que guía la propia vida)”. Lo anterior no quiere decir que los conceptos de espiritualidad y religión no tienen nada que ver: mucha gente, a través de sus creencias y la práctica de ellas, construyen y promueve una relación con Dios. Para otras no hay ninguna relación.

“Mientras que las religiones organizadas pueden desempeñar claramente un papel en el desarrollo espiritual, el principal motor que impulsa **la espiritualidad natural es innata, biológica, y se desarrolla:** lo primero una facultad innata para la conexión trascendente, luego un impulso de desarrollo para hacerla nuestra, y la resultante relación personal profunda con el trascendente través de la naturaleza, Dios, o la fuerza universo”

La pérdida de influencia de la religión en las últimas décadas y la desafección de la práctica religiosa de tantos de nuestros jóvenes ofrece un gran desafío para la espiritualidad, pero también una gran oportunidad. Los padres, en primer lugar, necesitan involucrarse en la espiritualidad emergente de

³ Desde el modelo de las inteligencias múltiples de Howard Gardner se puede ofrecer una práctica educativa de excelencia que estimula todas las facetas y dimensiones del ser humano y también sus múltiples inteligencias. Por tanto, el desarrollo de la inteligencia espiritual es un elemento fundamental en el proceso educativo de una persona y tiene consecuencias directas en otras áreas del aprendizaje.



los niños. Y aunque no hay muchos recursos para ello, unos buenos padres pueden involucrarse rápidamente, desde su propio conocimiento y base espiritual.

Las tareas que se desprenden de esta “toma de consciencia” gracias a las demostraciones concluyente de esta nueva ciencia van en la línea de facilitar estrategias que permitan a los padres:

1. Hacerse cargo de lo importante que es el desarrollo espiritual a través de la infancia y la adolescencia, como base para la salud en general y, quizá lo más sorprendente, como un factor significativo en la reducción del riesgo de depresión, abuso de sustancias y las conductas de alto riesgo que son de gran preocupación hoy.
2. Dar a conocer las voces de los niños más pequeños para que aprendamos a escucharlos ya que hablan en sus propios términos de su vida espiritual, su curiosidad, su conexión con todos los seres vivos, sus miedos, su asombro, y sus extraordinarias experiencias espirituales.
3. Proveer a los padres con el estímulo, el entrenamiento compasivo, y un lenguaje para poner en el tapete y darle vida a esta vibrante conversación en sus propias familias.
4. Por último, despertar la curiosidad espiritual y apertura en los padres para que puedan acompañar con mayor comodidad a sus hijos en este viaje y, al hacerlo, tal vez embarcarse en su propio viaje de descubrimiento.

En términos de habilidades una joven educado espiritualmente debería:

- a) Experimentar, saber identificar y desarrollar experiencias de asombro, misterio y pregunta.
- b) Cuestionar y explorar preguntas sobre el significado y el sentido de la vida.
- c) Desarrollar un autoconocimiento positivo y dinámico, así como aprender a manejar los sentimientos como una vía para el crecimiento personal.
- d) Promover el desarrollo personal y el de la comunidad.
- e) Practicar y explorar sentimientos de admiración, corresponsabilidad y cuidado de la naturaleza y del mundo, así como de contemplación y silencio⁴.
- f) Desarrollar y canalizar vínculos empáticos con otras personas, en situaciones de injusticia, vulnerabilidad, superación y cooperación.
- g) Expresar sensaciones, pensamientos y reflexiones a través de la creatividad en el arte.
- h) Capacitarse para elegir identificar, explorar y elegir valores propios y comprender los de los demás.
- i) Tomar autónoma y conscientemente una opción vital radical, aprendiendo de los errores y aprovechando los aciertos, en diálogo con el entorno cercano y lejano.

⁴ El silencio juega un papel muy relevante en la educación de la inteligencia espiritual. Es un medio para estimular la pregunta por el sentido, la autotrascendencia y la investigación sobre el fin de la propia vida.



Nota conclusiva

El presente trabajo pretende ser una ayuda para la renovación de las propuestas que estamos ofreciendo –tanto desde el departamento de Evangelización como del departamento de Apoyo- para padres e hijos. Además, puede ser de utilidad para la Orientación y Retiros de los cursos e instancias similares, como una manera de darle unidad a la propuesta formativa.

Referencias

Ser padres de adolescentes. Una síntesis de la investigación y una base para la acción. A. Rae Simpson, Ph.D. OPS. 2001

Curso: *Positive Youth Development. A curriculum for youth work professionals (Desarrollo positivo de los jóvenes. Un curriculum para profesionales que trabajan con jóvenes).* Jutta Dotterweich, Ph D. ACT for Youth Center of Excellence. Bronfenbrenner Center for Translational Research. College of Human Ecology Cornell University. 2015

The Power of Relationships (El poder de las relaciones) y Understanding Ages & Stages (Entendiendo las edades y las etapas). <http://www.parentfurther.com/> Revisado por última vez en Septiembre de 2015.

The Spiritual Child. The New Science on Parenting for Health and Lifelong Thriving. Lisa Miller, Ph.D. St. Martin's Press. New York. 2015

Inteligencia Espiritual. Francesc Torralba. Plataforma Editorial. Barcelona. 2010.



"APORTE DE LAS CIENCIAS AL TRABAJO CON FAMILIAS 2"



APORTE DE LAS CIENCIAS AL TRABAJO CON FAMILIAS_2⁵

(Presentado al Consejo de Coordinación / Octubre 2015)

INTRODUCCION

Como respuesta a una visión catastrofista de la adolescencia (etapa de crisis inevitable, de irresponsabilidad y de conductas de riesgo) que tiene como consecuencia la “infantilización” de los adolescentes, ha emergido un nuevo paradigma basado en la neurociencia. Éste nos ofrece una perspectiva más optimista y verdadera.

Los últimos avances en neurociencia arrojan nuevos datos sobre el desarrollo del cerebro adolescente, plantean que en esta etapa se produce una segunda revolución neuronal por lo que la plasticidad y posibilidad de aprendizaje se incrementan significativamente. De modo que están ante una segunda gran oportunidad para dirigir su vida donde prefieran. Estos datos echan por tierra la postura determinista de que señala que con los adolescentes hay poco que hacer porque están condicionados por las hormonas.

Por otro lado, siempre desde la neurociencia, se afirma que en el desarrollo adolescente la espiritualidad es el factor protector más robusto contra tres grandes peligros: la depresión, el abuso de sustancias y las conductas de riesgo (ver más adelante)

El punto de mira ya no es el adolescente problemático y la crisis asociada sino que partimos desde un enfoque más global en el que se plantea entender la adolescencia desde una perspectiva más amplia e incluida en la unidad familiar, por tanto sería el resultado de un sistema socio familiar y no tanto de la persona concreta y su fase de desarrollo. La adolescencia no puede aislarse e intentar explicar los cambios que se producen solo teniendo en cuenta al adolescente y sus cambios internos⁶.

Este nuevo paradigma resalta las capacidades del adolescente para adaptarse a un entorno cambiante y cada vez más exigente de su autonomía y responsabilidad. Se centra en descubrir ese talento que tiene cada adolescente y potenciarlo a través de la educación de sus fortalezas. Esta nueva visión de la adolescencia persigue el objetivo de empoderar al adolescente, con una visión más realista y positiva de esta etapa. Se plantean por tanto grandes expectativas para los adolescentes de confianza en ellos y sus capacidades, grandes posibilidades y oportunidades adecuadas a potenciar su talento y un acompañamiento guiado por unos límites firmes que le orienten. Todo integrado con la espiritualidad personal.

⁵ El presente documento supone el aporte de las ciencias para el trabajo con familias_1

⁶ En un estudio (muestra de 1201 adolescentes de edades comprendidas entre los 11 y 19 años) en el que se examina la relación entre algunas variables familiares y la satisfacción vital en la adolescencia temprana, media y tardía, se revela que la satisfacción vital funciona como un mecanismo cognitivo crucial a través del cual las experiencias ambientales influyen en la conducta del adolescente. También los estilos parentales están asociados a mayor o menor satisfacción vital.



LAS TAREAS ADOLESCENTES

1 ADAPTAR EL COMPORTAMIENTO A UN CUERPO SEXUALMENTE Y AFECTIVAMENTE MADURO:

- 1.1 Aprender a manejar los cambios biológicos y los sentimientos sexuales.
- 1.2 Llevar una conducta sexual sana.
- 1.3 Establecer la propia identidad sexual.
- 1.4 Desarrollar las habilidades para las relaciones románticas.

2 DESARROLLAR Y APLICAR LAS HABILIDADES DEL PENSAMIENTO ABSTRACTO:

- 2.1 Comprender y coordinar ideas abstractas.
- 2.2 Pensar acerca de posibilidades.
- 2.3 Intentar hipótesis.
- 2.4 Proyectar (to think ahead).
- 2.5 Pensar sobre el pensamiento.
- 2.6 Construir filosofías.

3 DESARROLLAR Y APLICAR UN NIVEL MÁS COMPLEJO DE TOMA DE PERSPECTIVA:

- 3.1 Ponerse en el lugar de otra persona.
- 3.2 Considerar a la vez la perspectiva propia y la de otros.
- 3.3 Utilizar esta habilidad para resolver conflictos en las relaciones.

4 DESARROLLAR Y APLICAR NUEVAS HABILIDADES DE PENSAMIENTO EN ÁREAS COMO TOMA DE DECISIONES, RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS Y RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS:

- 4.1 Planes hacia el futuro.
- 4.2 Estrategias de decisión más sofisticadas.
- 4.3 Resolución de problemas y conflictos.
- 4.4 Moderar la toma de riesgos.

5 IDENTIFICAR NORMAS MORALES SIGNIFICATIVAS, VALORES Y SISTEMAS DE CREENCIAS PARA GUIAR SU COMPORTAMIENTO:

- 5.1 Criticar las creencias infantiles.
- 5.2 Conocer la ciencia y el poder de la espiritualidad.
- 5.3 Adopción de valores personales y los principios subyacentes de justicia y afecto.

6 COMPRENDER Y EXPRESAR EMOCIONES MÁS COMPLEJAS, PROPIAS Y AJENAS:

- 6.1 Pensar abstractamente sobre emociones.
- 6.2 Identificar y comunicar las emociones propias y las de los demás.



7 FORMAR AMISTADES QUE AYUDEN (SUPPORTIVES):

- 7.1 Pasar de amistades basadas en compartir aficiones a la fundada en compartir ideas o sentimientos.
- 7.2 Mutua confianza y comprensión.

8 ESTABLECER ASPECTOS CLAVES DE LA IDENTIDAD.

- 8.1 Sentido de individualidad y de conexión con personas y grupos valorados.
- 8.2 Desarrollo de una identidad positiva (género, atributos físicos, sexualidad)
- 8.3 Conciencia de la diversidad de grupos que conforman la sociedad.

9 PEDIR UN AUMENTO DE RESPONSABILIDAD Y DE ROLES MADUROS:

- 9.1 Trascenderse en acciones más importante que uno mismo, buscando siempre el sentido de la propia existencia.
- 9.2 Comprometerse con la familia, la comunidad y la ciudadanía.
- 9.3 Aprender habilidades y conocer las demandas para moverse en el mercado laboral.

10 RENEGOCIAR LAS RELACIONES CON LOS ADULTOS:

- 10.1 Adultos y adolescentes negocian juntos para cambiar las relaciones y permitir más autonomía y más conexión.

Desde la neurociencia se sabe que el cerebro adolescente no acaba de madurar, en lo que se refiere a la toma de decisiones de una manera razonable y duradera, hasta los 25 años (!) por lo que, al parecer, la mejor manera que tienen los padres de apoyar el desarrollo adolescente es manteniendo una buena relación con él/ella. Algunos hablan que “las relaciones con nuestros hijos es el recurso más poderoso para ayudarles a que progresen de manera resiliente y saludable”. Para ello se necesita un estilo de crianza *responsable*, en abierto contraste con otros estilos educativos que dañan el desarrollo adolescentes (permisivismo y autoritarismo)

CARACTERÍSTICAS DEL ESTILO DE CRIANZA RESPONSABLE

- 1 Los padres aceptan a sus hijos como son, están muy implicados con ellos.
- 2 Controlan lo que hacen de una forma eficaz, garantizando un nivel de autonomía adecuado.
- 3 Muestran afecto, son cálidos y sensibles emocionalmente. La relación con sus hijos les enriquece, les satisface.
- 4 Controlan su comportamiento con firmeza y sentido común.



Colegio Salesiano Concepción

- 5 Les ayudan a madurar en cada edad. Tienen expectativas razonables sobre sus hijos. Consideran la disciplina como una oportunidad para educar.
- 6 Favorecen que el hijo aprenda a regularse a sí mismo. Saben dónde están sus hijos, qué hacen.
- 7 Les van concediendo autonomía según van creciendo.
- 8 Les permiten tomar decisiones en el momento oportuno. Les animan a que expresen sus pensamientos, sus sentimientos y deseos.
- 9 Cuando no están de acuerdo con los hijos, los padres toman decisiones de manera conjunta, explicándoles las razones de esa decisión. Esto a su vez facilita que los hijos comprendan la perspectiva de los padres ante cuestiones importantes, y que obedezcan de manera razonada.

Este estilo de crianza promueve en los hijos un conjunto de competencias importantes para la vida:

- | | |
|---|--|
| 1 Un ánimo optimista, decidido, positivo | 4 Escuchan las opiniones de los padres |
| 2 Autocontrol. Persistencia en las tareas | 5 Maduran social y moralmente |
| 3 Buena autoestima, confianza en sí mismo | 6 Tienen mejores resultados escolares |

Ver anexo 2: Los cinco conceptos básicos para una buena educación de los adolescentes y algunas estrategias.

LA ESPIRITUALIDAD: NUEVA CIENCIA PARA LA SALUD MENTAL, FISICA Y EL DESARROLLO DE UNA VIDA PLENA

Desde las ciencias del cerebro se ha llegado a la conclusión que la espiritualidad personal⁷ es innata, forma parte de la biología de la persona y su desarrollo es clave en las dos primeras décadas de la vida y tiene consecuencias durante toda la vida.

Por biología estamos hechos para la conexión con un ser superior. Nacemos con esta facultad primordial entera. Lista para ser usada. No necesitamos aprenderla, no necesitamos que se nos enseñe cuándo y cómo conectarnos con la trascendencia.

⁷ “Un sentido interior de tener una relación viva con un poder superior (Dios, naturaleza, espíritu, creador...) como fuente vital que guía la vida diaria”.



Colegio Salesiano Concepción

La espiritualidad, por tanto, es fundamental para la constitución humana, central en la fisiología y psicología. Un cerebro, mente y cuerpo. Es observable en nuestro desarrollo con una base biológica, identificable y medible. Y repito, no se aprende como en el caso de otras facultades.

¿Cómo se integra la espiritualidad natural con otras capacidades?

En la medida en que el niño crece, la espiritualidad se integra con las capacidades cognitivas, sociales, emocionales y de desarrollo moral, junto con el cambio físico, para crear un conjunto de equipamiento más complejo con el cual experimentar la trascendencia y la espiritualidad.

Quiere decir que el desarrollo de la espiritualidad es clave para el bienestar físico y psicológico de la persona. Si se frena su desarrollo se produce un vacío en el desarrollo del cerebro, cuerpo y mente. Un desequilibrio similar al que se produce en un joven que está 3 cursos sobre su edad en matemáticas pero detrás de la curva de lo básico en lo social y emocional.

Cuando se advierten defectos o errores que hay que arreglar, por lo general se recurre a especialistas tanto en lo académico como en lo socio-emocional. Pero si esos errores como las conductas de riesgo, el consumo de sustancias y la depresión las viéramos como desafíos de naturaleza espiritual, si lo entendiéramos así, nuestra respuesta sería completamente diferente y tal vez mucho más efectivas.

MODELO EDUCATIVO

El modelo que se presenta fue diseñado por José Antonio Marina, investigador y profesor. Tiene como finalidad desarrollar la inteligencia de cada individuo al máximo de sus posibilidades y, por tanto, de todo su talento. Capacitarlo para elegir autónomamente sus metas, y para alcanzarlas en lo que dependa de él. Para ello no bastará con instruir sino que debemos educar para la formación del carácter.

La “Educación para el talento” se basa en la pedagogía de los recursos. Como educadores debemos dotar a los niños y niñas de todos los recursos necesarios intelectuales, afectivos, ejecutivos y éticos para que estén en buenas condiciones de alcanzar una vida saludable, digna y plena: ser felices y ser buenas personas (“honestos cristianos y buenos ciudadanos”).

Algunos son recursos personales, como las capacidades que tiene el niño, y otros son recursos externos situación económica, un buen sistema educativo, un barrio pacífico y estimulante, una familia con relaciones armoniosas y constructivas.

Consta de tres áreas de la inteligencia y de seis grandes objetivos. Se fundamenta en las mejores corrientes de la psicología, pedagogía y sociología de la educación, así como en las nuevas investigaciones de las neurociencias, del pensamiento científico y crítico, del efecto de las nuevas tecnologías, de las inteligencias múltiples (Howard Gardner), así como en la obra Marina sobre la inteligencia creadora, emocional, social y ética.



Estos seis ejes son claves en el desarrollo evolutivo de los adolescentes porque les permitirán situarse en un buen lugar para alcanzar una vida saludable, digna y plena. Los ejes (objetivos) se pueden adaptar a cada edad, con nuevos temas y recursos prácticos ampliándose en forma de espiral creciente, que se expandirá a medida que se alcancen nuevos logros⁸.

PRIMER ÁREA: LA INTELIGENCIA QUE CONOCE Y PIENSA

Objetivo 1. Una imagen rica, veraz y llena de posibilidades

El niño va construyendo en su memoria una imagen del mundo, pesimista u optimista, hostil o acogedora, amplia o cerrada, con creencias que van a facilitarle la vida o a hacérsela difícil. Procuraremos fomentar:

1	Una imagen del mundo verdadera y amplia, llena de contenidos que despierten su interés y que ofrezca muchas posibilidades.
2	Una imagen equilibrada de la realidad, tanto del medio natural como del social, del mundo analógico como del digital.
3	Organizada de manera que fomente su creatividad, su capacidad de emprender, de resolver problemas, de encontrar
4	Con una imagen adecuada de sí mismo, positiva, realista, pero con conciencia de sus potencialidades.

De los 10 a los 17, se producirá un proceso de cambios físicos y psicológicos que impulsará a sobrevalorar subjetivamente todo lo que le ofrece el mundo juvenil exterior, por encima de la seguridad del hogar. Será un momento de tránsito necesario, de inseguridades y de rebeldías, de tanteos y ensayos, de afirmación contra los padres. Pero, si los hemos educado con amor, comunicación y normas positivas, si no les falta nuestra seguridad en ellos, su concepción de sí mismos y de sus posibilidades en un mundo complejo, se reequilibrará hacia la madurez.

Objetivo 2. Un pensamiento riguroso, creativo y capaz de resolver problemas.

La inteligencia del niño va siendo cada vez más poderosa. Durante la infancia su pensamiento recorrerá, según Piaget, varias etapas: sensorio-motriz (0-2,5 años), preoperatoria o simbólica (de 2,5 a 7 años), de operaciones concretas (de 7 a 11 años) y de operaciones formales o pensamiento abstracto (de 11 a 15 años). Sólo tenemos que ayudarlo a que aprenda a utilizar bien sus capacidades intelectivas:

1	Estimulando su curiosidad y su motivación para aprender y actuar.
2	Enseñándole a procesar la información que recibe por diferentes medios y a estudiar.
3	Enseñándole a concentrar su atención, a conocer sus fortalezas y debilidades, a resolver problemas, y a fortalecer sus capacidades intelectuales: observar, comparar, razonar, analizar, establecer hipótesis y extraer conclusiones.
4	Fomentando su creatividad general y su desarrollo aplicado.

⁸ Para el año académico 2016 se piensa implementar la adaptación a la edad de los alumnos de 6.º EB y 1.º EM con el ofrecimiento de una “escuela para padres” para apoderados de estos niveles.



Si hemos cubierto bien las etapas anteriores, de 10 a 17 años, podrá procesar información con elementos formales y abstractos. Por otra parte, si adquieren un amplio vocabulario gracias a la lectura, su capacidad de razonar se habrá expandido como la de un adulto, con la ventaja de que, si él quiere, estará en disposición de aprender por sí mismo con mucha más facilidad de la que pongamos en hacerlo nosotros, sorprendiéndonos con sus destrezas, con su imaginación y su capacidad creativa.

SEGUNDA ÁREA: LA INTELIGENCIA QUE SIENTE Y ACTÚA

Objetivo 3. Un tono vital alegre, optimista, activo y resistente

Desde los primeros años el niño ha ido adquiriendo progresivamente un tono vital y un estilo afectivo a partir de su temperamento. Es alegre o triste, tiene iniciativa o es dependiente, vulnerable o resistente, seguro de sí mismo o inseguro. Está aprendiendo a gestionar sus emociones, en particular la furia, el miedo, la tristeza, la envidia. Para educar su carácter vamos a intentar desarrollar los siguientes logros:

1	Una actitud activa ante la vida, la escuela, los deberes, el trabajo, los problemas.
2	La confianza en sí mismo, mediante el desarrollo de su auto concepto, la seguridad
3	Un carácter positivo, optimista, capaz de soportar la frustración, resiliente.
4	Una correcta gestión de la pérdida, la agresividad, el miedo, la tristeza y la timidez.
5	Los conocimientos adecuados acerca de la sexualidad y la afectividad.
6	La habilidad interpersonal para dar y recibir caricias emocionales.
7	Las capacidades para reír, jugar, amar, compartir intimidad y proyectos, y celebrar el placer de vivir.

De la adolescencia a la juventud, si lo hemos educado en un entorno emocional y comunicativo saludable, su identidad personal y afectivo-sexual será mucho más segura, sólida y respetuosa con los chicos y chicas, teniendo más fortaleza y equilibrio en su grupo de iguales.

Objetivo 4. Una voluntad libre y recta

Los niños no nacen libres. Tienen que aprender a serlo ejercitándose para ello y, para lograrlo, necesitan usar las fortalezas psicológicas y apoyarse en sistemas de valores para controlar su propia conducta:

1	Aprender a controlar sus impulsos y a frenar estímulos estresantes.
2	Aprender a dirigir su lenguaje interior, a buscar alternativas, deliberar y decidir.
3	Adquirir las virtudes de la realización: soportar el esfuerzo, aplazar la recompensa, persistir en la tarea, adquirir el sentimiento del deber, y pasar de la disciplina exterior a la autodisciplina.
4	Aprender a decir “no”, a liberarse de la dependencia del grupo, siendo asertivo.
5	Aprendizaje de la responsabilidad: saber qué quiere decir “ser responsable”, prever las consecuencias, cumplir los deberes
6	Formación progresiva de la conciencia moral y ética.



7 | Fortalecer el aprendizaje de la ciencia y el poder de la espiritualidad y/o religión.

De 12 a 16 años, se fortalecerán todos los hábitos que conlleva este objetivo, si no desistimos de nuestros logros anteriores y los reforzamos con una progresiva formación de la conciencia personal, moral y cívica.

TERCER ÁREA: LA INTELIGENCIA QUE SE COMUNICA Y CONVIVE

Objetivo 5. Capacidad para comunicarse

El lenguaje es nuestra gran facultad, nuestra mayor fortaleza. Gracias a él podemos pensar y convivir. Por eso damos una gran importancia a su desarrollo:

1	Expresarse, escuchar y comprender ejerciendo el diálogo, compartiendo vivencias y reforzando vínculos positivos.
2	Fomentar la riqueza oral de las buenas conversaciones y la importancia de la lectura.
3	Observar cómo nos hablamos a nosotros mismos y cómo se habla tu hijo o hija (Importancia del lenguaje interno y externo)
4	Aprender a hablar de los sentimientos y de las emociones.
5	Fomentar la asertividad: saber negarse, saber elogiar, saber pedir ayuda, saber defender los propios intereses, saber disculparse, saber responder al fracaso

En este momento, necesitan afianzar su carácter asertivo para afirmarse y decir no ante las presiones inadecuadas de su grupo de iguales. El éxito de sus relaciones grupales, su actitud de cooperación y liderazgo, sus relaciones afectivas en la juventud, depende también mucho de sus capacidades de comprensión y comunicación.

Objetivo 6. Talento para la convivencia

Fomentar la sociabilidad es importante. Los niños tienen dos grandes escenarios vitales: la familia y los amigos. Han de aprender a convivir en la familia, en el barrio y en la escuela, para alcanzar este objetivo debemos:

1	Fomentar la conciencia de que nos necesitamos unos a otros.
2	Apreciar la importancia de las normas y la necesidad de los límites para una buena convivencia y para prevenir los conflictos.
3	Desarrollar el valor de la amistad y el compañerismo.
4	Estimular los sentimientos pro sociales: empatía, compasión, generosidad, altruismo, solidaridad, indignación.
5	Fomentar las conductas pro sociales: ayuda, cuidado, cooperación, pensar y trabajar en equipo, liderazgo positivo.
6	La búsqueda de la justicia: Los niños perciben enseguida la distinción entre justo e injusto, contribuyamos a su conciencia para comprender que los derechos humanos son tan necesarios para la justicia como el deber por su
7	Será importante ayudarles a desarrollar un juicio social, crítico y ecuánime que les facilite una integración en la sociedad proactiva y constructiva.



En la etapa de la adolescencia y juventud puede ampliarse su sentido de la justicia, sus competencias sociales, éticas y ciudadanas. Porque aprender a convivir bien en la familia y en el trabajo, en la calle y en la sociedad, será determinante para la felicidad privada y pública de nuestros hijos cuando sean ya responsables de su propia vida.

KIT DE HERRAMIENTAS

Todas las personas tienen unas estructuras psico-biológicas similares en cuestiones de aprendizaje. Por tanto, es lógico pensar que hay unos recursos comunes a todos que nos puedan ayudar a aprender. Pero la realidad es que no en todas las circunstancias ni para todas las personas funcionan siempre las mismas estrategias. A continuación se presenta el Kit de herramientas educativas básicas que se utilizan con frecuencia y que ayudan en la consecución de cada uno de los objetivos.

Eliminar Obstáculos. Si queremos fomentar una conducta debemos averiguar si hay obstáculos que podamos eliminar. Por ejemplo, un niño puede no querer ir al colegio porque no sabe hacer amigos. Lo mismo sucede si queremos evitar una conducta: debemos eliminar aquellas cosas que la favorecen. Los procesos de desensibilización –de irse acostumbrando poco a poco a lo que se teme– pueden ir eliminando los miedos. Cuando se aumentan ciertas competencias, se facilita el cambio de conducta. Por ejemplo, la conducta tímida se cambia si una persona adquiere habilidades sociales, o habilidades para resolver problemas interpersonales.

Dar premios. Las escuelas conductistas revelaron que el ser humano tiende a repetir las acciones que le provocan placer o que de algún modo han sido premiadas. Por tanto, es importante premiar todas las acciones y conductas que queremos que se mantengan porque son deseables. A esto también se le conoce como refuerzo (especialmente no material)

Elogio. Hay que tener en cuenta que lo que a unas personas les sirve como premio no tiene porque valerle a otras y es importante no confundir un premio con meros regalos. En ocasiones será mucho más efectivo un elogio o decirle lo orgullosos que os sentís que un premio material.

Imponer Castigos. Los castigos como los premios pueden dirigir la conducta de dos maneras: antes y después de la acción. La amenaza puede inhibir la acción. El castigo posterior a una conducta puede evitar la re-petición de una conducta. Todos tendemos a inhibir las conductas que son castigadas. Los castigos, sin embargo, no suelen servir para fomentar las conductas deseadas, sino para evitar las no deseadas, y tienen otros efectos que recomiendan usarlos con mucha cautela.

Proponer modelos. El niño tiende a copiar las acciones que ve. Los psicólogos lo llaman “modelado” y los moralistas “educación por el ejemplo”. A veces, el modelado puede hacerse de manera explícita, explicando al niño lo que uno está haciendo. Son los métodos por instrucciones, que el niño debe acabar repitiéndose.

Cambiar las creencias, los pensamientos automáticos y el habla interior. Si consigo cambiar las creencias de una persona, cambiaré también su comportamiento. Niños que se sienten inseguros, vulnerables o poco inteligentes darán respuestas y adquirirán aprendizajes diferentes que si se sienten seguros, capaces e inteligentes. Por ello, este recurso educativo consistirá en hacer ver a estos niños que son capaces y analizar sus creencias negativas para desmitificarlas.



Cambiar los deseos y los sentimientos. Lo mismo ocurre con los deseos y sentimientos. Los nuevos deseos se construyen a partir de los deseos fundamentales. El deseo de vinculación social puede convertirse en el deseo de ser elogiado en la escuela. Si doy ánimo a una persona, se comportará de manera distinta que si está desanimada. Si le hablo con entusiasmo de algo, despertaré su interés por el tema. Es importante recordar que la acción puede cambiar los sentimientos de una manera muy poderosa. Por ejemplo, el sentimiento de la propia competencia aumenta la autoconfianza y la autoestima. En cambio, la rumia o la introspección continuada sólo suele servir para hacer que nuestro estado de ánimo no cambie, se vuelva más profundo.

Anexo

Los cinco conceptos básicos para una buena educación de los adolescentes y algunas estrategias

Un esbozo de las principales maneras en que los padres pueden influir saludablemente en el desarrollo adolescente y una serie de opciones basadas en la investigación para llevar a cabo los cinco conceptos básicos:

1. Amor y conexión

Los adolescentes necesitan que sus padres desarrollen y mantengan una relación que les ofrezca apoyo y aceptación, mientras acomodan y afirman su creciente madurez.

Estrategias para padres

No dejar pasar el momento	en que sienta y pueda expresar afecto genuino, respeto y apreciación por su hijo/a adolescente.
Reconocer los buenos momentos	que la personalidad y el crecimiento de su hijo/a adolescente hacen posibles.
Esperar mayores críticas	y debate, y fortalecer las habilidades para discutir ideas y desacuerdos, de manera tal de respetar las propias opiniones y las de su adolescente.
Pasar tiempo escuchando	los pensamientos y sentimientos de su hijo/a adolescente en relación a sus temores, preocupaciones, intereses, ideas, perspectivas, actividades, trabajos, tarea escolar y relaciones.
Tratar a cada hijo/a adolescente como un individuo único	distinto de sus hermanos, de los estereotipos, de su pasado o del propio pasado de los padres.
Apreciar y reconocer	las nuevas áreas de interés, las habilidades, las fortalezas, y logros de cada adolescente, así como los aspectos positivos de la adolescencia en general, tales como la pasión, la vitalidad, el humor, y la profundización del pensamiento intelectual.
Adjudicar roles significativos	a su adolescente dentro de la familia, que sean realmente útiles e importantes para el bienestar de todos.



Pasar tiempo juntos	individualmente y como familia, continuando algunas rutinas familiares, pero también aprovechando la forma en que nuevas actividades, tal como el voluntariado en la comunidad, pueden ofrecer nuevas formas de conexión.
----------------------------	---

2. Controlar y observar

Los adolescentes necesitan que los padres estén al tanto—y les demuestren que lo están—de sus actividades, incluyendo el desempeño escolar, experiencias laborales, actividades extraescolares, relación con sus pares y con los adultos, y la recreación, a través de un proceso que, de manera creciente, involucre una menor supervisión directa y una mayor comunicación, observación y trabajo en conjunto con otros adultos.

Estrategias para padres

Saber dónde está su hijo/a	y conocer sus actividades, directa o indirectamente, escuchando, observando y trabajando en conjunto con otros que tengan contacto con su adolescente.
Mantener contacto con otros adultos	que puedan y quieran mostrarle tendencias positivas o negativas de las conductas de su hijo/a adolescente; por ejemplo, vecinos, familiares, líderes comunitarios y religiosos, dueños de tiendas, maestros y otros padres.
Participar en eventos escolares	tales como charlas entre padres y maestros, reuniones de información general en la escuela, y reuniones de planeamiento para satisfacer las necesidades especiales.
Mantenerse informado sobre los progresos de su hijo/a adolescente	en la escuela y en el trabajo, así como sobre el grado y la naturaleza de sus actividades extraescolares; conocer a sus amigos y conocidos.
Estar atento y reconocer señales de alarma	En cuanto a la alteración de la salud mental o física, así como de signos de abuso o negligencia, incluyendo falta de motivación, pérdida de peso, problemas para dormir o comer, disminución del rendimiento escolar y/o absentismo escolar, uso de drogas, separación de sus amigos y abandono de actividades, promiscuidad, abandono del hogar, heridas sin explicación, conflictos serios y persistentes del adolescente con sus padres o altos niveles de ansiedad o culpa.
Pedir consejo si existe preocupación	por estos signos de alarma o cualquier otro aspecto de la salud o comportamiento de sus hijos; consultar con maestros, asesores, líderes religiosos, médicos, consultores de padres, personas mayores de la familia o la tribu y otros.
Vigilar las experiencias de su hijo/a adolescente	en ámbitos y con relaciones dentro y fuera del hogar que contengan un potencial abuso físico, sexual y emocional, incluyendo relaciones que involucren figuras paternas, hermanos, familia extendida (familiares que viven bajo otro techo), cuidadores, pares, compañeros, empleadores, maestros y asesores y líderes de actividades.
Evaluar el grado de desafío	de las actividades propuestas para los adolescentes, tales como eventos sociales, exposición a los medios y empleos, equilibrando estos desafíos con las habilidades que tenga su hijo/a adolescente para manejarlos.



3. Guiar y limitar

Los adolescentes necesitan que sus padres sostengan una serie de límites claros pero progresivos, manteniendo las reglas y los valores familiares importantes, sin dejar de estimular una mayor capacidad y madurez.

Estrategias para padres

Mantener las reglas familiares	o "reglas de la casa", sosteniendo algunas reglas no negociables, en relación a temas como la seguridad y los valores familiares principales, y negociando otras, en relación a temas como las tareas domésticas y los horarios.
Comunicar expectativas	que sean importantes, pero realistas.
Elegir los campos de batalla	e ignorar temas menores frente a los más importantes, tales como drogas, desempeño escolar y conducta sexual responsable.
Utilizar la disciplina como herramienta	para enseñar, no como desahogo o venganza.
Restringir los castigos	a formas que no provoquen daño físico emocional.
Renegociar responsabilidades y privilegios	en respuesta a las cambiantes habilidades del adolescente, haciéndolo responsable bajo un monitoreo apropiado.

4. Dar ejemplo y consultar

Los adolescentes necesitan que los padres les suministren información permanente y apoyen su toma de decisiones, valores, habilidades y metas, y que los ayuden a interpretar y transitar por el mundo, enseñándoles con el ejemplo y el diálogo continuo.

Estrategias para padres

Dar un buen ejemplo	en relación con la exposición a riesgos, hábitos de salud y control emocional.
Expresar posiciones personales	con respecto a temas sociales, políticos, morales y espirituales, incluyendo temas como la etnia y el género.
Modelar el tipo de relaciones adultas	que le gustaría que su hijo tuviera.
Responder a las preguntas de los adolescentes	con la verdad, teniendo en cuenta su nivel de madurez.
Mantener o establecer tradiciones	que incluyan a la familia, la cultura y/o los ritos religiosos.
Apoyar la educación del adolescente	y su entrenamiento vocacional, incluyendo la participación en actividades del hogar; actividades al aire libre y empleos que desarrollen sus habilidades, intereses y sentido de valor hacia la familia y la comunidad.
Ayudar a los adolescentes a obtener información	sobre opciones y estrategias futuras para su educación, empleo y opciones de vida.
Dar oportunidades a los adolescentes	para practicar el razonamiento y la toma de decisiones, haciéndoles preguntas que los estimulen a pensar lógicamente y a considerar las consecuencias, ofreciéndoles, al mismo tiempo, oportunidades sin riesgos para que pongan a prueba sus propias ideas y aprendan de sus errores.



5. Proveer y abogar

Los adolescentes necesitan que los padres les aporten no solo una adecuada alimentación, vestimenta, techo y cuidados de salud, sino también un ambiente familiar que dé apoyo y una red de adultos que se preocupe por ellos.

Estrategias para padres

Establecer una red dentro de la comunidad	así como dentro de las escuelas, la familia, las organizaciones religiosas y los servicios sociales para identificar recursos que puedan brindar una relación positiva con los adultos y los pares, que aconsejen, capaciten y ofrezcan actividades para su hijo/a adolescente.
Tomar decisiones informadas	entre las distintas opciones disponibles en las escuelas y los programas educativos, tomando en cuenta temas tales como la seguridad, el clima social, el enfoque hacia la diversidad, la cohesión de la comunidad, las oportunidades para las relaciones entre pares y con mentores, y la combinación entre las prácticas escolares y las necesidades y estilos de aprendizaje de su hijo/a adolescente.
Tomar decisiones informadas similares	entre las opciones disponibles en los barrios, el compromiso hacia la comunidad y los programas para jóvenes.
Tomar medidas o abogar por la prevención de la salud	y el tratamiento, incluyendo el cuidado de la enfermedad mental.
Identificar personas y programas que lo informen y apoyen	para manejar las responsabilidades de los padres y para comprender los desafíos sociales y personales de la educación de un adolescente.



**"APORTE DE LA CIENCIA A LA
FORMACION DE NUESTROS
NIÑOS Y ADOLESCENTES
DESDE LAS POSIBILIDADES
QUE NOS OFRECE LA ESCUELA"**



Tema fide regional (Octubre 2016)

EL APORTE DE LA CIENCIAS A LA FORMACIÓN DE NUESTROS NIÑOS Y ADOLESCENTES DESDE LAS POSIBILIDADES QUE NOS OFRECE LA ESCUELA

INTRODUCCIÓN

Lo que vamos a proponer es producto de la “investigación en terreno” y del estudio y reflexión que a partir del año pasado hemos estado realizando y su concreción en un proyecto de formación a tres años para todos los estudiantes.

Pregunta inicial ¿qué se hace en términos formativos en el colegio? (una gran variedad de ofertas), ¿cómo se articula esta gran variedad?, ¿cómo se entiende la adolescencia y la relación de ésta con su familia, el colegio y la sociedad?

Hasta ahora, no ha sido fácil articular el trabajo entre las áreas para conjugar experticias educativo-pastorales no sólo porque nos ha faltado integrar nuestras ofertas con los procesos de maduración de los estudiantes en todas sus dimensiones sino, tal vez, porque hemos perdido de vista a uno de los grupos que pueden y más quieren ayudar a sus niños y adolescentes: los padres.

Esto es lo que quisiéramos compartir con ustedes, sobre todo, con el propósito de aprender de ustedes.

Ejercicio 1

¿Cuándo escuchamos la palabra “adolescente” qué es lo primero que se nos viene a la cabeza (ejercicio escrito)

Recoger y sintetizar.

¿Qué piensan ustedes de las siguientes afirmaciones?

1. La adolescencia es un período de crisis y conflictivo.
2. Los adolescentes son presa de sus hormonas y se mueven por impulsos.
3. Los adolescentes solo tienen en cuenta sus puntos de vista y son egoístas que miran solo sus intereses personales.
4. Los padres ya no son un referente
5. Otros agregar...

El aporte de las ciencias para el trabajo educativo con NNA

Como respuesta a una visión catastrofista de la adolescencia (etapa de crisis inevitable, de irresponsabilidad y de conductas de riesgo) que tiene como consecuencia la “sobrepotección” de los NN y la “infantilización” de los adolescentes, ha emergido un nuevo paradigma basado en la



neurociencia y la psicología positiva. Éste nos ofrece una perspectiva más optimista y verdadera, incluso para las intervenciones con NNA en riesgo. El optimismo no es fruto de cierto voluntarismo. Se fundamenta, es cierto, en una visión cristiana de la vida pero también...

En los últimos avances en neurociencia arrojan nuevos datos sobre el desarrollo del cerebro adolescente. Durante la adolescencia –gracias a su plasticidad neuronal- el cerebro se rediseña por completo, lo que convierte esta edad en un tiempo privilegiado para el uso eficaz de la inteligencia en el aprendizaje: aprender a pensar mejor, a sentir mejor, a ser más autónomo y responsable y, de esa manera, definir su personalidad y el sentido que desea darle, el adolescente, a su vida.

El punto de mira ya no es el adolescente problemático y la crisis asociada sino que partimos desde un enfoque más global en el que se plantea entender la adolescencia desde una perspectiva más amplia e incluida en la unidad familiar, por tanto sería el resultado de un sistema socio familiar y no tanto de la persona concreta y su fase de desarrollo. La adolescencia no puede aislarse e intentar explicar los cambios que se producen solo teniendo en cuenta al adolescente y sus cambios internos porque adolescente y familia “están tejidos juntos” (*pensamiento complejo*).

Desde esta perspectiva, es fundamental para nosotros articular el binomio familia-escuela si queremos apoyar a nuestros adolescentes desde una pedagogía de los recursos.

La visión que como padres y educadores se mantiene de esta etapa será crucial puesto que ésta condicionará el tipo de expectativas que se mantendrán y marcará además los objetivos que nos planteemos.

Podemos vivir este periodo como una parte más del desarrollo de nuestros jóvenes en la que aprenderán y crecerán personalmente o la podemos vivir como una etapa de incertidumbre en la que nos sentimos sin control y con cierto grado de inseguridad.

Este nuevo paradigma desafía las capacidades del adolescente para adaptarse a un entorno cambiante y cada vez más exigente⁹ de su autonomía y responsabilidad¹⁰. Nuestra misión como educadores debiera centrarse en ayudarles a descubrir y desarrollar ese talento que tiene cada adolescente y potenciarlo a través de la educación de sus capacidades y fortalezas. De modo que los padres debieran tener presente que su gran objetivo es que, a la salida de la adolescencia (en torno a los 18 años), sus hijos hayan desarrollado el talento necesario para la autonomía.

Hay un segundo tema que también es parte de nuestro proyecto. Lo trato aparte por la novedad y desafíos que representa. Se trata de lo que se sabe sobre el desarrollo de la espiritualidad en NNA.

⁹ Se trata de un mundo lleno de oportunidades pero inclemente, y tenemos que saber cómo educar a nuestros adolescentes para introducirse en un entorno que se llama VICA (volátil, incierto, complejo y ambiguo) que los adultos tampoco conocemos.

¹⁰ En el Nuevo Paradigma es necesario introducir las virtudes de una personalidad capaz de resistir las presiones del entorno, pero también capaz de adaptarse a él, de resolver los problemas que plantea.



El desarrollo de la espiritualidad en NNA

Llevar folleto “individuación espiritual”. Trabajar con él y agregar algunos puntos de los que siguen a continuación:

Gracias a los avances en los estudios sobre el cerebro, de estos últimos 15 años, la ciencia afirma que la espiritualidad natural es una facultad innata. Los niños nacen completamente fluidos en esta dimensión primordial, no verbal del saber. Es decir, los niños no tienen que aprender el “cómo” o el “qué” del enganche con lo espiritual. Pájaros y flores, un charco de agua y una brisa, un copo de nieve o un gusano de jardín: toda la naturaleza les habla y ellos responden. Evidente para su desarrollo necesita de la calidez y cercanía de sus padres que –escuchando y dialogando- ayudan para hacer propia la espiritualidad.

También según la ciencia, la adolescencia representa un aumento, un período de desarrollo espiritual explosivo, de la misma manera como la pubertad marca una explosión en otros aspectos del desarrollo en lo físico, lo cognitivo, social y emocional. Es una etapa privilegiada, como un crisol, para la comprensión y crecimiento espiritual y la experiencia de unicidad como ser espiritual.

La piedra angular de la vida espiritual natural es la conciencia sostenida de una relación cercana a dos vías con un poder superior que te ama y guía y te abre a sentir un mundo espiritual vivo. A través de esta relación los niños y los jóvenes buscan claridad o guía durante los pasajes desafiantes de la vida o de apertura a una oportunidad.

Y, finalmente, la ciencia también señala que la espiritualidad es el factor protector por excelencia por la interconexión –espíritu, mente, cuerpo-. Los estudios muestran que la espiritualidad tiene un impacto claro en nuestra salud mental y en el logro de una vida plena y fuerte (bajas tasas de depresión, uso de sustancias y el abuso de riesgos).

Hasta ahora, al menos en nuestra comprensión cristiana, hemos hablado de lo espiritual como una dimensión junto a lo corporal y lo psíquico (el basar, nefesh y ruá de la antropología bíblica). Afirmamos que en nuestro yo, estamos llamados a armonizar estos tres ámbitos, allí se da la plenitud de lo humano.

La ciencia nos dice que la facultad espiritual –como capacidad para una relación sentida con una presencia amada trascendente- es innata, tiene origen en nuestra naturaleza y herencia, fundamental para la constitución humana, central en la fisiología y psicología. Une cerebro, mente y cuerpo. La espiritualidad es un aspecto observable de nuestro desarrollo con una base biológica, identificable y medible. Igual que el desarrollo del habla, lo cognitivo, físico, social y emocional.

Quiere decir que el desarrollo de la espiritualidad es clave para el bienestar físico y psicológico de nuestros NNA. Si se frena su desarrollo se produce un vacío en el desarrollo del cerebro, cuerpo y mente. Un desequilibrio similar al que se produce en un joven que está 3 cursos sobre su edad en matemáticas pero detrás de la curva de lo básico en lo social y emocional.



Colegio Salesiano Concepción

Cuando se advierten defectos o errores que hay que arreglar, por lo general se recurre a especialistas tanto en lo académico como en lo socio-emocional. Pero si esos errores como las conductas de riesgo, el consumo de sustancias y la depresión los viéramos como desafíos de naturaleza espiritual; si lo entendiéramos así, nuestra respuesta sería completamente diferente y tal vez mucho más efectiva. "En todo el ámbito de la experiencia humana", escribe una investigadora: "no hay un solo factor que protegerá su adolescencia como un sentido personal de la espiritualidad."



CONCLUSIÓN Y PROYECCIONES PROYECTO “FORMANDO PERSONAS”

El proyecto “Formando personas autónomas y responsables...” culminó su segundo año y, se espera, finalice con el año 2018. Tanto en los temas para las reuniones de apoderados como en las jornadas por nivel.

La evaluación de los participantes ha sido constantemente positiva. Lo que más valoran los padres es la adquisición de herramientas para guiar mejor a sus hijos pre y adolescentes en su camino de maduración y el espacio “agradable y entretenido” que se les ofrece.

No ha habido participación de los profesores jefes en las jornadas (aunque son invitados). Los apoderados, exceptuados los 5os básicos, han mejorado su participación en el segundo año en alrededor de un 20 por ciento. Se invita a todos, sin obligar a nadie porque creemos que estas instancias debieran ser valoradas por la calidad de lo que se entrega más que por la obligación de participar.

La ayuda logística de la jornada coordinada por Yenny Molina y su esposo Emilio Mariani es fundamental para crear un ambiente familiar y preocupado del bienestar de los apoderados. Al final de cada jornada se pide una colaboración monetaria que suele ser suficiente para los gastos de la once.

Como proyección y previendo la finalización del programa en el 2018 se ve como necesario, involucrar también al área de Apoyo, particularmente orientación para que junto a Evangelización –con la necesaria consulta a los apoderados- diseñen lo que seguirá para el 2019. La participación de Apoyo puede ser valiosa para el necesario trabajo de evaluación, detección de necesidades y “marketing”. En definitiva un trabajo más interdisciplinario.

Algunos apoderados, familias, manifiestan su deseo de involucrarse más en este tipo de actividades. Un grupo o comunidad de matrimonios que se formen bien en el tema del discernimiento y acompañamiento que ofrece Amoris Laetitia podría ser de gran ayuda y, quien sabe, origen de algunas iniciativas creativas para ofrecer a las familias de nuestra comunidad educativa pastoral.

¡Que la Sagrada Familia de Nazaret inspire los mejores servicios y la mejor manera de llegar a nuestras familias!

P. Luis Flores F., SDB