ECAPAF

Manual del Curso - Taller de Escuela de Padres

DIF JALISCO hacemos más

INDICE

I. Objetivo

II. Estructura de las Sesiones

III. Características de las Familias por Región

IV. Recomendaciones Generales

V. Temario

VI. Glosario

VII. Bibliografía

VIII. Anexos

IX. Formatos

TEMARIO

A. SESIÓN INTRODUCTORA

1. ¿QUIÉN ES EL SER HUMANO?

1.1. La persona humana y su dignidad

1.2. Características de la persona

1.3. El autoconcepto, la autoestima y heteroestima

1.4. Temperamento, carácter y su formación

1.5. Diferencias sexuales varón-mujer, y su importancia en la personalidad

2. PSICOLOGÍA EVOLUTIVA DEL NACIMIENTO A LA PUBERTAD

2.1. Cómo son los niños desde el nacimiento a los 2 años de edad

2.2. Segunda infancia: 3 a 6 años de edad

2.3. Niñez media: 7 a 9 años de edad

2.4. Niñez tardía: 10 a 12 años de edad

3. PSICOLOGÍA EVOLUTIVA DE LA ADOLESCENCIA A LA VEJEZ

3.1. Sobre la adolescencia

3.2. La adolescencia tardía o edad juvenil

3.3. Fases y crisis de la juventud a la edad madura, 25 a 40 años

3.4. Fases y crisis de los 40 años en adelante

3.5. Saber envejecer

4. EDUCACIÓN EN VALORES Y VIRTUDES HUMANAS

4.1. ¿Qué son los valores?

4.2. ¿Qué son las virtudes y cómo formarlas?

4.3. Educación de la virtud de la honestidad

4.4. Educación de la virtud del respeto

4.5. Educación de la virtud de la justicia

4.6. Educación de los valores familiares y sociales

4.7. Educación en el patriotismo

4.8. ¡Que sean buenos ciudadanos!

5. EL EJERCICIO DE LA AUTORIDAD EN LA FAMILIA

5.1. La misión de los padres

5.2. La autoridad de los padres como servicio formativo

5.3. Los estilos de autoridad en los padres y su complementariedad

5.4. La motivación, corrección de las conductas de los hijos y la obediencia

6. FORMACIÓN DEL AMOR Y LA SEXUALIDAD

6.1. ¿Qué es el amor? Dimensiones afectiva y volitiva

6.2. Formar para el amor en la familia: Binomio Dar - Recibir

6.3. ¿Qué es la sexualidad y cómo formar para una vivencia adecuada?

7. EL MATRIMONIO Y SUS IMPLICACIONES

7.1. El matrimonio y el amor entre esposos

7.2. ¿En qué consiste la paternidad y maternidad responsable?

7.3. La comunicación entre esposos y las decisiones en común

8. LA FORMACIÓN DE LA INTELIGENCIA, LA VOLUNTAD Y LA AFECTIVIDAD

8.1. Aprender y enseñar a pensar

8.2. ¿Qué es la afectividad y cómo formarla?

8.3. La formación de la voluntad, clave fundamental en la conducta y la realización humana

OBJETIVOS

REGIONALIZACIÓN DE MANUALES DE ESCUELAS DE PADRES

OBJETIVO GENERAL

Proporcionar a los padres de familia del Estado de Jalisco, una capacitación sistemática, específica y sólida, basada en las características más representativas de su región, con el propósito de optimizar la función formativa-educativa de sus familias y promover la mejora de la sociedad.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Fomentar una actitud de respeto a la dignidad de la persona, independientemente de cuál sea su condición, fundamentada en los principios antropológicos y éticos para que el respeto por la persona sea fundamental en cada hogar.

2. Favorecer las sanas relaciones intrafamiliares y una eficiente acción formativo-educativa en el ámbito familiar y en su relación con los espacios: Escolar, laboral y comunitario, a fin de permitirles una sana convivencia entre los diferentes contornos.

3. Desarrollar el manejo de una metodología participativa, a fin de que coadyuve a la asimilación de los contenidos teóricos y el cambio de actitudes vivenciales de los destinatarios en sus familias.

4. Identificar las influencias ambientales y tendencias sociales, a fin de descubrirlas y discernir en aprovechar las positivas y contrarrestar las negativas.

5. Desarrollar en los participantes, habilidades como la reflexión, escucha, diálogo y respeto para descubrir por sí mismos los

conocimientos que requieren para mejorar en su misión formativa, en la convivencia familiar y demás ámbitos que les rodean.

PERFIL DE INGRESO

Padres y madres de familia interesados y comprometidos por cambiar las relaciones familiares, la formación de los hijos y la búsqueda del mejoramiento de la comunidad en donde viven.

PERFIL DE EGRESO

Padres y madres de familia serán capaces de:

Reconocer la dignidad de todas las personas y favorecer un trato respetuoso hacia ellas.

Establecer la importancia de la constitución sólida de los matrimonios (mujer y varón), para el establecimiento de una familia sana.

Identificar a la familia, principalmente papá y mamá, como principal responsable de la formación de sus integrantes, primordialmente en la inteligencia, voluntad, libertad, responsabilidad y afectividad.

Tratar a los miembros de su familia y comunidad de acuerdo a las características específicas de cada persona (sexo, edad, situaciones personales, etc.)

Reconocer la importancia del ejercicio responsable de la autoridad en la educación familiar.

Promover el desarrollo de hábitos, valores y virtudes en la familia.

Establecer contacto con los medios que favorezcan el desarrollo positivo de su familia y comunidad.

ESTRUCTURA DE LAS SESIONES

Antes de comenzar la lectura del manual es necesario considerar los siguientes puntos importantes:

- ✓ Revisar la sesión del manual con anticipación para poder consultar dudas, conseguir el material adecuado y hacer las modificaciones pertinentes de acuerdo a las necesidades específicas del grupo.

- ✓ En cada sesión encontrarás…

  - Nombre del tema a tratar.
  - Introducción o diagnóstico (15 min.). Es la parte en la que conoceremos lo que los participantes saben sobre el tema, además de saber si han hecho su tarea asignada.
  - Desarrollo (55 min.). El tema en sí.
  - Dudas y comentarios (15 min.). Este espacio es para que se puedan responder aquellas dudas que tengan los participantes o comentarios que puedan enriquecer el tema.
  - Actividad experiencial (20 min.). Es una actividad que servirá de refuerzo al tema y en la cual se incluye el objetivo de la sesión, tamaño del grupo, material necesario y el desarrollo o procedimiento de la actividad.
  - Evaluación (15 min.). Es el momento de entregar a los participantes el formato de evaluación de la sesión y dar el tiempo necesario para que lo contesten.
  - Tarea y propósito (10 min.). Dar a los participantes las preguntas o actividad que realizarán como reflexión hasta la próxima reunión.
  - Material didáctico: Material necesario para la sesión.

Además:

- En cursiva irán las observaciones para ti como coordinador del grupo.

✓ Cuando realices actividades en las que se integren equipos de trabajo, recuerda la importancia de motivar constantemente a las personas que trabajen conjuntamente, así como designar para cada ocasión a un moderador o encargado y buscar la participación de los integrantes del grupo con opiniones en un tiempo más o menos bien distribuido.

✓ Es importante que lleves un registro sobre las observaciones que tuviste al finalizar la sesión, para que lo puedas compartir con tu Orientador Familiar, como:

- Cambio de dinámicas. Por qué cambiaste y cuál usaste en su lugar.
- Modificación en los tiempos de trabajo. Por qué lo hiciste y cómo quedó repartido el tiempo (180 min.).
- Incluir además de lo ya propuesto, otra actividad y la forma en cómo quedó distribuido el tiempo.

✓ También lleva un registro de las asistencias de los padres de familia, ya sea que les nombres lista o que los mismos papás firmen su asistencia.

✓ Encontrarás en este mismo manual, un apartado denominado CARACTERÍSTICAS DE LAS FAMILIAS POR REGIÓN, que fue obtenido a través de cuestionarios realizados a presidentas y directoras de los diferentes DIF municipales del Estado.

✓ Así mismo encontrarás un apartado llamado RECOMENDACIONES GENERALES por Módulo, en donde hay algunas especificaciones importantes de cada uno de los módulos y algunos ejercicios para reforzar los temas.

CARACTERÍSTICAS DE LAS FAMILIAS POR REGIÓN

Las características aquí descritas son el resultado de una entrevista personal con presidentas y directoras de los Sistemas DIF municipales del Estado de Jalisco, en base a un cuestionario desarrollado para este fin por personal de la Dirección de Fortalecimiento de la Familia, recabando comentarios y observaciones de los entrevistados sobre la realidad que se vivía en ese momento en la Región.

01 NORTE

Es importante tomar en cuenta las características de la población y sus necesidades específicas, para que los temas que se vean en cada grupo tengan un significado real y acorde a la vida diaria de los participantes.

Entre las características más relevantes de la región se encuentran:

- Alta migración a otros estados o países en la búsqueda de trabajo estable, por lo que se observaron familias conformadas por madre e hijos en casa (en su mayoría mujeres, pues los varones en cuanto pueden emigran de la región).

- Realizan actividades económicas como la agricultura y ganadería principalmente, el comercio en algunos municipios y la recepción de remesas. En general el ingreso por familia es bajo.

- Las actividades de diversión y recreación más usuales son la práctica del deporte, la asistencia a algunos talleres culturales, asistir a billares y bares (jóvenes), y ver televisión (sobre todo las señoras).

- Los niños y jóvenes buscan en su mayoría estudiar y trabajar, aunque también hay un porcentaje que busca irse a Estados Unidos a trabajar.

- Más de la mitad de la población de la Región es Wixarika.

- En la zona Wixarika hay mucho analfabetismo.

- Diversidad cultural y vivencia de tradiciones.

- Dentro de los grupos vulnerables de la región encontramos a:
  - Personas de la tercera edad.
  - Niños.
  - Familias de bajos recursos.
  - Jóvenes.
  - Personas con diferentes discapacidades.
  - Familias wixarika (güirrarica) que viven en lugares remotos, donde no hay vías de comunicación ni infraestructura.

- Los problemas que más afectan a las familias son:
  - Desempleo.
  - Violencia intrafamiliar.
  - División de las familias por cuestiones políticas.
  - Adicciones.
  - Alcoholismo.
  - Migración.
  - Comunidades de alta y muy alta marginación.
  - Retraso escolar.
  - Falta de pertenencia a sus comunidades.
  - Apatía de los varones (mestizos y wixarikas –güirraricas-).
  - Rotación de migrantes a sus comunidades que provocan desórdenes sociales.
  - Embarazos de adolescentes.
  - Poca valoración al trabajo del campo.
  - Siembra de sustancias tóxicas.
  - Pugnas entre grupos delictivos.

- En la mayoría de las cabeceras municipales cuentan con los servicios públicos básicos (agua, luz, drenaje, recolección de basura), y existen vías de comunicación, aunque no todas en

buen estado, sin embargo, de manera general las comunidades de los municipios no cuentan con los servicios básicos públicos.

- Las fortalezas de las familias son:
  - Unidad familiar y transmisión de valores dentro de las familias mestizas.
  - Padres de Familia responsables, que sacan adelante a sus familias.
  - Personas participativas, que colaboran entre ellos.
  - Dentro de las familias wixarika (güirraricas); sentido comunal, amor a la tierra y vivencia de costumbres y tradiciones de su propia religiosidad.

Dadas estas características, es importante que consideremos en cada uno de los temas propuestos, los siguientes aspectos:

Actividades familiares	Actividades laborales	Actividades de diversión
Ir de paseo al campo. Algunas veces hacer deporte. Transmisión de oficios. Fiestas patronales.	Agricultura. Comercio – solo algunos casos-. Ganadería. Artesanías. Diversos oficios.	Ver televisión. Deporte (más por varones que mujeres). Los jóvenes asisten a discos y bares. Fiestas patrias. Jaripeos-coleaderos.

Puedes buscar otros ejemplos que impacten más a los participantes, relacionándolos con las actividades familiares, laborales y de diversión.

02 ALTOS NORTE

Es importante tomar en cuenta las características de la población y sus necesidades específicas, para que los temas que se vean en cada grupo tengan un significado real y acorde a la vida diaria de los participantes.

Entre las características más relevantes de la región se encuentran:

- De manera general familias nucleares, es decir, integradas por papá, mamá e hijos.

- Alta migración a otros estados o países en la búsqueda de trabajo seguro y estable.

- Realizan actividades económicas como la agricultura, el comercio, artesanías, industrias (textil), obreros. En muchos casos la mujer trabaja a la par que el hombre.

- Las actividades de diversión y recreación más usuales, son la asistencia a las unidades deportivas, jardín o plaza, participar en las fiestas del pueblo, práctica de algún deporte (sobre todo los varones).

- Los niños y jóvenes estudian y trabajan, buscando las posibilidades de irse a otros lugares para lograrlo.

- Dentro de los grupos vulnerables de la región encontramos a:
  - Personas de la tercera edad.
  - Niños.
  - Personas con diferentes discapacidades.

- Los problemas que más afectan a las familias son:
  - Emigración.
  - Desempleo.
  - Adicciones.
  - Alcoholismo.
  - Violencia.
  - Machismo.
  - Tierras no cultivables y malos temporales de lluvia.
  - Analfabetismo.
  - Comunidades de alta y muy alta marginación.
  - Apatía de los varones.
  - Poca valoración al trabajo del campo.

- En la mayoría de los municipios y comunidades cuentan con los servicios públicos básicos (agua, luz, drenaje, recolección de basura), y existen vías de comunicación adecuadas.

- Las fortalezas de las familias son:
  - Convivencia familiar.
  - Familias unidas y con valores.

- Personas trabajadoras.
- Convicciones religiosas profundas.

Dadas estas características, es importante que consideremos en cada uno de los temas propuestos, los siguientes aspectos:

Actividades familiares	Actividades laborales	Actividades de diversión
Ir de paseo al campo. Algunas veces hacer deporte. Transmisión de oficios. Fiestas patronales.	Agricultura. Comercio – solo algunos casos-. Ganadería. Artesanías. Diversos oficios.	Ver televisión. Deporte (más por varones que mujeres). Los jóvenes asisten a discos y bares. Fiestas patrias. Jaripeos-coleaderos.

 Puedes buscar otros ejemplos que impacten más a los participantes, relacionándolos con las actividades familiares, laborales y de diversión.

03 ALTOS SUR

Es importante tomar en cuenta las características de la población y sus necesidades específicas, para que los temas que se vean en cada grupo tengan un significado real y acorde a la vida diaria de los participantes.

Entre las características más relevantes de la región se encuentran:

- Las familias están compuestas por papá, mamá e hijos; no son esporádicos los casos que se dividen por la alta migración, hay otros casos que emigra toda la familia.

- Una de las principales fuentes de ingreso son las remesas que llegan de Estados Unidos.

- Los niños y jóvenes dividen sus aspiraciones entre el estudio (preparación profesional), e irse a Estados Unidos a trabajar.

- En algunas ocasiones los que llegan a terminar sus estudios emigran por falta de empleo.

⇢ Dentro de los grupos vulnerables de la región encontramos a:
- Ancianos abandonados.
- Niños descuidados.
- Personas con discapacidad.

⇢ Los problemas que más afectan a las familias son:
- Adicciones.
- Alcoholismo.
- Violencia.
- Machismo.
- Falta de empleo.
- Tierras no cultivables y malos temporales de lluvia.
- Retraso escolar.
- Apatía de los varones.
- Rezago en la educación.
- Poca valoración al trabajo del campo.

⇢ En la mayoría de los municipios (cabecera y delegaciones grandes), cuentan con los servicios públicos básicos (agua, luz, drenaje, recolección de basura), en las comunidades solo el 50 % cuenta con los servicios básicos.

⇢ Existen vías de comunicación adecuadas.

⇢ Como fortalezas de la familia tenemos:
- Disposición de algunas personas a solucionar los problemas.
- Personas trabajadoras.
- Las familias se unen para ayudar a los más necesitados.
- Las costumbres y tradiciones siguen arraigadas en las familias.
- Vivencia de valores.
- Convicciones religiosas

Dadas estas características, es importante que consideremos en cada uno de los temas propuestos, los siguientes aspectos:

Actividades familiares	Actividades laborales	Actividades de diversión
Ir de paseo al campo. Algunas veces hacer deporte. Transmisión de oficios. Fiestas patronales.	Agricultura. Comercio – solo algunos casos-. Ganadería. Artesanías. Diversos oficios.	Ver televisión. Deporte (más por varones que mujeres). Los jóvenes asisten a discos y bares. Fiestas patrias. Jaripeos-coleaderos.

 Puedes buscar otros ejemplos que impacten más a los participantes, relacionándolos con las actividades familiares, laborales y de diversión.

04 CIÉNEGA

Es importante tomar en cuenta las características de la población y sus necesidades específicas, para que los temas que se vean en cada grupo tengan un significado real y acorde a la vida diaria de los participantes.

Entre las características más relevantes de la región se encuentran:

- Familias extensas y completas, en su mayoría; la otra parte de las familias están divididas por la migración.

- Las actividades económicas predominantes de la región son agricultura y ganadería; en algunos casos la pesca y el turismo representan un ingreso importante por la cercanía del lago de Chapala.

- La falta de empleo es un problema a nivel Región.

- Los niños y jóvenes aspiran a:
  - Convertirse en profesionistas.
  - Trabajar desde edades muy tempranas para recibir un sueldo.
  - La migración a Estados Unidos es un porcentaje menor.

- Los grupos más vulnerables de la región son:
  - Niños.
  - Personas de la tercera edad.
  - Mujeres; separadas y jefas de familia.

- Adolescentes y jóvenes; por influencia de drogas y alcohol.
- Personas con discapacidad.

⇢ Los problemas que más afectan a las familias son:
- Adicciones.
- Alcoholismo.
- Violencia.
- Machismo.
- Falta de convicción en la vivencia de los valores familiares.
- Indiferencia con algunas tradiciones.
- Familias separadas por la migración.
- Apatía de los varones.
- Rezago en la educación.
- Poca valoración al trabajo del campo.
- Establecimiento de comunidades extranjeras que algunas veces provocan desordenes sociales y relajación de las buenas costumbres.

⇢ La mayoría de las comunidades cuentan con los servicios públicos básicos.

⇢ Fortalezas de la familia tenemos:
- Personas trabajadoras.
- Tierras de cultivo fértiles y aprovechadas.
- Vivencia de valores y tradiciones.
- Cierta religiosidad.

Dadas estas características, es importante que consideremos en cada uno de los temas propuestos, los siguientes aspectos:

Actividades familiares	Actividades laborales	Actividades de diversión
Ir de paseo al campo. Algunas veces hacer deporte. Transmisión de oficios. Fiestas patronales.	Agricultura. Comercio – solo algunos casos-. Ganadería. Artesanías. Diversos oficios.	Ver televisión. Deporte (más por varones que mujeres). Los jóvenes asisten a discos y bares. Fiestas patrias. Jaripeos-coleaderos.

 Puedes buscar otros ejemplos que impacten más a los participantes, relacionándolos con las actividades familiares, laborales y de diversión.

05 SURESTE

Es importante tomar en cuenta las características de la población y sus necesidades específicas para que los temas que se vean en cada grupo tengan un significado real y acorde a la vida diaria de los participantes.

Entre las características más relevantes de la región se encuentran:

- La mayoría de las familias son constituidas por papá, mamá e hijos, un 30% aproximadamente son monoparentales porque el padre ha emigrado a Estados Unidos para obtener mejores recursos para su familia.

- Las principales actividades económicas de la región son agricultura y ganadería, por lo que fuera del temporal de lluvias hay pocas fuentes de trabajo; pocas mujeres tienen oportunidad de participar en las actividades económicas. En algunos municipios hay influencia turística, lo que promueve el desarrollo económico, pero también algunos problemas sociales como adicciones y prostitución (zona serrana).

- Entre los niños y jóvenes las aspiraciones sobre su futuro se encuentran divididas entre el estudio o emigrar para obtener empleo y mejores oportunidades de desarrollo económico. En la mayoría de los casos solo se cuenta hasta con preparatoria en el municipio.

- En la mayoría de comunidades tienen servicios públicos básicos (agua, luz, drenaje), y existen caminos que llegan a todas ellas (aunque algunos en malas condiciones, sobre todo en tiempo de lluvias).

- Los grupos vulnerables de la región son:
    - Ancianos abandonados, desprotegidos.
    - Niños
    - Jóvenes, con adicciones y falta de orientación.
    - Personas con diversas discapacidades.

- La problemática con la que se enfrentan son:
  - La apatía de las personas a participar (especialmente los hombres).
  - Falta una educación responsable de la sexualidad.
  - Adicciones en jóvenes; alcoholismos y drogadicción.
  - Rezago en la educación.
  - Violencia.
  - Machismo.
  - Apatía del varón.
  - Violencia intrafamiliar.
  - Falta de empleo.
  - Comunidades de alta marginación.
  - Poca valoración al trabajo del campo.

- Las fortalezas de las familias de la región son:
  - Personas trabajadoras.
  - La mayoría cree en la importancia de la familia.
  - Unidad familiar.
  - Vivencia de valores familiares
  - Cierta religiosidad.

Dadas estas características, es importante que consideremos en cada uno de los temas propuestos, los siguientes aspectos:

Actividades familiares	Actividades laborales	Actividades de diversión
Ir de paseo al campo. Algunas veces hacer deporte. Transmisión de oficios. Fiestas patronales.	Agricultura. Comercio – solo algunos casos-. Ganadería. Artesanías. Diversos oficios.	Ver televisión. Deporte (más por varones que mujeres). Los jóvenes asisten a discos y bares. Fiestas patrias. Jaripeos-coleaderos.

 Puedes buscar otros ejemplos que impacten más a los participantes, relacionándolos con las actividades familiares, laborales y de diversión.

06 SUR

Es importante tomar en cuenta las características de la población y sus necesidades específicas para que los temas que se vean en cada grupo tengan un significado real y acorde a su vida diaria de los participantes.

Entre las características más relevantes de la región se encuentran:

- *La gran mayoría de las familias son nucleares, es decir, integradas por* papá, mamá e hijos. También existen familias en las cuales la jefatura es femenina, a causa de la migración o por ser madres solteras.

- En varios municipios hay asentamientos de jornaleros migrantes indígenas que vienen a trabajar en los invernaderos, por lo que los galerones donde se hospedan pertenecen a los patrones, siendo establecimientos en muy malas condiciones, con hacinamiento de personas y no cuentan con los servicios necesarios e indispensables.

- Realizan actividades económicas, como la agricultura (invernaderos y empacadoras), ganadería, comercio, industrias (aserraderos), obreros. En muchos casos la mujer trabaja a la par que el hombre.

- Las actividades de diversión y recreación más usuales son la asistencia a las unidades deportivas, jardín o plaza, participar en las fiestas del pueblo, práctica de algún deporte (sobre todo los varones), y la asistencia a talleres culturales.

- Los niños y jóvenes estudian y trabajan, buscando las posibilidades de irse a otros lugares para estudios profesionales.

- Dentro de los grupos vulnerables de la región encontramos a:
    - Madres adolescentes.
    - Ancianos abandonados.
    - Niños y adultos discapacitados, contando con un número importante en la región.
    - Niños en abandono y maltratados.

- Los problemas que más afectan a las familias son:
  - Adicciones; drogas y alcohol.
  - Violencia intrafamiliar.
  - Falta de empleo.
  - Desintegración familiar.
  - Apatía en el varón.
  - Rezago de educación.
  - Comunidades de alta marginación.
  - Poca valoración al trabajo del campo.

- En la mayoría de los municipios y comunidades cuentan con los servicios públicos básicos (agua, luz, drenaje, recolección de basura), y existen vías de comunicación adecuadas, aunque en temporal de lluvias se descomponen.

- Las fortalezas de las familias de la región son:
  - Unión familiar.
  - Familias creyentes – religiosas.
  - Unidas; apoyan los proyectos de mejora.
  - Participativas.

Dadas estas características es importante que consideremos en cada uno de los temas propuestos, los siguientes aspectos:

Actividades familiares	Actividades laborales	Actividades de diversión
Ir de paseo al campo. Algunas veces hacer deporte. Transmisión de oficios. Fiestas patronales.	Agricultura. Comercio – solo algunos casos-. Ganadería. Artesanías. Diversos oficios.	Ver televisión. Deporte (más por varones que mujeres). Los jóvenes asisten a discos y bares. Fiestas patrias. Jaripeos-coleaderos.

 Puedes buscar otros ejemplos que impacten más a los participantes, relacionándolos con las actividades familiares, laborales y de diversión.

07 SIERRA DE AMULA

Es importante tomar en cuenta las características de la población y sus necesidades específicas para que los temas que se vean en cada grupo tengan un significado real y acorde a la vida diaria de los participantes.

Entre las características más relevantes de la región se encuentran:

- De manera general familias nucleares, es decir, integradas por papá, mamá e hijos. Aunque también se encuentran las que son dirigidas por mujeres a causa de la migración de los varones.

- La emigración es muy cambiante entre los municipios de la región, en algunos es un porcentaje alto y en otros es mínimo.

- Realizan actividades económicas como la agricultura y ganadería, en pocos casos hay empleados en fábricas o en la construcción. Las mujeres generalmente no trabajan fuera de casa.

- En los municipios con alta migración sobreviven con las remesas que llegan de los Estados Unidos de Norteamérica.

- Las actividades de diversión y recreación más usuales, son la asistencia a las unidades deportivas, jardín o plaza los domingos, asistencia a talleres culturales.

- De manera general los niños y jóvenes buscan estudiar y seguir preparándose, sin embargo por cuestiones económicas buscando las posibilidades de irse a otros lugares para lograrlo (principalmente en algunos municipios su mirada está puesta en Estados Unidos).

- Dentro de los grupos vulnerables de la región encontramos a:
  - Niños – adolescentes - jóvenes: Adicciones, alcoholismo y violencia.
  - Ancianos desprotegidos por las familias.
  - Padres de familia que cómodamente no asumen su responsabilidad de ser padres.
  - Personas con diferentes discapacidades.

- Los problemas que más afectan a las familias son:
  - Falta de empleo.
  - Migración.
  - Adicciones.
  - Alcoholismo.
  - Machismo.

- Poca valoración al campo.
- Apatía del varón.
- Rezago educativo.
- Falta de pertenencia y amor a la tierra.
- Comunidades de alta y muy alta marginación.

⇢ En la mayoría de los municipios y comunidades cuentan con los servicios públicos básicos (agua, luz, drenaje, recolección de basura), y existen vías de comunicación adecuadas, sin embargo hay algunas comunidades aisladas que no cuentan con lo necesario respecto a los servicios básicos.

⇢ Las fortalezas de las familias de la región son:

- Solidarios.
- Unidos.
- Religiosos.
- Transmisión de valores.

Dadas estas características, es importante que consideremos en cada uno de los temas propuestos, los siguientes aspectos:

Actividades familiares	Actividades laborales	Actividades de diversión
Salir a la plaza los domingos, al balneario o al campo. Asistir a eventos deportivos (sobre todo los fines de semana). Fiestas patronales. Transmisión de valores.	Agricultura. Ganadería. Artesanías. Transmisión de oficios. Es raro que las mujeres trabajen fuera del hogar, ya sea por falta de empleo o porque los esposos no se los permiten.	Ver televisión. Deporte. Los jóvenes: Discos, bares y billares. Salir a las plazas. Fiestas patrias. Como relativamente está cerca la costa, se acude de vacaciones al mar.

 Puedes buscar otros ejemplos que impacten más a los participantes, relacionándolos con las actividades familiares, laborales y de diversión.

08 COSTA SUR

Es importante tomar en cuenta las características de la población y sus necesidades específicas para que los temas que se vean en cada grupo tengan un significado real y acorde a la vida diaria de los participantes.

Entre las características más relevantes de la región se encuentran:

- Las familias están compuestas por papá, mamá e hijos, y en algunos casos son familias extensas o numerosas y familias indígenas, oriundas de otros estados de la República mas ya se han asentado en colonias en la región señalada. También hay familias con jefatura femenina (madres solteras).

- Dentro de la misma región se encuentran algunas comunidades indígenas Nahuas, que han perdido lengua y vestuario, mas conservan sus tradiciones que parece una mezcolanza de sincretismo.

- En varios municipios hay asentamientos de jornaleros migrantes indígenas que realizan trabajo de campo en los diferentes cultivos, desde la papaya hasta la caña de azúcar, mientras trabajan se hospedan en galerones de las mismas empresas donde hay hacinamiento y falta de recursos e infraestructura adecuada y necesaria.

- Realizan actividades económicas como la agricultura, el comercio, turismo-servicios, trabajos temporales de albañilería.

- Las actividades de diversión y recreación más usuales son la práctica de algún deporte, asistir al jardín o plaza, participar en las fiestas del pueblo, salir al campo y a los ríos.

- En general los niños y jóvenes estudian y trabajan, buscando las posibilidades de irse a otros lugares para lograrlo.

- Dentro de los grupos vulnerables de la región encontramos a:
  - Familias separadas.
  - Niños y adolescentes.
  - Ancianos.
  - Personas con diferentes discapacidades.

- Los problemas que más afectan a las familias son:
  - Desintegración familiar.
  - Violencia intrafamiliar.
  - Adicciones: Drogas, alcohol.
  - Falta de empleo.
  - Abuso infantil.

- Prostitución.
- Indiferencia del varón.
- Migración.
- Rezago educativo.
- Deforestación.

⇢ En la mayoría de los municipios y comunidades cuentan con los servicios públicos básicos (agua, luz, drenaje, recolección de basura), y existen vías de comunicación adecuadas. Sin embargo hay comunidades retiradas de cabeceras municipales a las que se dificulta el acceso por no contar con caminos adecuados.

⇢ Las fortalezas de las familias de la región son:
- Solidarios cuando se necesita.
- Participativos.
- Familias unidas y extensas.
- Cierta religiosidad.

Dadas estas características es importante que consideremos en cada uno de los temas propuestos, los siguientes aspectos:

Actividades familiares	Actividades laborales	Actividades de diversión
Salir a la plaza los domingos, al balneario o al campo. Asistir a eventos deportivos (sobre todo los fines de semana). Fiestas patronales. Transmisión de valores.	Agricultura. Ganadería. Artesanías. Transmisión de oficios. Es raro que las mujeres trabajen fuera del hogar, ya sea por falta de empleo o porque los esposos no se los permiten.	Ver televisión. Deporte. Los jóvenes: Discos, bares y billares. Salir a las plazas. Fiestas patrias. Como relativamente está cerca la costa, se acude de vacaciones al mar.

 Puedes buscar otros ejemplos que impacten más a los participantes, relacionándolos con las actividades familiares, laborales y de diversión.

09 COSTA NORTE

Es importante tomar en cuenta las características de la población y sus necesidades específicas, para que los temas que se vean en cada grupo tengan un significado real y acorde a la vida diaria de los participantes.

Entre las características más relevantes de la región se encuentran:

- En las familias encontramos;
  - Monoparentales (madres solteras y por la migración de los esposos).
  - Familias compuestas o reconstruidas.
  - Familias extensas, donde los abuelos se hacen cargo de los nietos.

- Las actividades económicas que realizan difieren entre un municipio y otro;
  - Puerto Vallarta y Cabo Corrientes: principalmente turismo y comercio, y es poca la siembra.
  - Tomatlán: Agricultura, ganadería y pesca.

- Las actividades de diversión y recreación más usuales son; la asistencia a las unidades deportivas, asistir a bailes o conciertos, algunas actividades culturales organizadas por el municipio.

- Los niños y jóvenes estudian y trabajan por las posibilidades de encontrar empleo en Vallarta, sin embargo existe un gran rezago educativo en las comunidades de los tres municipios, por los que los niños tienen que trabajar desde pequeños. Cabe hacer la aclaración que en las cabeceras municipales se cuenta con lo necesario, mas las demás localidades no cuentan con esa fortuna.

- Dentro de los grupos vulnerables de la región encontramos a:
  - Niños: En situación de calle, no deseados, menores trabajadores.
  - Ancianos abandonados.
  - Mujeres maltratadas y madres solteras.
  - Personas con diferentes discapacidades.

- Los problemas que más afectan a las familias son:
  - Embarazo en adolescentes.
  - Adicciones: Droga y alcohol.
  - Falta de una educación integral de la sexualidad.
  - Desintegración familiar.
  - Machismo.
  - Indiferencia de la mujer.

- Violencia intrafamiliar.
- Falta de empleo en comunidades y localidades.
- Abuso infantil.
- Prostitución.
- Hacinamientos de personas.
- Indiferencia del varón.
- Migración, tanto de los originarios de los municipios como de otros estados, principalmente indígenas de diferentes etnias.
- Rezago educativo.
- Deforestación y explotación de playas por parte de particulares, desalojando a los ejidatarios.
- Vida cara (productos básicos de costo elevado al común de las demás regiones).
- Falta de congruencia en la vivencia de los valores.
- Moral relajada.
- Desórdenes por visita de extranjeros.
- Poca organización y participación.
- Incremento de antros, cantinas y bares.
- Falta de pertenencia al municipio de origen y mayor migración a Puerto Vallarta.
- Explotación laboral por parte de las cadenas hoteleras.

⇢ En la mayoría de los municipios y comunidades cuentan con los servicios públicos básicos (agua, luz, drenaje, recolección de basura), y existen vías de comunicación adecuadas, sin embargo para ir a comunidades lejanas solo hay terracerías que en temporal de lluvias muchas de ellas quedan incomunicadas, no hay transporte público para cubrir todas las necesidades de movilidad de la población y una minoría no tiene los servicios públicos básicos.

⇢ En las fortalezas de las familias de la región encontramos:
- Cierta disposición de participar.
- Estar en un lugar (o cerca de), con amplia oferta laboral.

Dadas estas características es importante que consideremos en cada uno de los temas propuestos, los siguientes aspectos:

Actividades familiares	Actividades laborales	Actividades de diversión
Salir a la plaza los domingos, al balneario o al campo. Asistir a eventos deportivos (sobre todo los fines de semana). Fiestas patronales. Transmisión de valores.	Agricultura. Ganadería. Artesanías. Transmisión de oficios. Es raro que las mujeres trabajen fuera del hogar, ya sea por falta de empleo o porque los esposos no se los permiten.	Ver televisión. Deporte. Los jóvenes: Discos, bares y billares. Salir a las plazas. Fiestas patrias. Como relativamente está cerca la costa, se acude de vacaciones al mar.

 Puedes buscar otros ejemplos que impacten más a los participantes, relacionándolos con las actividades familiares, laborales y de diversión.

10 SIERRA OCCIDENTAL

Es importante tomar en cuenta las características de la población y sus necesidades específicas para que los temas que se vean en cada grupo tengan un significado real y acorde a la vida diaria de los participantes.

Entre las características más relevantes de la región se encuentran:

- Las familias en esta región están compuestas de diversas maneras; familias nucleares, es decir, integradas por papá, mamá e hijos, madres solteras que son apoyadas por la familia extensa para el cuidado de los hijos; aquellas que son jefatura femenina por la emigración del padre.

- Alta migración a otros estados o países en la búsqueda de trabajo.

- Realizan actividades económicas como la agricultura, ganadería, artesanías y comercio.
- Las actividades de diversión y recreación más usuales son la asistencia a las unidades deportivas, el ir al jardín o plaza y participar en las fiestas del pueblo.

- Los niños y jóvenes estudian y trabajan, sin embargo también emigran en búsqueda de mejores posibilidades económicas (a Estados Unidos).

- Dentro de los grupos vulnerables de la región encontramos a:
  - Ancianos enfermos y abandonados.
  - Jóvenes: Adicciones.
  - Niños – adolescentes: Prostitución.
  - Personas con diferentes discapacidades.

- Los problemas que más afectan a las familias son:
  - Violencia intrafamiliar.
  - Machismo.
  - Adicciones: Alcoholismo, drogadicción.
  - Falta de empleo.
  - Rezago educativo.
  - Indiferencia de los varones.
  - Falta de empleo en comunidades y localidades.

- En la mayoría de los municipios y comunidades cuentan con los servicios públicos básicos (agua, luz, drenaje, recolección de basura), y existen vías de comunicación, sin embargo para ir a algunas comunidades solo es posible por terracería que en tiempo de lluvias no es transitable y un buen número no cuenta con los servicios básicos necesarios.

- Las fortalezas de las familias de la región son:
  - Se cuida a la familia, sobre todo a las mujeres.
  - Unidad familiar.
  - Familias conservadoras, con valores.
  - Participativos.
  - Solidarios.
  - Cierta religiosidad.

Dadas estas características es importante que consideremos en cada uno de los temas propuestos, los siguientes aspectos:

Actividades familiares	Actividades laborales	Actividades de diversión
Salir a la plaza los domingos, al balneario o al campo. Asistir a eventos deportivos (sobre todo los fines de semana). Fiestas patronales. Transmisión de valores.	Agricultura. Ganadería. Artesanías. Transmisión de oficios. Es raro que las mujeres trabajen fuera del hogar, ya sea por falta de empleo o porque los esposos no se los permiten.	Ver televisión. Deporte. Los jóvenes: Discos, bares y billares. Salir a las plazas. Fiestas patrias. Como relativamente está cerca la costa, se acude de vacaciones al mar.

 Puedes buscar otros ejemplos que impacten más a los participantes, relacionándolos con las actividades familiares, laborales y de diversión.

11 VALLES

Es importante tomar en cuenta las características de la población y sus necesidades específicas, para que los temas que se vean en cada grupo tengan un significado real y acorde a la vida diaria de los participantes.

Entre las características más relevantes de la región se encuentran:

- Muchas familias nucleares, es decir, integradas por papá, mamá e hijos. Aunque también encontramos familias monoparentales (por causa de la migración o separación –en algunos casos-) encabezadas por mujeres.

- Alta migración a otros municipios, estados o países en la búsqueda de trabajo permanentes y mejor remunerados.

- Realizan actividades económicas como la agricultura, el comercio, industrias, ganadería, remesas. En algunos casos la mujer trabaja a la par que el varón.

- Las actividades de diversión y recreación más usuales son la asistencia a las unidades deportivas, jardín o plaza, participar en las fiestas del pueblo, práctica de algún deporte (sobre todo los varones), ver la televisión.

- Los niños y jóvenes estudian y trabajan, buscando las posibilidades de irse a otros lugares para lograrlo.

- Dentro de los grupos vulnerables de la región encontramos a…
  - Niños- adolescentes- jóvenes.
  - Mujeres sometidas al esposo.
  - Ancianos abandonados.
  - Personas con diferentes discapacidades.

- Los problemas que más afectan a las familias son…
  - Adicciones: Drogas y alcohol.
  - Vandalismo.
  - Prostitución.
  - Desintegración familiar.
  - Violencia intrafamiliar.
  - Machismo marcado.
  - Indiferencia de los varones.
  - Rezago educativo.
  - Falta de trabajos estables en comunidades y localidades.
  - Poca valoración al trabajo del campo.
  - Deforestación.
  - En algunos municipios cercanos a la zona metropolitana de Guadalajara; cambio de suelo en construcción de asentamientos habitacionales, generando problemáticas de sobrepoblación en ciertas áreas.
  - Alta contaminación en la quema de la caña de azúcar.
  - Hacinamiento de personas.

- En la mayoría de los municipios y comunidades cuentan con los servicios públicos básicos (agua, luz, drenaje, recolección de basura), y existen vías de comunicación adecuadas, sin embargo en los más distantes tienen carencias básicas de los servicios públicos.

- De las fortalezas de las familias de la región encontramos:
  - Familias religiosas.
  - Unidad.
  - Personas participativas, compañerismo.
  - Comunidades con actividades económicas estables.

Dadas estas características, es importante que consideremos en cada uno de los temas propuestos, los siguientes aspectos:

Actividades familiares	Actividades laborales	Actividades de diversión
Actividades de ayuda a los demás a través de las asociaciones religiosas. Transmisión de valores, cultura y tradiciones. Fiestas patronales. Paseos familiares.	Fábricas. Pequeñas industrias. Agricultura. Comercio. Turismo y artesanías en algunos municipios.	Ver la televisión. Salir a la plaza y jardín con amigos. Fiestas patrias. Conciertos. Hacer deporte. Asistir a bares y fiestas. Bailes.

- Puedes buscar otros ejemplos que impacten más a los participantes, relacionándolos con las actividades familiares, laborales y de diversión.

12 CENTRO

Es importante tomar en cuenta las características de la población y sus necesidades específicas para que los temas que se vean en cada grupo tengan un significado real y acorde a la vida diaria de los participantes.

Hay que destacar aquí que los municipios de Guadalajara, Tonalá, Zapopan y Tlaquepaque se ven poco o casi nada reflejados en estas características por su situación de zona urbana.

Entre las características más relevantes de la región se encuentran:

- Muchas familias nucleares, es decir, integradas por papá, mamá e hijos. Aunque también encontramos las monoparentales dirigidas en su mayoría por madres solteras o separadas.

- Realizan actividades económicas, como la agricultura, ganadería, el comercio, industrias (obreros). En muchos casos la mujer trabaja a la par que el varón.

- Las actividades de diversión y recreación más usuales son la asistencia a las unidades deportivas, jardín o plaza, participar en las fiestas del pueblo, eventos religiosos; practican algún deporte

(sobre todo los varones), asistencia a talleres culturales y conciertos.

- Los niños y jóvenes estudian y trabajan, en su mayoría, hay un buen número de ellos que emigran a la zona metropolitana en busca de mejores posibilidades de estudio y economía.

- Dentro de los grupos vulnerables de la región encontramos a:
  - Familias en extrema pobreza.
  - Ancianos abandono.
  - Niños –adolescentes – jóvenes: Adicciones.
  - Personas con diferentes discapacidades.

- Los problemas que más afectan a las familias son:
  - Falta de empleo.
  - Embarazo en adolescentes.
  - Violencia intrafamiliar.
  - Adicciones a drogas y alcohol.
  - Pandillerismo.
  - Abuso sexual infantil.
  - Hacinamiento.
  - Migración a la Zona Metropolitana y viceversa.
  - Falta de una educación integral de la sexualidad.
  - Desintegración familiar.
  - Machismo.
  - Indiferencia de la mujer.
  - Espacios habitacionales mal planeados.
  - Prostitución.
  - Indiferencia del varón.
  - Migración, tanto de los originarios de otros municipios, como de otros estados, principalmente indígenas de diferentes etnias.
  - Rezago educativo.
  - Falta de congruencia en la vivencia de los valores.
  - Moral relajada.
  - Poca o nula organización y participación comunitaria.
  - Incremento de antros, cantinas, moteles y bares.

- Indiferencia ante las necesidades del otro.

- En la mayoría de los municipios y comunidades cuentan con los servicios públicos básicos (agua, luz, drenaje, recolección de basura), y existen vías de comunicación adecuadas.
- Las fortalezas de las familias son:
  - Unidad.
  - Disponibilidad de trabajo – participativos.
  - Valores.
  - Cierta religiosidad.

Dadas estas características es importante que consideremos en cada uno de los temas propuestos, los siguientes aspectos:

Actividades familiares	Actividades laborales	Actividades de diversión
Actividades de ayuda a los demás a través de las asociaciones religiosas. Transmisión de valores, cultura y tradiciones. Fiestas patronales. Paseos familiares.	Fábricas. Pequeñas industrias. Agricultura. Comercio. Turismo y artesanías en algunos municipios.	Ver la televisión. Salir a la plaza y jardín con amigos. Fiestas patrias. Conciertos. Hacer deporte. Asistir a bares y fiestas. Bailes.

Puedes buscar otros ejemplos que impacten más a los participantes, relacionándolos con las actividades familiares, laborales y de diversión.

RECOMENDACIONES GENERALES POR MÓDULO

También es importante que de acuerdo a los temas abordados en cada módulo recordemos lo siguiente:

Módulo I

- Considerar el valor de la vida y de la persona desde su concepción hasta la muerte, de manera que revaloremos el papel de ancianos y mujeres en la vida de familia y social, ya que muchas veces los relegamos y/o abandonamos.

- Basándonos en la dignidad de la persona, promover un autoconcepto positivo en los participantes como base de su autoestima, para que puedan promover una formación correcta de la misma a sus hijas e hijos.

- Reconocer las diferencias de hombre y mujeres para saber la necesidad de una complementariedad, pues es tan positivo y necesario lo que hace un hombre como lo que hace una mujer.

  Anexo 1: Ejercicio de Autoconocimiento.

  Anexo 2: Formación del Autoconcepto.

Módulo II

- En estos temas es importante que propongamos las formas de estimular a los niños de acuerdo a sus edades y características, tomando en cuenta el medio en el que se desarrollan (comunidad, pueblo, ranchería, comunidad wixarika -güirrarica-)

pues aun así podemos ser creativos apoyándonos en los recursos con que contamos, y de esta manera brindar mejores herramientas a los padres de familia en la formación de sus pequeños.

- Estar muy pendientes de lo que ven nuestros hijos a través de los programas de televisión, juegos de video, Internet, conocer qué hace con sus amigos y qué hacen en el tiempo libre; esto nos pone en alerta cuando algún contenido de los programas no es adecuado a su edad o si hay alguna influencia negativa por parte de los amigos.

- Tener actividades para los niños de acuerdo a su edad:
  - Responsabilidades en casa; tender la cama, recoger los trastes, poner la mesa, tender la ropa, doblar y guardar la ropa, recoger sus juguetes, etc.
  - Talleres deportivos, de dibujo, pintura, etc., ofrecidos por instituciones privadas o públicas como los DIF municipales.
  - Poner horarios para todas las actividades; tareas escolares, tareas en casa, tiempo de juego, tiempo de talleres, hora de acostarse y levantarse, etc.

Anexo 3: Calendario de Desarrollo Infantil.

Módulo III

- Promover siempre las actividades juveniles positivas (torneos deportivos, labores de asistencia social, campañas en contra del alcohol y drogas, campamentos, entre otras), como medio de prevención de problemas sociales; adicciones, violencia, etc.

- Así mismo para los adultos promover actividades que ayuden a favorecer sus relaciones sociales, salud; sin olvidar la importancia de los momentos en los que es necesario convivir en familia como;
  - Una hora familiar a la semana.
  - Establecer por lo menos una comida juntos al día, tanto como se pueda.
  - Hacer visitas a familiares o amigos en familia.
  - Hacer algún tipo de voluntariado en familia, etc.

- Revalorar la importancia de los ancianos, como aquellos que han logrado los beneficios que tenemos como sociedad y familia e integrarlos a actividades sociales y familiares (festejos, visitarlos, cuidarlos y atenderlos en sus enfermedades).

Anexo 4: Desarrollo Evolutivo de la Persona.

Módulo IV

- Dadas las características de la región, es muy importante que hagamos énfasis en el desarrollo de los hábitos, valores y virtudes familiares y sociales, que nos ayuden a prevenir acciones que perjudican a la persona, así como un trato desigual dentro de las familias. Cabe hacer la aclaración que en este capítulo solo se reflexiona con algunos valores, sin menoscabo de los demás y conforme a la vivencia de cada familia, pues tendrá su propia escala de valores y virtudes a fomentar y vivir entre los integrantes de la familia.

- Establecer junto con ellos actividades que promuevan el desarrollo de hábitos, valores y virtudes, tomando en cuenta las características más específicas de la comunidad.

- Promocionar espacios a grupos de jóvenes para que tengan actividades recreativas que les ayuden a su desarrollo físico, social y espiritual.

- Invitar a los padres de familia a estar al pendiente de las lecturas que acostumbran sus hijos, conocer a los amigos, saber cuáles son las páginas de Internet que consulta y tener mucho cuidado con quien “chatea” y cuáles son los temas de conversación (sobre todo en las comunidades donde se tienen estos medios electrónicos), así como quiénes son sus confidentes.

- Recalcar a los padres de familia la importancia de establecer junto con los adolescentes y jóvenes, actividades que promuevan el desarrollo de estas virtudes, tomando en cuenta las características más específicas de la comunidad.

Anexo 5: Educación en Valores.

Módulo V

- Reafirmar la importancia del papá dentro de las decisiones en la vida familiar, aunque no se encuentre físicamente en el hogar (hacerlo partícipe), a través de las vías de comunicación que se tienen con él.

- Revalorar la importancia de una autoridad compartida y complementaria entre papá y mamá.

- Motivar a que los padres de familia practiquen la observación y conocimiento de la personalidad de cada uno sus hijos, para establecer un estilo correcto de autoridad con cada uno de ellos.

Módulo VI

- Reafirmar a los padres de familia que la vivencia del amor como parámetro para las actividades familiares es la mejor brújula para establecer relaciones amorosas sin perder de vista los límites, disciplina, responsabilidades y consecuencias.

- Reiterar la importancia de que la verdadera educación sexual se otorgue dentro de casa, de manera clara y sincera, recordando que los niños, adolescentes y jóvenes tienen mucha información sobre la sexualidad que los aleja de la verdad.

Anexo 6: Etapas en la educación de la sexualidad.

Módulo VII

- Recordar que el vínculo y pacto matrimonial constituyen un compromiso basado en el amor entre los cónyuges (mujer y varón), y es indisoluble, el cual se debe ir fomentando cada día. Para lo cual es importante que los esposos y esposas traten de reconquistar a su cónyuge con pequeños detalles que se han ido olvidando, como llegar con flores para la esposa o estar arregladas cuando llega el esposo, hacerle de comer lo que le gusta, salir solos a pasear (por ejemplo salir juntos a la plaza), no dormirse disgustados y sonreír al despertar, etc. Recordar con frecuencia aquello de lo cual se enamoraron de su pareja.

- La paternidad / maternidad responsable no consiste solamente en el acuerdo entre los esposos sobre el número de hijos que desean tener, sino que también implica el estar conscientes de que es importante satisfacer sus necesidades, materiales, afectivas, espirituales e intelectuales de los hijos; por lo tanto se debe tener una atención constante de los hijos y su desarrollo integral o perfeccionamiento como persona.

- La comunicación entre los esposos es parte fundamental de su relación, por lo que debe estar basada en el respeto, sinceridad y ayuda mutua. Recordando que somos distintos como personas y las características propias que tenemos como hombre y como mujeres, y que están basadas en diferencias en nuestro cerebro como:

    - Hombre y mujer, complementariedad y diferencias, **Anexo 7**

- Algunos puntos importantes a considerar para una comunicación efectiva en el matrimonio son:

    - Reconquistar al otro paso a paso, **Anexo 8**.

Módulo VIII

- Una de las capacidades específicas de los seres humanos es el pensamiento, por lo tanto es muy importante que como padres de familia establezcamos los momentos y los aspectos necesarios para motivar e impulsar a nuestros hijos a pensar sobre lo que les rodea, despertando en ellos el análisis y reflexión de lo que les acontece en el día a día, sobre todo la gran influencia de los medios de comunicación (juegos de video, televisión, Internet, etc.).

- Establecer actividades concretas de acuerdo a las comunidades y las posibilidades económicas, sobre:
    - Aprender a pensar. **Anexo 9** Formación de la inteligencia.
    - Formación de la afectividad. **Anexo 10.**
    - Formación de la voluntad. **Anexo 11**.

TEMARIO

SESIÓN INTRODUCTORIA

Al ser ésta la primera sesión con los papás, es importante realizar algunas actividades antes de comenzar con los temas del programa, por lo que el desarrollo de actividades en esta ocasión es diferente al del resto de los temas.

BIENVENIDA Y PRESENTACIÓN DEL COORDINADOR
(10 min.)

Bienvenidos a este curso de Escuela de Padres y Madres de Familia, y al mismo tiempo ¡Felicidades! Por darse la oportunidad de compartir sus experiencias y conocimientos para que todos mejoremos nuestra labor como papás, que es la tarea más importante que tenemos: Ayudar a que nuestros hijos sean mejores cada día y alcancen su máximo desarrollo como personas.

Mi nombre es _____ soy parte del Sistema DIF _____ como (voluntario, coordinador de Escuela de Padres, Orientador Familiar); he trabajado con grupos de Escuela de Padres desde _____. Mi familia es _____, mis pasatiempos son _____. Es muy importante que en esta parte seamos confiables a los padres de familia que nos están

escuchando, para provocar un ambiente de cercanía y participación en el grupo, por lo que sugiero platiques sobre tu experiencia como parte de una familia, ya sea la de tus padres o la propia.

Vamos comenzando con una pequeña reflexión sobre la importancia de ser mamá y papá para una convivencia adecuada con nuestros hijos a partir de un texto. (Puedes llevar este pensamiento u otro que tenga el objetivo antes mencionado, en un cartel o diapositiva para que esté a la vista de todos)

> Y una mujer que llevaba un niño contra su pecho le preguntó a un maestro: Háblanos de los hijos. Y él respondió: Sus hijos no son sus hijos. Son los hijos y las hijas de los anhelos que la vida tiene de sí misma. Vienen a través de ustedes, mas no son de ustedes, y aunque vivan con ustedes, no les pertenecen. Podrán darles su amor, mas no sus pensamientos, pues ellos tienen sus propios pensamientos. Podrán albergar sus cuerpos mas no sus almas, porque sus almas moran en la casa del mañana, que ni aun en sueños pueden visitar. Podrán esforzarse por ser como ellos, mas no intenten hacerlos como ustedes, porque la vida no marcha hacia atrás, ni se detiene en el ayer. Ustedes son el arco por medio del cual sus hijos son disparados como flechas vivas. El arquero ve el blanco sobre el camino del infinito, y los dobla con toda su fuerza a fin de que sus flechas vayan veloces y lejos. Que el hecho pues, de estar doblados en manos del arquero sea para su dicha, porque así como él ama la flecha que dispara, ama también el arco que permanece firme; por esc ustedes tienen la oportunidad de vivir su vida y la libertad de amar y hacer su vida. Deja que tus hijos vuelen solos del nido cuando llegue la hora y no les reclames para que vuelvan, ellos te querrán por siempre y tendrán también su nido del cual algún día ellos solos quedaran, pero fue su nido y su vida, déjalos libres, ámalos con libertad, no apagues el fuego de su hogar, vive y deja vivir, y ellos siempre te querrán.
>
> *-Kahlil Gibrán.*

También puedes usar este otro pensamiento, de acuerdo a las características del grupo.

> Padres buenos hay muchos; buenos padres, hay pocos.
> No es difícil ser un padre bueno; en cambio, no hay nada más difícil que ser un buen padre.

Puedes hacer la lectura del texto varias veces y preguntar a los asistentes ¿cuál es la reflexión que hacen sobre el pensamiento que se leyó?

DINÁMICA DE INTEGRACIÓN
(35 min.)

En este momento tendremos una actividad en la cual vamos a presentarnos todos, pues estaremos conviviendo durante aproximadamente 9 meses cada semana, y compartiremos no solo el

tiempo, sino también nuestras experiencias de vida. Por lo que los invito a seguir las indicaciones:

Está actividad puedes realizarla dentro del lugar donde se llevarán a cabo las sesiones o al aire libre, de acuerdo a las condiciones que haya en ese momento.

Se realizará una dinámica llamada:
La pelota preguntona.

Material:
Una pelota mediana, una campana o un silbato para detener el juego.

Personas:
Máximo 30.

Desarrollo:

El animador explica el desarrollo de la dinámica; mientras entonan una canción o se deja correr cierto tiempo, se hace correr la pelota de mano en mano. Cuando se escucha la señal (la campana o el silbato), la persona que tienen la pelota, en voz alta dice su nombre, qué es lo que más le gusta hacer y por qué está aquí. El juego continúa de la misma manera hasta que se presentan todas las personas. En caso de que la misma persona quede otra vez con la pelota, platica algo diferente sobre sí mismo al resto del grupo (estado civil, número de hijos, pasatiempos, etc.) Estar atentos a que todos los padres de familia se presenten.

Les agradezco su participación y les invito a que, entre todos construyamos un ambiente de confianza, amistad y colaboración para mejorar como personas y padres de familia.

DIAGNÓSTICO/EXPECTATIVAS DEL GRUPO
(10 min.)

Los invito a ocupar nuevamente sus lugares para continuar con la sesión de trabajo, respiremos hondo y profundo para seguir adelante.

Me gustaría conocer ¿Cuáles son sus inquietudes sobre este curso? ¿Qué esperan conocer? ¿Qué esperan hacer? ¿Hay algún tema en especial que les gustaría conocer más? Invitar a participar a la mayoría de los asistentes con preguntas dirigidas a quien no haya dicho nada. Puedes ir anotando las respuestas de los papás y mamás en hojas de rotafolio para hacer un comparativo cuando presentes el programa del curso.

PRESENTACIÓN DEL CURSO
(15 min.)

Ahora vamos a ver si estas dudas e inquietudes que ustedes tienen se pueden resolver con los temas que vamos a estar revisando durante el curso.

Este momento es para exponer el objetivo, los temas, la estructura de las sesiones y la evaluación que se sugiere tendrás que realizar a los asistentes. Para la presentación de lo mencionado, puedes hacerlo por medio de una presentación en Power Point o en hojas de rotafolio para que sea visible; además es importante que se relacione con los puntos que para ellos son importantes y que nos dijeron en la parte de las expectativas del grupo.

REGLAMENTO GRUPAL
(15 min.)

Antes de continuar, necesitamos establecer las condiciones básicas y necesarias para el desarrollo de cada sesión, es decir, hay que poner las “reglas del juego” o el reglamento grupal.

¿Qué sucedería si en el trabajo no tuviéramos un horario de entrada y salida? ¿O si en la calle no hubiera reglas para los vehículos: alto, siga, etc.? Como personas en relación necesitamos orden para que ayude a que convivamos de la mejor forma y colaboremos entre todos. Por lo tanto, para que nuestro grupo llegue a cumplir de la mejor manera su objetivo, debemos establecer un reglamento grupal. Puedes tener como base el reglamento sugerido por tu Orientador Familiar, para evitar que olvides algún punto importante.

¿Qué reglas creen que necesitamos establecer? A través de preguntas a los asistentes promover la participación para que haya aportaciones en relación a la puntualidad, respeto, participación, asistencias, disposición, responsabilidad y compromiso. Puedes ir anotando las aportaciones en hojas de rotafolio, al terminar la sesión de manera particular es muy buena opción pasar el reglamento en limpio y en la medida de lo posible dejarlo a la vista de los asistentes durante el curso, para cuando sea necesario poder recurrir a él.

FICHA DE INSCRIPCIÓN

(20 min.)

El programa de Escuela de Padres y Madres de Familia, es un subprograma de trabajo del Sistema DIF Jalisco y para registrar sus asistencias y poder entregarles una constancia a aquellos que cumplan con el 80 por ciento de las asistencias (mínimo, qué mejor que todos asistan a las 34 sesiones), al término del curso es necesario contar con algunos datos personales.

Repartir y dar las indicaciones para el llenado correcto y completo de la ficha de inscripción (ayudando de manera personal a quien lo requiera).

TRABAJO PERSONAL
(10 min.)

Conforme vayan terminando de llenar su ficha de inscripción, vamos a personalizar nuestro gafete, aquí hay material (revistas, colores, pegamento, marcadores, listones, etc.) para que cada quien lo decore como quiera.

Como sugerencia puedes llevar los gafetes ya con nombre para que solo lo decoren, y otros en blanco para quien lo desee hacer todo. Hay que estimularlos para que usen su creatividad, incluso puedes llevar algunos como muestra.

TAREA Y PROPÓSITO
(5 min.)

Como tarea para la próxima sesión nos queda invitar a otro papá o mamá, pues la riqueza y aprendizaje que tengamos es gracias a la participación y experiencias de todos.

Para concluir la sesión, reforzar el día, la hora y el lugar donde se llevará el curso taller de Escuela de Padre. Y por último agradecerles su participación, recordando la importancia de nuestra labor como padres y madres de familia, pues lo que nosotros no hagamos en casa con nuestros hijos, nadie lo puede suplir.

MATERIAL DIDÁCTICO

Pliegos de papel rotafolio y marcadores, o
pizarrón y gises, o
pintarrón y marcadores,
cartulinas,
marcadores, colores o crayolas,
alfileres, seguritos o listones,
revistas viejas, dibujos o calcomanías.

1. ¿QUIÉN ES EL SER HUMANO?

1.1 LA PERSONA HUMANA Y SU DIGNIDAD

INTRODUCCIÓN Y DIAGNÓSTICO
(15 min.)

Antes de empezar con el primer tema del programa de ECAPAF, vamos a realizar un pequeño ejercicio para que recordemos nuestros nombres y conozcamos a aquellos que se integran hoy con nosotros. Mi nombre es _____ me dedico a _____ (oficio o profesión) y apoyo en _____, me gusta _____ y no me gusta_____. Ahora les toca a ustedes que se presenten y lo haremos de la siguiente manera (se sugiere el siguiente o se pueda aplicar otra técnica de presentación con una duración de 10 min.)

LOS SALUDOS CON PARTES DEL CUERPO

El animador invita a formar dos círculos (uno dentro del otro) con igual número de personas y pide que se miren frente a frente. Es recomendable tener una música de fondo.

Pide que se presenten con la mano y digan su nombre, qué hace, que le gusta y que no le gusta.

Inmediatamente el animador da la señal para que se rueden los círculos cada uno en sentido contrario, de tal forma que le toque otra persona enfrente.

El animador pide que se saluden dándose un abrazo y pregunten a la otra persona las mismas preguntas que hicieron antes, después vuelven a girar de nuevo y esta vez se saludan con los pies, posteriormente con los codos, los hombros, etc.

Podemos iniciar con el programa de Escuela de Padres. Vamos a empezar diciendo que para que exista comunicación entre las personas y podernos entender unos a otros es importante que todos hablemos el mismo idioma, pues si comienzo una plática con una persona que hable_____ (idioma que la población conozca: inglés, wixarika, etc.) y yo no lo hablo es muy difícil que yo le pueda entender y que él me entienda a mí; pero si los dos hablamos español podremos entendernos y hablar sobre muchas cosas.

Por eso es que para comenzar con este curso de Escuela de Padres, es necesario que tengamos muy claro el significado de los puntos más importantes y podamos así hablar todos en el mismo idioma.

Uno de los puntos más importantes es conocer bien lo que significa “Persona humana y su dignidad”, pues necesitamos conocernos y descubrir el gran valor que tenemos como personas, nuestra capacidad de aprender, de mejorar cada día y de ayudar a los demás a que sean mejores, especialmente con nuestra familia.

Al escuchar el nombre de la sesión ¿qué ideas se te vienen a la cabeza? ¿De qué crees que hablaremos éste día?... (Pedir la participación de los asistentes para saber qué es lo que ellos conocen del tema, las posibles dudas que tengan. Puedes hacer una lista de estas ideas en un lugar visible que te servirán de apoyo al final para hacer el cierre de la sesión).

Hay algunas preguntas que puedes sugerir cuando ellos hayan terminado y promover mayor participación, y son las siguientes: ¿Por qué necesitamos hablar sobre la persona humana y su dignidad?, ¿todos aquí sabemos lo que es la persona humana?, ¿quién es entonces la persona humana?, ¿qué es dignidad?, ¿por qué las personas tienen dignidad y qué consecuencias existen?

Y ¿cómo podríamos responder a estas preguntas? ¿Me pueden decir ustedes, cuáles son las características que tenemos las personas? (tratar de que los participantes desde su experiencia nos digan qué es la persona humana, cuál es su dignidad. Estas preguntas ayudarán a tener un diagnóstico de lo que saben sobre el tema y los participantes podrán observar que son conocimientos que ellos ya saben, solo que se están ordenando).

DESARROLLO

(55 min.)

LOS SERES VIVOS

Primero vamos a recordar que en el mundo existen varios tipos de seres: Los vivos y no vivos (dar ejemplos de los seres no vivos que encontramos más próximos y estemos viendo en esos momentos, después de seres vivos, hacer una lista de ambos. A continuación un ejemplo de la clasificación que se puede hacer):

Seres no vivos	Seres vivos
La silla, las paredes, la tierra, libros, lápices, cuadernos, hojas, camioneta, etc.	Yo, tú, ella (si sabemos el nombre de los participantes decirlos), el árbol de afuera, el perro que se oye, aquel pájaro, las flores, etc.

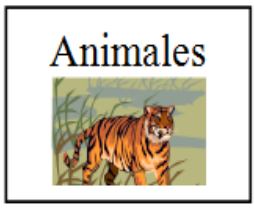
Yo, tú, ella (si sabemos el nombre de los participantes decirlos), el árbol de afuera, el perro que se oye, aquel pájaro, las flores, etc.

Sin embargo no por el solo hecho de existir tienen el mismo “valor” o las mismas características. ¿Son igual de valiosos el pájaro que la silla en la que estás sentado? (puedes hacer esta u otras preguntas parecidas en la que quede muy claro que no todos los seres somos igual de valiosos).

Para saber cuáles son las diferencias entre los seres y por qué unos son más valiosos que otros, vamos a basarnos en la clasificación de los seres por sus características naturales. Veamos, de la lista que acabamos de hacer díganme ¿cuál de ellos es menos valioso? ¿Y después? Y así hasta hacer una cadenita y preguntando por qué lo creen así.

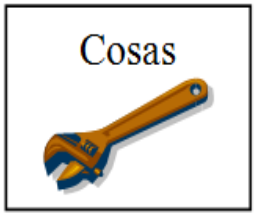
DE MANERA QUE LA CLASIFICACIÓN PUEDE QUEDAR ASÍ
GRADOS DEL SER

Son personas pues además de todas las características anteriores tienen espíritu, lo que las hace racionales (seres capaces de pensar y sentir).



Son los más desarrollados porque además cuentan con instinto, movilidad y con cierto grado de sensibilidad y afectividad.

Además de materia, tienen vida, y por tanto algunas funciones como: Nutrición, respiración y reproducción.



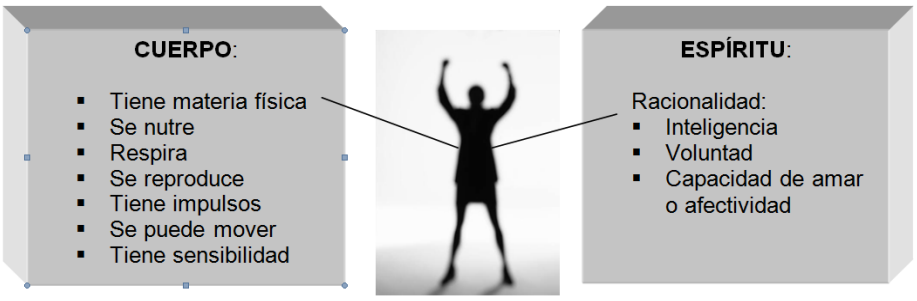
Son puramente materiales.

De acuerdo al esquema anterior podemos decir que la persona humana, en concreto el hombre y la mujer, tú y yo, somos los seres que hay en la naturaleza que tenemos el mayor grado de perfección porque tenemos la mayoría de las características de los seres que hay en la naturaleza, pues entre una roca y un naranjo (estos ejemplos puede sustituirlos por cosas y seres propios del lugar), el naranjo posee más características; entre un naranjo y un perro, el perro posee más características; y entre un perro y una persona, la persona posee más características.

Por lo tanto, la persona humana (hombre y mujer), son los seres "más perfectos" que existen en la naturaleza, porque son seres que tienen materia (cuerpo), desarrollan funciones básicas de los seres vivos (nutrición, respiración y reproducción), además cuentan con un impulso (llamado instinto en los animales), movilidad o capacidad de desplazarse (moverse), sensibilidad (lo que captamos por medio de los sentidos: vista, oído, olfato, tacto, gusto), y un espíritu por el que somos capaces de tener una afectividad o capacidad de amar, inteligencia o capacidad de conocer, voluntad o capacidad de querer, y libertad o capacidad de elegir con responsabilidad, de lo bueno lo que es mejor para mí y los que me rodean.

FACULTADES SUPERIORES DEL SER HUMANO

El ser humano por lo tanto se divide (solo con el propósito de estudiarlo), en cuerpo y espíritu, y en cada aspecto tiene unas características que le son propias:



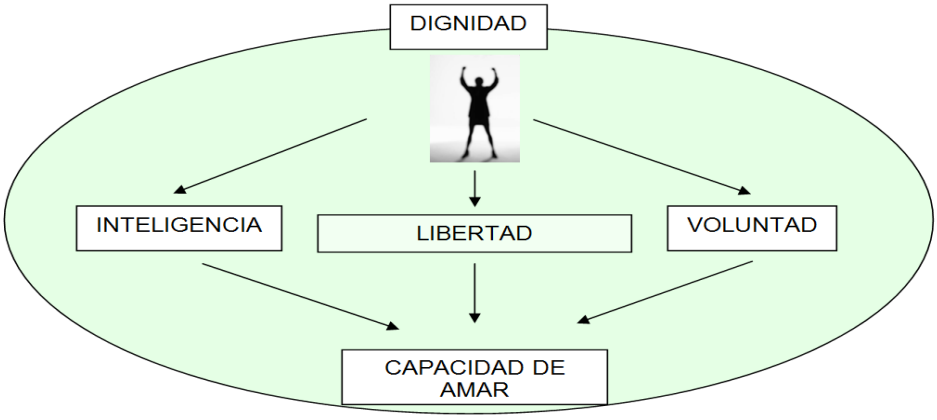
Hasta este momento hemos hablado sobre las características o potencias del ser humano, pero no se ha definido lo que es PERSONA. Existe un autor que dice que la persona es: "Sustancia individual de naturaleza racional" (Boecio), pero ¿qué significa esto?

Para que nos quede más claro, vamos a dividir esta definición en sus partes:

- **Sustancia:** Es el fundamento y la base de la persona, por lo que es en sí y no es en otro, es decir, lo que hace que yo sea_____ (decir tu nombre) y no Oswaldo Sánchez o Verónica Castro.

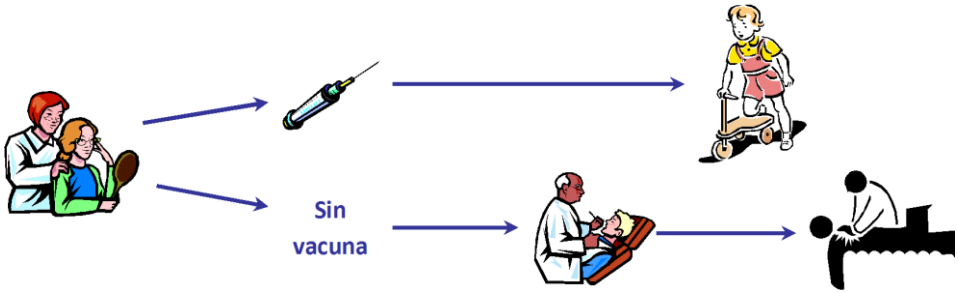
- **Individual:** Significa que cada persona es única, diferente de las demás, así como yo soy uno, tú eres uno, cada persona es una.

- **De naturaleza racional:** Que la persona tiene un espíritu con inteligencia, voluntad, capacidad de amar –afectividad-, libertad – responsabilidad.



El espíritu o la espiritualidad es el origen de la inteligencia, la voluntad y la capacidad de amar, que son las facultades superiores específicamente y son, además, la razón de la inmensa dignidad del ser humano. Porque la inteligencia es una capacidad del ser humano que lo lleva a buscar el bien, la verdad y la belleza; mientras que la voluntad es la capacidad de querer seguir ese bien, la verdad y la belleza, el querer hacer las cosas, pues no es suficiente el saber que algo es para mi beneficio, debemos hacer lo necesario para que obtengamos ese bien, haciendo elecciones responsables de mi conducta, y el amor es la capacidad de vincularse personalmente con el bien, la verdad y la belleza que la inteligencia nos presenta y la voluntad nos alcanza.

Por ejemplo, yo sé que las vacunas que ponen a los niños son para que no se contagien o se enfermen del sarampión, pero si yo no llevo a mi niño a vacunar, de nada sirve que yo sepa que las vacunas son buenas, y que por amor busque su bien, pues es probable que mi hijo se enferme de sarampión por no estar vacunado. Y así la inteligencia y la voluntad nos ayudan a elegir con amor lo que es mejor para mí y los que me rodean (que también intervino en la decisión de las vacunas).



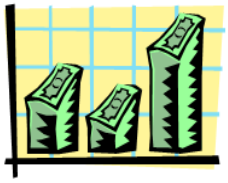
Puede tomarse como ejemplo el caso de la necesidad de fumigar plantíos, de tomar medidas preventivas de protección civil, ir a las cantinas en lugar de hacer deporte, quedarse en casa a ver televisión, etc.

La liberad, por lo tanto, es una nota definitoria de la persona (o característica primordial), porque permite al ser humano alcanzar su máxima grandeza, pero también es la condición que posibilita su viable

degradación. El hombre es libre desde lo más profundo de su ser. La libertad no viene con las circunstancias, por lo tanto, éstas no lo determinan.

DIGNIDAD

¿Y la dignidad de la persona qué es? La dignidad de la persona es el "valor" que tiene el ser humano, tú y yo, por ser personas con inteligencia, voluntad, amor y libertad.–



DIGNIDAD

Dignidad esencial:
* Común a todas las personas por tener la misma naturaleza.
* Por lo tanto no se puede modificar: no se disminuye, ni se incrementa.

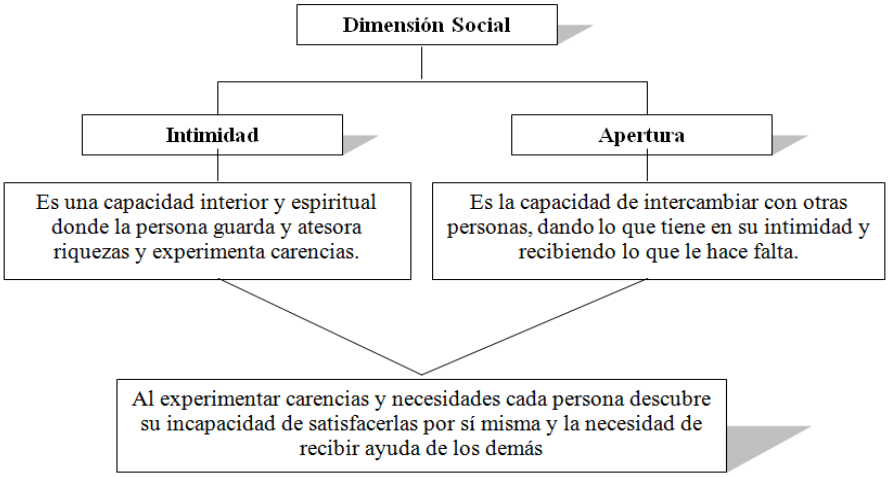
Dignidad ética:
* Relacionada con su obrar y hacer.
* Es diferente en cada persona.
* Esta dignidad SÍ aumenta o disminuye, de acuerdo a si actuamos libre y responsablemente (tratando de hacer el bien y evitar el mal).

DIMENSIÓN SOCIAL

Como ya dijimos antes, la persona humana es individual (o tiene una dimensión individual), porque cada una es diferente de todos los demás, pero además también tiene una dimensión social pues necesita relacionarse con los demás para cumplir mejor sus objetivos individuales y comunes o sociales.

Un ejemplo lo podemos ver en esta comunidad, donde entre todos los que viven aquí se realizan los servicios, como negocios, agricultura,

personas que trabajan en el ayuntamiento, en escuelas, etc. para que podamos vivir con lo necesario. Aquí se puede hacer la adaptación al tipo de comunidad y qué servicios y productos son los que se intercambian entre ellos. Si por el contrario yo me aíslo de la comunidad totalmente, no permito que esta dimensión social se desarrolle en mí además de tener mayor dificultad en contar con todo lo necesario.



Es por eso que necesitamos vivir en familia y grupos de familias (sociedad), para poder dar y recibir ayuda a quien le haga falta. Esta ayuda puede ser en cualquier área: Salud, nutrición, educación, consejos, etc.

BÚSQUEDA DE LA FELICIDAD

Todas las personas estamos hechas para ser felices a través de lo que hacemos por lo que cada día la buscamos, aunque a veces no nos damos cuenta de ello; como cuando hago de comer a mi familia, lo hago para que ellos se alimenten y yo soy feliz de que ellos estén saludables (tomar un ejemplo representativo de algo cotidiano que hace la mayoría de los asistentes).

Es por eso que decimos que nuestro fin es la felicidad, pues es hacia donde se dirigen las acciones y actos verdaderamente libres (responsables), de la persona y es así que vamos siendo más perfectos, porque seguimos un camino hacia nuestro fin: La felicidad.

CAPACIDAD DE PERFECCIÓN

Cuando nacemos las personas no nacemos ya acabadas o terminadas, al contrario, somos los seres de la naturaleza más desprotegidos pues pasan muchos años antes de que podamos ser independientes o poder sobrevivir solos, recordemos que una persona tarda en poder caminar por sí sola alrededor de 12 meses, mientras que un animal a las pocas horas de nacido ya puede estar en pie. Sin embargo las personas llegan a ser más completas que los animales (como lo veíamos antes).

Pero entonces ¿cómo hacen las personas para desarrollarse? Los seres humanos somos capaces de mejorar y "perfeccionarnos" cada día porque tenemos una parte espiritual y por eso inteligencia, voluntad y capacidad de amar. De esta manera un niño puede aprender a caminar, hablar, leer, escribir, y tantas otras cosas de las cuales somos idóneos de hacer. Por eso decimos que tenemos potencialidades o capacidades, y cuando vamos alcanzando o logramos desarrollarlas, entonces adquirimos la perfección y somos más perfectos.

CONCLUSIONES

Como consecuencia de las características de la persona, podemos establecer al menos dos muy importantes:

- Es capaz de comunicarse: Transmitir lo que piensa, siente, quiere; pero también puede reservarse si así lo decide y nadie más conocerá lo que piensa, siente y quiere.

- La persona tiene derechos y deberes que se desprenden de que es un ser social (dimensión social), es decir, del lugar que tiene en su familia y de la comunidad a la que pertenece.

> La persona es dueña de sí misma. Nadie puede adueñarse de ella, y por eso no debe nunca esclavizarse ni instrumentalizarse; debe ser tratada, siempre, con el respeto que corresponde a su dignidad de persona.

DUDAS Y COMENTARIOS
(15 min.)

Este espacio es para que se puedan responder aquellas dudas que tengan los participantes o escuchar comentarios que puedan enriquecer el tema.

ACTIVIDAD EXPERIENCIAL
(20 min.)

Se realizará una dinámica llamada:
El Espejo.

Material:
una caja mediana, un espejo mediano

Personas:
máximo 30.

Desarrollo:
el expositor coloca dentro de la caja un espejo mediano en donde se pueda ver la cara de una persona y la deja en una mesa o escritorio antes de la dinámica.

Para comenzar se hace una reflexión con los participantes de lo importantes que somos todas las personas, por nuestras características propias, y se les pide que las digan (las que se sepan o acuerden). Después se les dice:

"Voy a pasar esta caja (se les enseña), y dentro de ella vas a encontrar la imagen de una persona muy importante, ella ha trabajado mucho a lo largo de su vida, ha intentado ser el mejor Padre/Madre para sus hijos, busca ser mejor persona cada día, es un buen amigo… se podrán decir tantas características como sean necesarias al grupo o convenientes".

Al terminar la reflexión se les dice que se pasará la caja, para que sepan quién es la persona de la caja; las personas que ya la vieron deben permanecer en silencio para que los demás no descubran quien es y hasta el final lo digan juntos.

Para terminar se pregunta quién estaba en la caja y descubren que eran ellos las personas importantes de las que estábamos hablando. Y se les pregunta: ¿quién pensaban que estaría en la caja?, y ¿qué sintieron al verse reflejados?

ESTA DINÁMICA PUEDE HACERSE AL PRINCIPIO DE LA SESIÓN COMO SENSIBILIZACIÓN PARA COMENZAR CON EL TEMA.

EVALUACIÓN
(15 min.)

Entregar a los participantes el formato de evaluación de la sesión y dar el tiempo necesario para que lo contesten.

TAREA Y PROPÓSITO
(10 min.)

Contestar de forma escrita (de preferencia), las siguientes preguntas y comentarlas con los miembros de mi familia:

- ¿Por qué soy valiosa(o) como persona?
- ¿Todos en mi familia somos igualmente valiosos?
- ¿Qué hago para ser mejor cada día (perfeccionarme)?
- ¿Qué más puedo hacer para ser mejor cada día?
- ¿Cómo puedo ayudar a los miembros de mi familia a ser mejores?

MATERIAL DIDÁCTICO

Pliegos de papel rotafolio y marcadores,

o pizarrón y gises,

o pintarrón y marcadores.

Una caja mediana y un espejo que entre en la caja.

1.2 CARACTERÍSTICAS DE LA PERSONA

INTRODUCCIÓN Y DIAGNÓSTICO
(15 min.)

Vamos a comenzar hoy recordando un poco lo visto la sesión anterior, ¿Quién se acuerda de qué trató? ¿Qué aspectos vimos? ¿Recuerdan que tenían una pequeña tarea? ¿Quién hizo su tarea? ¿Lo transmitieron con sus familias? ¿De qué forma? ¿Tienen alguna duda de lo que platicamos la sesión pasada? (hacer las preguntas que sean necesarias para favorecer la participación y saber si hicieron su tarea).

Es importante que recordemos cada sesión que vemos para que no se nos olvide lo que hemos platicado, pues recuerden que todos debemos hablar el mismo idioma para entendernos respecto a temas fundamentales como la persona humana y su dignidad.

Siguiendo con este mismo tema, el día de hoy vamos a revisar más a fondo cuáles son esas características que tenemos como personas; para que así podamos descubrir las capacidades que podemos desarrollar y "sacar ventaja" de nuestras posibilidades de ser mejor cada día, de perfeccionarnos.

Para comenzar, vamos haciendo una lista sobre las Características de la Persona Humana, según lo que ya conocemos acerca de esto (propiciar la participación de los asistentes con preguntas). Voy a ir registrando sus aportaciones en esta lista (anotar en un papel de rotafolio las aportaciones). Ahora en base a esta lista de características, escribirán en una hoja su propio concepto de persona humana, para después poder construir un

concepto de grupo sobre la persona humana. Al concluir la actividad, se incluirán todos los conceptos por equipo en una hoja de Rotafolio.

DESARROLLO

(55 min.)

LA PERSONA

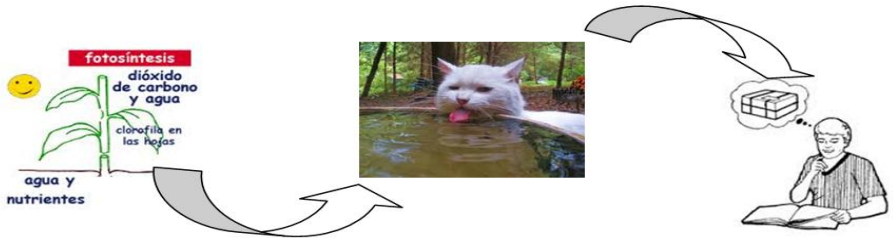
Nuestra cultura ha ido descubriendo poco a poco la importancia de la persona humana y la fuente última de la dignidad del hombre es su condición de persona.

Ahora revisaremos cuáles son los rasgos fundamentales de la persona para entender por qué el hombre es inviolable, y en consecuencia, por qué los atentados contra el hombre son siempre un desorden. Así como para comprender lo más notable y original que hay en cada ser humano.

NOTAS QUE DEFINEN A LA PERSONA

La inmanencia es una de las características más importantes de los seres vivos. Inmanente es lo que guarda y queda en el interior, como: Conocer, vivir, dormir, leer, etc. En dichas actividades u acciones queda grabado en la persona lo que hace.

Esta inmanencia tiene diferentes grados, de acuerdo a la escala de los seres que vimos la sesión pasada. Los animales realizan operaciones más inmanentes que las plantas y el hombre realiza operaciones más inmanentes que los animales.



A. La intimidad: El yo y el mundo interior

De acuerdo a lo anterior, la persona humana, por su mayor grado de inmanencia posee una intimidad: Implica un dentro que solo conoce uno mismo, o el mundo interior, o lugar donde solo puede entrar uno mismo.

Lo íntimo es tan central al hombre, que hay un sentimiento natural que lo protege: El pudor o la vergüenza, que surge cuando vemos descubierta nuestra intimidad sin nosotros quererlo. Lo íntimo se confía a las personas que están en mi intimidad, pero no a todo el mundo. No aparece por hacer algo malo, sino porque se publica algo que por definición no es público.

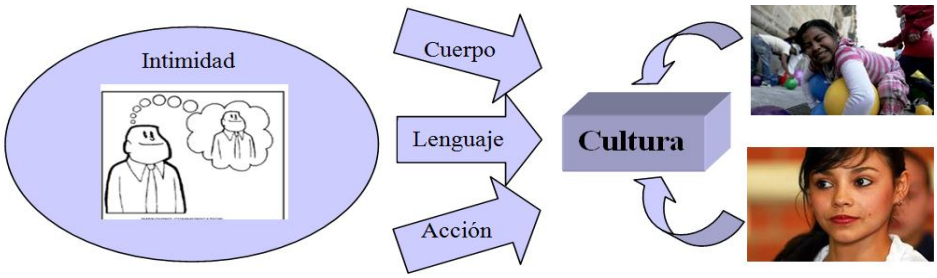
La vergüenza o pudor da origen al concepto de privado. Lo privado, un reducto donde no se admiten extraños. El pudor se refiere a lo que es propio de la persona, que forma parte de su intimidad.

La característica más importante de la intimidad es que no es estática sino viva, fuente de cosas nuevas, creadoras e innovadoras. Siempre está en trabajo constante, es un núcleo del que brota el mundo interior.

Ninguna intimidad es igual a otra, cada una es alguien irrepetible: Nadie puede ser el yo que yo soy.

B. La manifestación: El cuerpo

La manifestación de la persona es mostrarse o expresarse a sí misma y a las novedades que nacen de ella. Se realiza a través del cuerpo, del lenguaje y de la acción. A la manifestación en sociedad de la persona se le llama cultura.



Somos nuestro cuerpo y al mismo tiempo lo que poseemos, podemos usarlo como instrumento, porque tenemos un dentro, una conciencia desde la que encauzamos las acciones. El cuerpo no se identifica con la intimidad de la persona, pero a la vez no es un añadido que se pone al alma: Yo soy también mi cuerpo.

El cuerpo es la condición de posibilidad de la manifestación humana. La persona expresa y manifiesta su intimidad precisamente a través del cuerpo, especialmente lo podemos observar en:

1. El rostro representa externamente a la persona. Se suele decir que la cara es el espejo del alma. El rostro humano, especialmente la mirada, es tremendamente significativa. Cruzar la mirada con alguien es entrar en comunicación con él.

2. La expresión de la intimidad se realiza también mediante un conjunto de acciones expresivas o el lenguaje de los gestos; expresiones del rostro (desprecio, alegría), de las manos (saludo, amenaza, ternura), etc. A través de los gestos el hombre expresa su interior.

3. Otra manifestación es hablar. Es un acto mediante el cual se exterioriza la intimidad, y lo que pienso se hace público, de modo que puede ser comprendido por otros. La persona es un individuo que habla, por lo tanto es un ser social, abierto a los otros.

4. El cuerpo forma parte de la intimidad y por eso el hombre se viste, cambiando su atuendo según las circunstancias (fiesta, trabajo, boda, deporte), pues así muestra lo que quiere decir en cada ocasión; además lo hace porque su intimidad no está disponible

para cualquiera, pues el vestido protege la intimidad del anonimato, dejando en claro quién es.

C. El diálogo

Para hablar nos hace falta un interlocutor, alguien que nos comprenda. Para crecer hay que poder hablar, de otro modo la existencia se hace imposible. Por ser Persona, el hombre necesita del encuentro con el tú. El lenguaje no tiene sentido si no es para la apertura a los demás.

Dialogar es compartir la interioridad, estar dispuesto a escuchar, a crecer en la compañía del otro.

El verdadero diálogo solo tiene lugar cuando se habla y se escucha, si en este intercambio uno está dispuesto a modificar su opinión cuando el otro muestra una verdad hasta ahora no conocida. No existe diálogo si no se escucha.

El conocimiento de la propia identidad, la conciencia de uno mismo, solo se alcanza mediante la intersubjetividad, que es el reconocerse a sí mismo como persona en el otro. Este proceso de intercambio constituye la formación de la personalidad humana. En él se modula el propio carácter, se asimilan el idioma, las costumbres y las instituciones de la sociedad en que se nace, se incorporan sus valores comunes, sus pautas, etc.

D. El dar

El hombre es un ser capaz de dar, quiere decir que se realizan como persona cuando se saca algo de su intimidad y lo entrega a otra persona como valioso y ésta lo recibe como suyo. En esto consiste el uso de la voluntad que llamaremos amor.

La intimidad se constituye y se nutre con aquello que los demás nos dan. Con lo que recibimos como regalo, por eso nos sentimos obligados a corresponder lo recibido, como dice el dicho: Es de bien nacidos, ser agradecidos.

No hay nada más enriquecedor que una persona con abundantes deseos de compartir y estar abierto a lo que le ofrezca la otra persona, para entonces ambos tener una intimidad armónica. El fenómeno del maestro y el discípulo radica en transmitir un saber teórico y práctico, y también una experiencia de la vida.

E. La libertad

La persona es libre porque es dueña de sus actos y del principio de sus actos. Al ser dueño de sus actos, también lo es del desarrollo de su vida y de su destino: Elige ambos. Hemos definido lo voluntario como aquello cuyo principio está en uno mismo. Lo voluntario es lo libre: se hace si uno quiere: Si no, no.

La persona como fin en sí misma

Todas las personas deben ser reconocidas como personas concretas, con una identidad propia y diferente a las demás, nacida de su propia historia de vida, de su situación, de su cultura y del ejercicio de su libertad; es decir, como Lupita, como Juan (puedes mencionar el nombre de alguno de los papás asistentes). La negación del reconocimiento puede constituir una forma de opresión; significa despojar a la persona de aquello que le hace ser ella misma y que le da su identidad.

La persona en el espacio y en el tiempo

La persona no es solo un alguien, sino alguien corporal (J. Marías): Somos también nuestro cuerpo y por tanto nos encontramos instalados en el espacio y en el tiempo.

El hombre lucha contra el tiempo, trata de dejarlo atrás, de estar por encima de él. Esa lucha no sería posible si no existiera en el hombre algo efectivamente intemporal, inmaterial e inmortal. Lo temporal y lo intemporal conviven juntos en el hombre dándole su perfil característico. El primer modo de superar el tiempo es guardar memoria del pasado, ser capaz de volverse hacia él y advertir hasta qué punto dependemos de lo que hemos sido. La segunda manera es desear convertir el presente en algo que permanezca, y que quede a salvo del devenir que todo se lo lleva. Rescatar el tiempo, revivir lo verdadero, son constantes en el comportamiento humano. Una tercera manera de situarse por encima del tiempo es anticipar el futuro, proyectarse con la inteligencia y la imaginación hacia él, para decidir lo que vamos a ser y hacer.

DUDAS Y COMENTARIOS
(15 min.)

Este espacio es para que se puedan responder aquellas dudas que tengan los participantes o escuchar comentarios que enriquecen el tema.

ACTIVIDAD EXPERIENCIAL
(20 min.)

Objetivo:

Reflexionar sobre las características de la Persona en base a una reflexión que se llama “la verdad de la vida”

Tamaño de Grupo:

30 participantes.

Material:

Hojas de rotafolio, marcadores.

Desarrollo:

Leer la reflexión pidiendo a los papás su atención. Y al final se les preguntará qué les pareció: ¿divertida o trágica?; si esta lectura refleja realmente las características de la persona humana. Y resolver la pregunta:

- Como personas humanas, ¿qué podemos hacer para evitar ese ‘destino’ y que nuestros seres queridos tengan una mejor forma de vida?

EVALUACIÓN
(15 min.)

Entregar a los participantes el formato de evaluación de la sesión y dar el tiempo necesario para que lo contesten.

TAREA Y PROPÓSITO
(10 min.)

Conociendo ahora las características que me son propias como adulto, contestar de forma escrita (de preferencia), las siguientes preguntas:

- ¿Cómo se sienten?
- ¿Qué me llevo a casa?

MATERIAL DIDÁCTICO

Pliegos de papel rotafolio y marcadores, o

pizarrón y gises, o

pintarrón y marcadores,

hojas blancas,

plumas y lápices.

FICHA COMPLEMENTARIA

"LA VERDAD DE LA VIDA"

DIOS CREÓ A LOS SERES:

Creó al burro y le dijo: "Serás burro, trabajarás incansablemente de sol a sol cargando bolsas en el lomo, comerás pasto, no tendrás inteligencia y vivirás 50 años. Serás burro".

El burro contestó: "Seré burro, pero vivir 50 años es demasiado; dame apenas 20." Él se lo concedió.

Creó al perro y le dijo: "Serás perro, cuidarás las casas de los hombres y serás su mejor amigo. Comerás huesos que te den. Vivirás 25 años. Serás perro".

El perro contesto: "Señor, vivir 25 años es demasiado, dame 10 años." Se los concedió.

Creó al mono y le dijo: “Serás mono, saltarás de rama en rama haciendo payasadas. Serás divertido y vivirás 20 años, serás mono.”

El mono contestó: “vivir 20 años es demasiado, dame solamente 10 años.” También se los concedió.

Finalmente creó al hombre y le dijo: “Serás hombre, el único ser racional sobre la faz de la tierra, usarás tu inteligencia para preponderar sobre los animales, dominarás el mundo y vivirás 20 años”.

El hombre respondió: “Señor, seré hombre, pero vivir 20 años es muy poco. Dame Señor, los 30 años que rechazó el burro, los 15 años que el perro no quiso y los 10 años que el mono rechazó.”

El Señor así lo hizo y desde entonces el hombre vive 20 años como ‘hombre’; se casa y pasa 30 años como burro, trabajando y cargando todo el peso sobre sus hombros. Después, cuando los hijos se van, vive 15 años como perro, cuidando la casa; para luego llegar a viejo, jubilarse y vivir 10 años como mono, saltando de casa en casa o de hijo en hijo y haciendo monadas para divertir a los nietos.

-Anónimo.

1.3 EL AUTOCONCEPTO, LA AUTOESTIMA Y HETEROESTIMA

INTRODUCCIÓN Y DIAGNÓSTICO
(15 min.)

Vamos a comenzar hoy recordando un poco lo visto en la sesión anterior, ¿Quién se acuerda de qué trató? ¿Qué aspectos vimos? ¿Recuerdan que tenían una pequeña tarea? ¿Quién hizo su tarea? ¿Lo transmitieron con sus familias? ¿De qué forma? ¿Tienes alguna duda de lo que platicamos la sesión pasada? (hacer las preguntas que sean necesarias para favorecer la participación y saber si hicieron su tarea).

Es importante que recordemos cada sesión que vemos para que no se nos olvide lo que hemos platicado, pues recuerden que todos debemos hablar el mismo idioma para entendernos respecto a temas fundamentales, como la persona humana y su dignidad.

Otro tema muy importante es el de la sesión de hoy: AUTOESTIMA. Hemos oído en escuelas, televisión, maestros, amigos, compañeros del trabajo, etc. hablar mucho acerca de la autoestima, pero realmente sabemos ¿qué es la autoestima?

Vamos haciendo un recuento de lo que sabemos participando todos (hacer una lluvia de ideas de lo que los asistentes han escuchado sobre la autoestima y dónde lo han escuchado, poniendo sus comentarios en papelotes que pondremos atrás al iniciar la sesión y retomaremos al finalizar la misma, para así evaluarla).

Puedes tomar el siguiente esquema para anotar las participaciones:

¿Qué es la autoestima?	*Fuente de la información*

DESARROLLO
(55 min.)

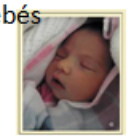
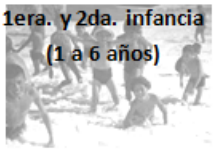
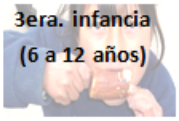
De la autoestima, en nuestros días, se habla mucho en diferentes medios, a veces en la escuela nos dicen que nuestros hijos tienen baja o alta autoestima, o en ocasiones nosotros nos sentimos menos importantes que otras personas porque tienen casas grandes con muchos muebles o ropa muy bonita para ponerse, y entonces nosotros, para no sentirnos mal, compramos cosas que después no podemos pagar o permitimos que nuestros niños, para que no se sientan mal, se burlen de otros. Pero todo esto en vez de ayudarnos hace que cuando pase el tiempo nos sintamos peor, por eso es importante que distingamos con claridad qué es la autoestima y cómo podemos mejorarla, así como la de los demás miembros de nuestra familia.

EVOLUCIÓN DEL AUTOCONCEPTO PERSONAL

Para que podamos entender mejor, vamos a hablar de varios aspectos o puntos que componen la autoestima. El primero de ellos es el autoconcepto.

El autoconcepto es el conocimiento que una persona tiene de sí misma, el cual ayuda a su sentido de la propia identidad (de conocerse), es como la forma en la cual vemos las situaciones externas y las propias experiencias; influye en el rendimiento escolar, condiciona las expectativas (o lo que se espera de una persona), y la motivación; asimismo contribuye a la salud y equilibrio emocional y psicológico.

Este conocimiento de la persona va cambiando de acuerdo a la etapa en la que vive. A continuación se muestra cómo va evolucionando este concepto:

ETAPA	AUTOCONCEPTO
Bebés 	**No pueden diferenciar** entre ellos y el mundo que los rodea, pero empiezan a desarrollar una noción (o sensación), de que su cuerpo les pertenece.
1era. y 2da. infancia (1 a 6 años) 	Los pequeños se **comparan** con sus padres, compañeros y familiares, entienden que son diferentes; más chicos que sus hermanos mayores, más gordos o delgados. Pueden demostrar sus habilidades, así como identificar sus preferencias y posesiones.
3era. infancia (6 a 12 años) 	El niño es capaz de **describirse,** pues tienen un pensamiento lógico, organizado y en general consciente. Es decir, un niño de 5º. año escolar puede decir que él es agradable, aplicado, deportista, amable, y/o simpático.
Adolescencia	El autoconcepto se vuelve más abstracto (en forma de pensamiento), hay una considerable preocupación sobre cómo es visto por los demás. Una tarea fundamental es **reafirmar** su identidad. En esta etapa los adolescentes pueden desarrollar una idea coherente y unificada de su identidad personal, porque su forma de pensar le permite formular conceptos y teorías de cómo son las cosas y cómo deberían ser.
Vida adulta	El autoconcepto se mantiene tanto como surgen acontecimientos que llevan a **examinar** de nuevo quiénes somos en la relación con nuestras circunstancias y la manera en cómo nos enfrentamos a ellos. Analizamos nuestro comportamiento, forma de pensar y de actuar, la manera en cómo me relaciono con las personas más cercanas, etc. Estos acontecimientos pueden ser: Nuevos empleos, matrimonio, nacimiento de los hijos y nietos, divorcio, desempleo y todos aquellos que me lleven a reflexionar sobre mí mismo.

Cuando una persona se comporta de acuerdo a su imagen personal y no requiere del espaldarazo de la sociedad, se siente contento consigo mismo y recompensado, tiene un autoconcepto bien fundado (con bases sólidas), en lo que cree que es y lo que piensa debería ser, dando como resultado un conocimiento real de sí mismo.

Por ejemplo, una mamá que se considera buena cocinera, disfrutará cuando le digan lo bien que cocina, pero también se sentirá bien consigo misma aun cuando nadie le haya dicho nada, (seguir dando ejemplos de este tipo para que quede clara la importancia de tener una

autoconcepto bien formado), o un papá que es bueno en los deportes, o un joven que se considera buen estudiante, etc.

LA AUTOESTIMA

La autoestima es el concepto que tenemos de nuestra valía y se basa en nuestros pensamientos, sentimientos, sensaciones y experiencias, que sobre nosotros mismos hemos ido recogiendo durante nuestra vida y que tenemos guardado en nuestra mente y en nuestro corazón, aun cuando a veces parezca que ya no los tenemos.

La autoestima significa saber que se es valioso y digno de ser amado. El niño, por ejemplo, sabe que es valioso porque es capaz de resolver algunas situaciones con éxito y, por lo tanto, puede estar a la altura de los demás y digno de ser amado porque se trata de una persona y lo que lo hace poseedor del derecho a ser amado de manera incondicional, es decir, sabe que está rodeado de personas a las que realmente les importa.

¿Cómo se construye la autoestima?

Sin embargo, es necesario matizar un poco en el sentido de que la autoestima no solo se construye sobre la base de los sentimientos, pues si esto pasa, solo se fortalece el ego de las personas (niños), y se crea una autoestima ficticia o falsa. Algunas formas de promover esta falsa autoestima son:

- Alabar a los hijos o alumnos por sistema (de manera constante), sin importar el fracaso de sus estudios por su vagancia; que maltraten a sus padres o hermanos; que derrochen el dinero y que vivan solo para satisfacer sus caprichos, sin pensar en las necesidades de los demás.

- No responsabilizarlos nunca de nada, suceda lo que suceda (para que no pasen por la humillación de sentirse avergonzados).

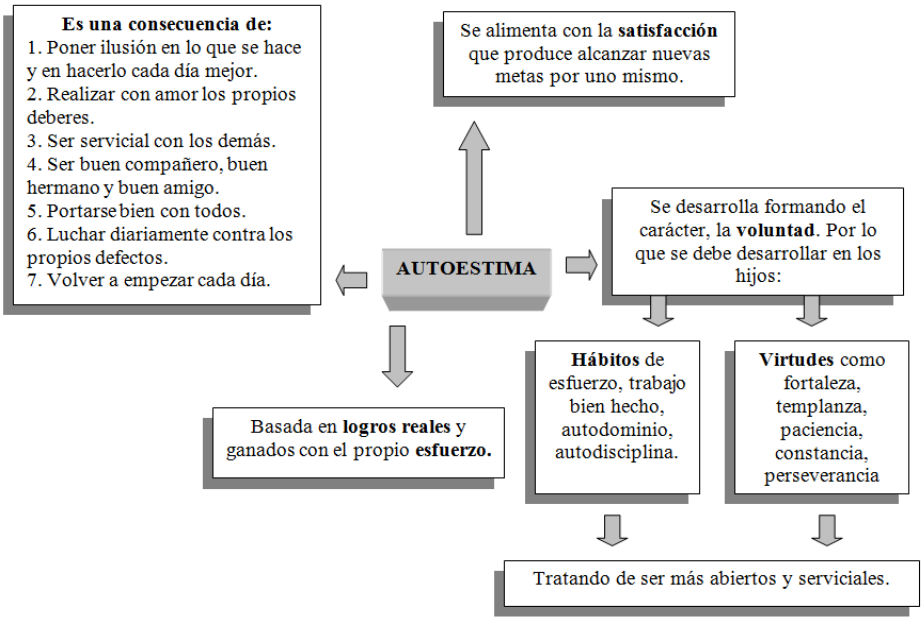
- No cuestionar ni criticar nunca lo que dicen a hacen (para evitar que se enfaden).

- Rebajar los ideales de vida (para que luego no sufran posibles frustraciones).

- Limitar la exigencia lo más que se pueda. Todo vale, todo está permitido. Llegar a la tolerancia total, o casi total.

Los hijos acostumbrados a ser alabados de forma incondicional, cuando llegan a ser adultos, chocan con la realidad y les muestra de pronto que su autoestima está mal fundada y por lo tanto no es real.

¿CÓMO DEBEMOS, ENTONCES, FORMAR UNA AUTOESTIMA SANA EN NUESTROS HIJOS?



LA HETEROESTIMA

La ¿qué? Y eso ¿qué es?, ¿para qué sirve? o ¿cómo se come? Estarán pensando en este momento, pues bien, esta palabrita tan extraña la podemos entender desde dos aspectos diferentes y nos daremos cuenta que es algo que ya sabíamos, solo que no conocíamos ese nombre tan elegante que le pusieron.

HETEROESTIMA

Es el **afecto** que los otros nos ofrecen y que es percibido por nosotros. Es decir, el ser amado por otros y el sentir ese amor por los demás. En ambos sentidos: Dar y recibir ese amor.

Amor

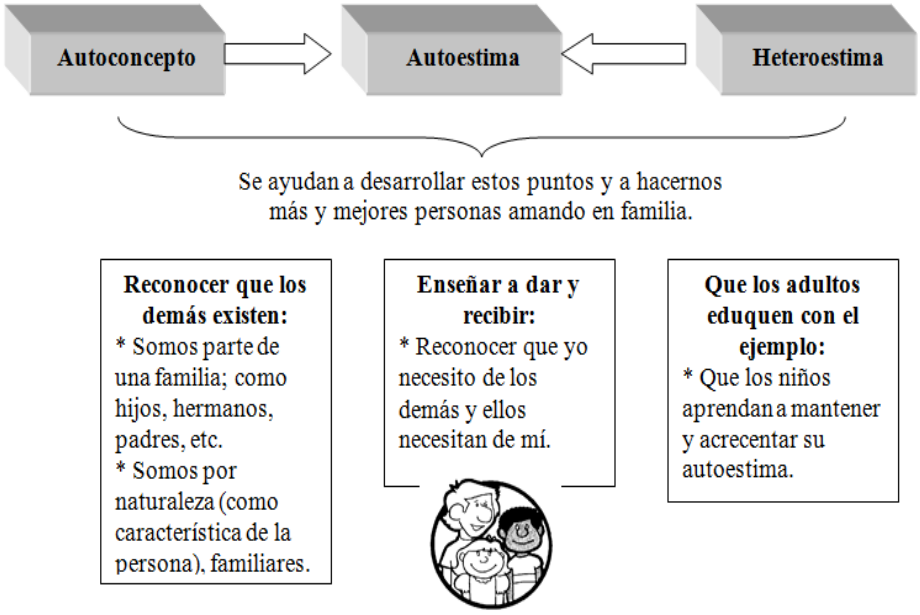
Aquí debemos fijarnos muy bien en que el amor o afecto que se recibe y se da, sea recíproco, o que lo sientan las dos personas, porque puede no ser entonces un amor verdadero y podemos caer en una manipulación afectiva.

Es la capacidad de amar, de salir de uno mismo para entregarse a los demás, para ofrecer las propias energías, ilusiones, trabajos, sentimientos más profundos, a quienes viven a nuestro lado, o tal vez a quienes amamos aunque se encuentren muy lejos.

Todo es posible desde el amor: Un amor que no está encerrado en uno mismo, un amor que mira al otro, se preocupa por el otro, pone al otro en primer lugar, antes que a uno mismo.

Podemos decir que ¿existe entonces una relación entre autoconcepto, autoestima y heteroestima? (Pedir la participación de los asistentes para que nos digan ahora lo que es o lo que interviene en la autoestima y anotarlo en papelotes que quedarán pegados atrás junto con los primeros que se hicieron).

Para que quede un poco más claro la relación de éstos conceptos se sugiere pasarles el siguiente esquema:



CONCLUSIONES

Realizar la comparación de los conceptos escritos en los papelotes de las ideas y conceptos que los participantes dieron al inicio de la sesión, con los conceptos e ideas que aportaron al término del tema, de tal forma que se observe la diferencia o semejanza entre ellos.

Y terminemos haciendo énfasis en que el desarrollo del autoconcepto, autoestima y heteroestima se consiguen si se fundamenta en la familia un adecuado ambiente en el que exista una atmósfera de unidad, favorecida por el desarrollo de muchos valores y virtudes, donde exista una comunidad de amor, un ejercicio de la autoridad equilibrada de los padres, una intención formativa-educativa y personal hacia los hijos, y una convivencia armónica.

DUDAS Y COMENTARIOS

(15 min.)

Este espacio es para que se puedan responder aquellas dudas que tengan los participantes o escuchar comentarios que puedan enriquecer el tema.

ACTIVIDAD EXPERIENCIAL

(20 min.)

Se realizará una dinámica llamada:

Acentuar lo positivo

Objetivo:

Lograr que las personas puedan derribar las barreras impuestas por ellas mismas, debido a que no les permiten tener un buen concepto propio a fin de mejorar la imagen de ellas mismas, mediante el intercambio de comentarios y cualidades personales.

Tamaño de Grupo:

30 participantes.

Material: Ninguno.

Desarrollo:

I. Muchos hemos crecido con la idea de que no es "correcto" el autoelogio o, para el caso, elogiar a otros. Con este ejercicio se intenta

cambiar esa actitud al hacer que equipos de dos personas compartan algunas cualidades personales entre ellos. En este ejercicio, cada persona le da a su compañero la respuesta a una, dos o las tres dimensiones siguientes sugeridas:

- Dos atributos físicos que me agradan de mí mismo.
- Dos aspectos positivos (rasgos de personalidad) que me agradan de mí mismo.
- Una capacidad o habilidad que me agradan de mí mismo.

II. Explique que cada comentario debe ser positivo. No se permiten comentarios negativos. (Dado que la mayor parte de las personas no ha experimentado este encuentro positivo, quizás necesiten un ligero empujón de parte del coordinador para que puedan iniciar el ejercicio).

Evaluación:

Se les aplicarán unas preguntas para su reflexión:

- ¿Cuántos de ustedes, al hacer el trabajo asignado, se sonrió ligeramente, miró a su compañero y le dijo, "Tú primero"?
- ¿Fue difícil señalar una cualidad al iniciar el ejercicio?
- ¿Cómo considera ahora el ejercicio?

EVALUACIÓN

(15 min.)

Entregar a los participantes el formato de evaluación de la sesión y dar el tiempo necesario para que lo contesten.

TAREA Y PROPÓSITO

(10 min.)

Contestar de forma escrita (de preferencia), las siguientes preguntas y comentarlas con los miembros de mi familia:

- Si es posible entregarles una hoja blanca con la silueta de la figura humana para que en ella pongan, o decirles que la hagan ellas mismas (si no saben escribir igual entregarla para que hagan el análisis de sus cualidades):

⇢ Dos atributos físicos que me agradan de mí mismo.
⇢ Dos aspectos positivos (rasgos de personalidad), que me agradan de mí mismo.
⇢ Una capacidad o habilidad que me agradan de mí mismo.
  - En la misma hoja poner: ¿De dónde proviene mi autoestima?
  - ¿Qué puedo hacer para mejorar la heteroestima de mi familia?

MATERIAL DIDÁCTICO

Pliegos de papel rotafolio y marcadores, o

pizarrón y gises, o

pintarrón y marcadores,

hojas blancas para elaborar el dibujo del cuerpo humano (o con la silueta de la persona).

1.4 TEMPERAMENTO, CARÁCTER Y SU FORMACIÓN

INTRODUCCIÓN Y DIAGNÓSTICO
(15 min.)

Vamos a comenzar hoy recordando un poco lo visto la sesión anterior, ¿Quién se acuerda de qué trató? ¿Qué aspectos vimos de la autoestima? ¿Recuerdan que tenían una pequeña tarea? ¿Quién hizo su tarea? ¿Lo transmitieron con sus familias? ¿De qué forma? ¿Tienes alguna duda de lo que platicamos la sesión pasada? (hacer las preguntas que sean necesarias para favorecer la participación y saber si hicieron su tarea).

Recordar a los asistentes que es importante estar reforzando continuamente los temas que se han visto a lo largo del programa, para que se pueda llegar a un cambio positivo en la forma de pensar y actuar de los participantes, que puedan ver la forma de aterrizar los conceptos o llevarlos a la práctica.

Ahora vamos a platicar sobre un tema que va a completar lo que vimos la sesión pasada, pues hoy hablaremos sobre lo que es el temperamento y el carácter. ¿Creen que existe una relación con lo que vimos la sesión pasada? ¿Cuáles son los elementos de la autoestima? ¿Tendrá que ver el temperamento y carácter con el autoconocimiento? (Propiciar la reflexión sobre la necesidad de identificar nuestro temperamento y carácter para llegar a un mejor autoconocimiento).

Muchas veces hemos oído decir, o nosotros mismos hemos dicho, que conocemos muy bien a nuestros hijos, esposo o esposa como la palma de la mano; levante la mano ¿quién sabe cuál es la comida favorita de su hijo(a)?, ¿quiénes son sus amigos?, ¿cuál es su programa favorito?, ¿qué deporte y equipo que prefiere? y tantas otras cosas que sabemos de los miembros de nuestras familias.

Ahora se hará un pequeño ejercicio: Se les reparte una hoja blanca (al menos por uno de los dos lados) y se les pide que pongan su mano izquierda sobre la hoja y dibujen la silueta, después, deberán poner detrás de su espalda sin ver su palma de la mano. Con su mano detrás se les pide que dibujen las líneas de la palma de su mano derecha (sin ver ninguna de las dos palmas de las manos). Se les darán 5 minutos. Al terminar de dibujar se les pide que comparen su dibujo con la palma de su mano (ahora ya pueden verlas), y se les pregunta: ¿Quién dibujó todas las líneas de su mano? ¿Conocemos nuestra palma de la mano? Pedir a los asistentes que compartan lo que sintieron con el ejercicio.

Recordemos que en algunas ocasiones ni siquiera nosotros mismos podemos conocernos al 100 por ciento como lo vimos en la sesión pasada. Y aunque los padres conozcan bien a sus hijos, sin embargo, nunca se sabe bastante de la persona.

Cada ser humano es inmensamente rico, y en el caso de ustedes como mamás y papás con la responsabilidad de formar y educar a sus hijos, interesa que los conozcan mejor para que puedan tener una influencia positiva sobre ellos. Uno de los aspectos que conviene que conozcan es el carácter.

DESARROLLO
(55 min.)

Formar a un hijo es una obra de arte que nunca es perfecta, que avanza año con año, desde que el niño nace y no sabemos cuándo puede terminar. Y como las obras de arte, los niños son muy distintos entre sí y habrá que tratarlos de acuerdo a su carácter. Todos los caracteres llevan consigo ventajas o desventajas, hay niños que son muy ordenados pero egoístas, otros muy simpáticos

pero desordenados, tenemos también niños tímidos, unos muy emotivos, los que se enojan fácilmente, y podríamos mencionar una enorme lista de realidades humanas.

La idea de este tema es que podamos descubrir cómo es el carácter de nuestros hijos, para encauzarlos de acuerdo a su modo de ser y ayudar al desarrollo de su personalidad a fin de que se preparen para la vida, por lo que veremos una clasificación de los tipos de carácter que existen y las formas de tratar a esas personas.

Se ha estudiado mucho este tema y algunas personas han hecho distintas clasificaciones, sin embargo nos enfocaremos solo en una, hecha por Le Senne, quien dice:

> El carácter es el esqueleto mental de la persona. Es el conjunto de disposiciones congénitas.

Pero ¿qué significa esto? Que el carácter es como la base o estructura de la forma en que pensamos o actuamos, es decir, es lo que le da ese estilo personal a como hacemos las cosas, sentimos o reaccionamos ante diferentes situaciones; y esta manera de ser también se ve influida por ciertas características heredadas que ya tenemos, más no nos determinan.

Si habláramos de una construcción serían las vigas y castillos que sostienen las paredes. Y la herencia, los materiales con que está hecha, sin embargo aunque en planos y a primera vista una construcción sea la misma, a la hora de poner muebles, decorarla y habitarla cada una es muy diferente.

Para poder hacer entonces una clasificación del carácter es necesario tomar tres factores fundamentales para llegar a 8 tipos de caracteres, por medio de una combinación de estos factores, que son:

Emotividad	Actividad	Resonancia

EMOTIVIDAD

Por lo general hemos escuchado alguna vez que tal persona es muy emotiva y tal otra no es emotiva, pero ¿por qué decimos esto? ¿Por qué sabemos que una persona es emotiva o no lo es? (Motivar la participación de los asistentes ante éstas preguntas para saber que tanto coinciden con lo que es emotividad).

La emotividad es la capacidad de ser conmovido incluso por sucesos cuya importancia es mínima, es decir, los que lloran o lloramos al ver una película, escuchar una canción, ver a una persona, leer un pensamiento o carta, disfrutar de un bello paisaje, unas lindas flores, etc.

Esta cualidad (emotividad), tiende a producir manifestaciones más o menos estridentes que carecen de verdadera efectividad, como las caras o gestos, las rabietas o muestras de enojo. Las manifestaciones de nuestra emotividad dependen del grado de interés que tengamos en determinado tema o situación. Por ejemplo, si papá le va a “las chivas” no será igual su enojo si pierden contra el América que contra el Veracruz, o si mamá es aficionad a la novela de las 9, no será igual su interés por ver la televisión a las 9 que a las 7 de la tarde. (Estos ejemplos pueden cambiar de acuerdo a las actividades que ya conoces que realiza el grupo de

participantes, puedes usar el interés por cierta actividad o festividad cercana, el querer emigrar por trabajo, etc.).

Y con respecto a los hijos pasa algo parecido, por lo que si averiguamos los intereses de cada uno podremos detectar si es verdaderamente emotivo o no, observando la forma en que reaccionan o se comportan ante algo que realmente les interese: Fútbol, amigos, ir a pasear o al parque, seguir estudiando, etc.

Podemos saber entonces ¿cuándo estamos ante una persona emotiva? ¿Cuáles son los síntomas habituales o características de la emotividad? Podemos decir que una persona es emotiva cuando:

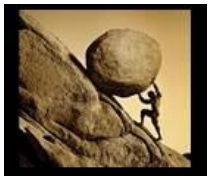
- Hay desproporción entre la importancia objetiva de un acontecimiento y la conmoción subjetiva. Por ejemplo, ante la noticia de que un vecino está enfermo de gripa, la persona emotiva se preocupa de tal manera que va por el doctor para llevarlo con el enfermo o le compra medicinas aun sin ser recetadas y le prepara remedios caseros para que se mejore.
- Tiene inquietud, movilidad mental y práctica, cambios de humor. Por ejemplo, un emotivo, no puede estar mucho tiempo sin hacer nada, necesita estar pensando o haciendo cosas (en su casa, trabajo, escuela, con los amigos), y además puede cambiar de humor fácilmente, es decir; de estar muy enojado, al siguiente minuto puede estar muy contento y luego muy triste.
- Hay una impulsividad como reacción inmediata (explosiva o silenciosa), ante los acontecimientos. Ante una situación tienen una reacción rápida, sin pensar las cosas, y pueden hacerlo de una manera que todos lo notemos o que nadie lo haga, por ejemplo, cuando mi hijo llega de la escuela con un morete, hay quienes inmediatamente van a reclamar al maestro o al compañero sin saber el porqué del morete; y hay quienes no hacen nada al momento pero comienzan a decir a las mamás de la escuela que el maestro o un compañero golpeó a su hijo. Esto sin estar seguros de lo ocurrido.

- La excitabilidad. Esto quiere decir que nos enfadamos o molestamos fácilmente por cualquier situación, por ejemplo, cuando tenemos hambre y estamos "de malas", llega nuestro hijo de la escuela y nos dice que le llamaron la atención por no haber hecho la tarea, entonces lo regañamos y castigamos sin saber que esa tarea no la cumplió porque nosotros no le ayudamos.
- El superlativismo (voz fuerte, movimientos ampulosos, exageración). Esto es cuando la persona tiende a levantar la voz cuando se emociona (gritos o exclamaciones), se mueve mucho cuando platica con alguien (casi actúa la conversación), sus movimientos con el cuerpo son exagerados.
- La intolerancia, es decir, tendencia a identificarse con los que participan de sus mismas opiniones y a rechazar a quienes tienen opiniones distintas a las suyas. Por ejemplo cuando solo estoy de acuerdo con mi compadre que le va al equipo de fútbol al que yo le voy, si no, no lo acepto, no lo tolero.

Entonces, ¿cuáles serían los síntomas o características de la no emotividad de una persona? (Motivar para que los participantes los mencionen, pues son los contrarios a los expuestos anteriormente).

ACTIVIDAD

Recordemos que estamos viendo los diferentes tipos de carácter que tenemos las personas como medio de entendernos mejor y comprender a nuestra familia, para poder llevar a cabo acciones formativas correctas, que tomen en cuenta las diferencias de cada uno de nuestros hijos.



Desde ese punto de vista, vamos a tomar el concepto de actividad, como una forma de ser de algunas personas, como parte de su carácter. La actividad, tratándose de carácter, "es una disposición

habitual a la acción", no es la acción misma. La persona que es activa, es aquella que vive para actuar, para quien la emergencia de un obstáculo le impulsa para actuar y detener el obstáculo.

Las características de una persona activa y de una no activa son las siguientes: (pedir a los asistentes que vayan dando ejemplos de cada una de las características de las personas activas o no activas, por ejemplo ¿cómo es una persona perseverante? Si no me sale la puntada del tejido, lo intento hasta que me sale bien.)

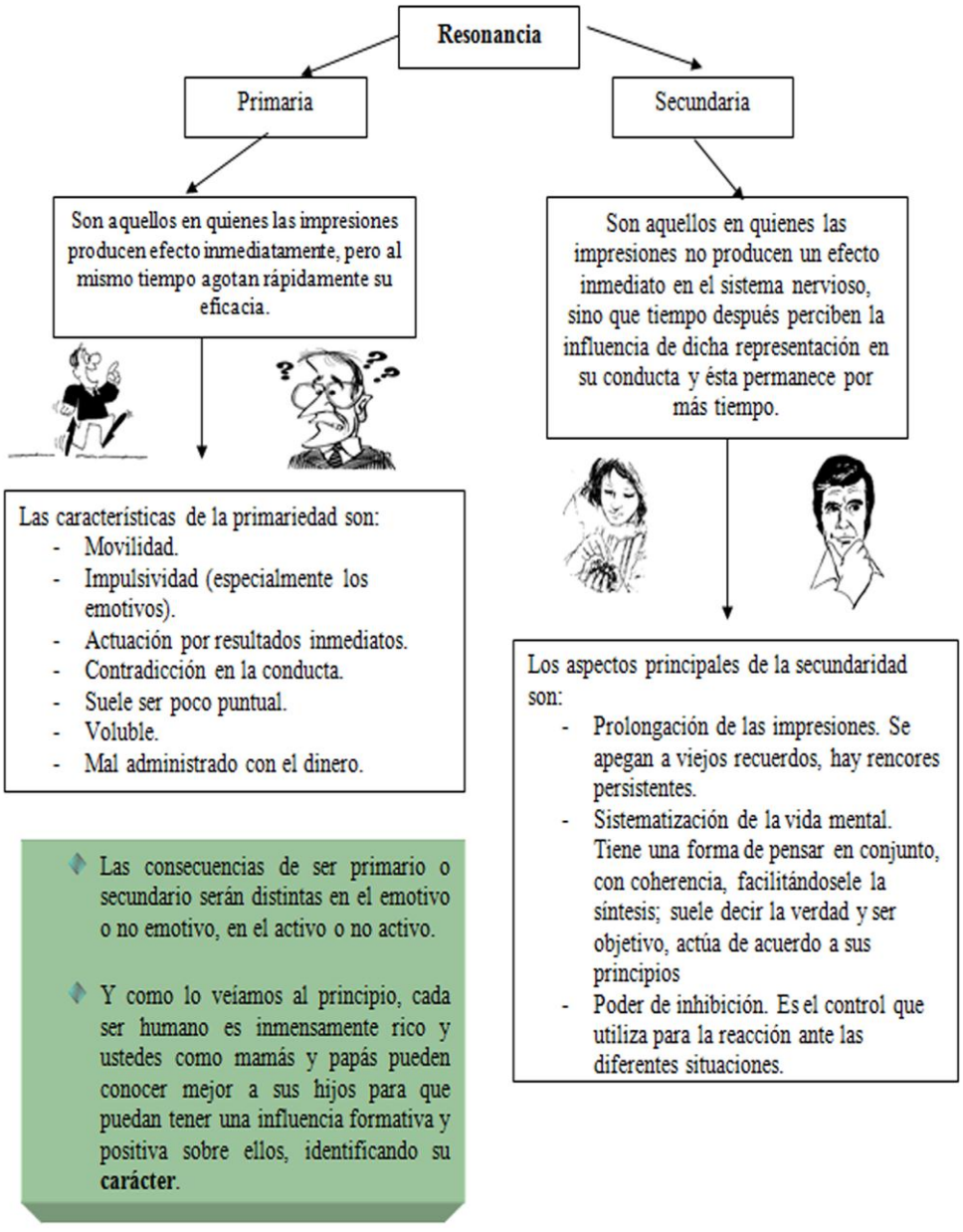
ACTIVA	NO ACTIVA
Trabaja sin esfuerzo, movida por esa disposición natural a actuar, más que por el interés o atractivo de la meta.	Tiene que vencer ciertas resistencias interiores que le dificultan actuar, pero movida por la emotividad puede ser impulsada a la acción.
Siempre en acción, ocupada en cosas que tienen relación con sus preferencias personales.	Necesita la motivación para actuar.
Perseverante, con sentido realista (y con más sentido práctico si no es emotivo).	Más que una falta de actividad consiste en una contra-actividad, como un obstáculo permanente que dificulta la acción.
Alegre y vivaz.	Actúa con esfuerzo y se desgasta.
Objetivo (si no es emotivo).	

No olvidemos que la actividad no se refiere al espíritu de trabajo o a la efectividad que tengamos al mismo, solo al aspecto del carácter de la persona.

RESONANCIA

¿Qué se les viene a la cabeza cuando escuchas "resonancia"? (Dirigir la pregunta), generalmente decimos que hay resonancia en un lugar cuando escuchamos el eco de nuestra voz o de otros sonidos o ruidos.

Entonces cuando hablamos de resonancia, repetición o efecto en el carácter, encontramos 2 tipos de resonancia: Primaria y Secundaria.



DUDAS Y COMENTARIOS
(15 min.)

Este espacio es para que se puedan responder aquellas dudas que tengan los participantes o escuchar comentarios que puedan enriquecer el tema.

ACTIVIDAD EXPERIENCIAL
(20 min.)

Objetivo:

Lograr que los asistentes reconozcan sus características personales que conforman su carácter, y tengan un autoconocimiento más profundo de ellos mismos y puedan conocer y entender a los miembros de su familia.

Tamaño de Grupo:

30 participantes.

Material:

Copias del cuestionario de caracterología.

Desarrollo:

I. Se entregará el cuestionario de caracterología a los asistentes, se leerán las instrucciones en el grupo. Aclarar las dudas que surjan y dar las instrucciones las veces que sea necesario hasta que nadie tenga dudas sobre la forma de contestar.

II. Los asistentes responderán el cuestionario de forma individual, o grupal en el caso de haber personas que no sepan leer o de no tener suficientes copias.

III. Realizar la calificación del cuestionario para saber si somos emotivos/no emotivos, activos/no activos, primarios/secundarios; conocer las características de cada tipo de carácter que nos identifican.

EVALUACIÓN

(15 min.)

Entregar a los participantes el formato de evaluación de la sesión y dar el tiempo necesario para que lo contesten.

TAREA Y PROPÓSITO

(10 min.)

Identificar qué tipo de carácter tiene cada uno de los miembros de mi familia (te puedes apoyar del cuestionario que tú ya resolviste) y luego contestar:

- ¿Qué puedo hacer para cambiar o mejorar la forma de tratar a mi esposa, esposo, hijos o hijas de acuerdo a su tipo de carácter?

MATERIAL DIDÁCTICO

Pliegos de papel rotafolio y marcadores, o

pizarrón y gises, o

pintarrón y marcadores,

hojas blancas o de doble uso (una para cada asistente),

lápices, plumas o colores.

FICHA COMPLEMENTARIA

CUESTIONARIO DE CARACTEROLOGÍA

Todas las preguntas se refieren al comportamiento espontáneo y habitual de la persona. Cada pregunta se califica en el renglón correspondiente de acuerdo con el grado que se considera existe en la persona:

NO	(AUSENCIA TOTAL)	=	O
A VECES	(MUY POCO)	=	1
SIEMPRE	(MUCHO)	=	2

1. EMOTIVIDAD

¿Se altera fácilmente por acontecimientos de poca importancia?

____

¿Expresa o dice sus opiniones y defiende sus ideas fuertemente?

____

¿Cambia con facilidad de opinión, de conducta y de humor

____

¿Tiende a reaccionar intensamente? (con muchos gestos, etc.)

____

¿Se emociona o conmueve fácilmente al leer o

escuchar algo emocionante? ____

TOTAL

De O a 5 = No Emotividad

De 6 a 10 = Emotividad

2. ACTIVIDAD

¿Siempre tiene que estar haciendo algo? ____

¿Continúa en sus tareas y las dificultades son como un estímulo? ____

¿Toma fácilmente una decisión, incluso en momentos difíciles? ____

¿Recobra pronto sus fuerzas después de un trabajo intenso? ____

¿Lleva a la práctica lo que decidió hacer sin retardarlo? ____

TOTAL

De O a 5 = No Actividad

De 6 a 10 = Actividad

3. RESONANCIA

¿Se disgusta ante acontecimientos imprevistos? ¿Planea? ____

¿Es difícil de consolar después de un disgusto o fracaso? ____

¿Suele entretenerse con los acontecimientos pasados? ____

¿Prefiere seguir las normas ya conocidas? ____

¿Es reservado, discreto? (no le gusta darse a conocer) ____

TOTAL

De O a 5 = Primariedad
De 6 a 10 = Secundariedad

Dr. José Antonio López Ortega Müller

Según los resultados obtenidos, combina las iniciales. Ejemplo:

E -	Emotivo		NE -	No Emotivo	
A -	Activo	= EAP	NA -	No Activo	= NENAS
P -	Primario		S -	Secundario	

HOJA DE RESPUESTAS

CARÁCTER	*SUGERENCIAS EDUCATIVAS*
EAP - COLÉRICO	
– Contento y dispuesto a hacer las cosas. – Trabaja en equipo y rodeado de amigos. – Reacciones agresivas y violentas. – Facilidad de palabra.	– Brindarle un ideal en una misma dirección. – Hay que hacerlo consciente de sus limitaciones. – Encontrarle objetivos a corto plazo. – Guiarle con dureza-cariño. – Intentar que se conozca a sí mismo. – Ofrecerle alternativas deportivas. – Mantenerle ocupado.
EAS – APASIONADO	
– Capacidad de trabajo. – Ocupado en lo que le gusta. – Reacciona con fuerza. – Puntual. – Ordenado. – Observador. – Aficionado a la lectura. – Fanático, impaciente y agresivo.	– Tratarlo con dulzura. – Crear un ambiente adecuado para realizar actividades. – Ayudarle a canalizar su energía (deporte). – Motivarle para que ayude a otros niños con menos capacidades.
ENAP – NERVIOSO	
– Se ofende fácilmente. – Habla con sentimiento y calor. – Poco sentido práctico. – Le cuesta controlar sus nervios. – Trabaja a saltos, aplaza las cosas y no termina lo que inicia. – Difícil de convencer.	– Ayudarlo a disciplinar su trabajo. – Programarle horario de estudio. – Darle oportunidades para que tenga algún éxito. – Elogiar los buenos resultados. – Hablarle al corazón con cariño.
ENAS - SENTIMENTAL	
– Tristeza habitual. – Inseguro. – Poca confianza en sus capacidades. – Susceptible. – Poco sentido práctico. – Lento en el trabajo. – Conserva recuerdos de viejas impresiones.	– Crear un ambiente compresivo. – No recordarle sus errores o fracasos. – Hay que hacerle sentir que existe la misericordia. – Infundirle confianza en sí mismo. – Mostrarle su comprensión y cariño. – Fomentar su participación en actividades de equipo.

NEAP - SANGUÍNEO	
– Todo lo calcula. – Decidido y práctico. – Con iniciativa. – Ocupado en alguna actividad. – Se adapta a las situaciones nuevas. – Oportunista.	– Propiciar que cultive su creatividad (pintura, música, etc.). – Ayudarle a seguir un plan de trabajo. – Proponerle que ayude a sus compañeros. – Orientación y control de lecturas.
NEAS - FLEMÁTICO	
– Paciente. – Objetivo. – Ocupado, hace lo que tiene qué hacer. – Reflexivo. – Tenaz. – Ordenado. – Sentido del deber. – Poco comunicativo.	– Ayudarlo a despertar en él inquietudes e intereses. – Desarrollar hábitos de convivencia. – Desarrollar en él virtudes altruistas. – Compañerismo y generosidad.
NENAP - AMORFO	
– Poco sensible a los estímulos. – Perezoso, sin sentido práctico. – Poca voluntad. – Desordenado, impuntual. – Testarudo.	– Felicitar su valor. – Apoyarlo para la sociabilidad. – Control estrecho para el estudio diario. – Hábitos de orden y disciplina.
NENAS - APÁTICO	
– Habla muy poco. – Humor siempre igual. – Silencioso, cerrado. – Indiferente. – Pocos intereses. – Huye del trabajo. – Poco dispuesto a ayudar.	– Apoyarle en una alimentación que produzca energía, así como en educación física, natación, paseos, etc. – Darle hábitos de vida religiosa. – Proporcionarle metas de dificultad progresiva. – Sacarle de trabajo rutinario.

1.5 DIFERENCIAS SEXUALES VARÓN-MUJER Y SU IMPORTANCIA EN LA PERSONALIDAD

INTRODUCCIÓN Y DIAGNÓSTICO
(15 min.)

Vamos a comenzar hoy recordando un poco lo visto la sesión anterior, ¿Quién se acuerda de qué trató? ¿Qué aspectos vimos sobre el carácter? ¿Recuerdan que tenían una pequeña tarea? ¿Quién hizo su tarea? ¿Cómo cambió su forma de tratar a los miembros de su familia? ¿Tienen alguna duda de lo que platicamos la sesión pasada? (Hacer las preguntas que sean necesarias para favorecer la participación y saber si hicieron su tarea). Recuerda la importancia de hacer las preguntas dirigidas a los participantes, es decir, no hacer la pregunta al aire, sino pedirle a alguien en específico que nos responda para que participen todos los miembros del grupo.

Para comenzar con la sesión de hoy, vamos a tener una pequeña dinámica llamada: "Levantarse agarrados". Por lo que les pido que se formen en parejas en el grupo (de preferencia hombre y mujer), cada una de ellas se pondrán espalda contra espalda y con los brazos entrelazados. Posteriormente pediremos que se sienten en el suelo, deberán levantarse del mismo ayudándose solo con las piernas y la espalda.

Como coordinadores del grupo observaremos si han colaborado los participantes entre ellos, si les ha resultado muy difícil, estrategias que han seguido para levantarse del suelo, etc. Preguntaremos cómo se la pasaron, cómo se han sentido, haremos una reflexión sobre qué características de los hombres o mujeres intervinieron en el logro de la actividad, qué aportó el hombre o la mujer, si se hicieron parejas de mujeres qué experiencia tuvieron.

El día de hoy veremos un tema que va a complementar lo visto la sesión anterior, pues trataremos las diferencias sexuales de hombres y mujeres y su impacto en la

personalidad. ¿Creen que la personalidad que tenemos, aún con las mismas características caracterológicas, varía si somos hombres o mujeres? ¿Por qué? Establecer un ambiente con los participantes para que expresen lo que piensan sobre este punto y anotar las ideas generales que aporten.

El tema de masculinidad y feminidad, o de las características de los hombres y de las mujeres, no se había tomado con seriedad como forma de estudio sino hasta finales de 1800, cuando se entendía que:

- La masculinidad se percibía como algo positivo, activo, objetivo, racional, aceptando a los hombres como seres emprendedores, audaces, etc.
- La feminidad era percibida como pasiva, subjetiva, irracional, mujeres tomadas como seres que no tenían manera de tener iniciativa, o emprender nuevos proyectos.

Sin embargo los estudios sobre las capacidades de hombres y mujeres han puesto en crisis estos conceptos, al descubrir que los roles que en una sociedad desempeñaban los hombres, en otra los desempeñaban mujeres. Este ejemplo lo podemos ver aun en nuestras comunidades cuando los hombres emigran a otros lugares para buscar un mejor sustento familiar y las mujeres han tenido que comenzar en la vida laboral para ayudar a este sustento.

DESARROLLO
(55 min.)

Pero ¿cuáles son esas diferencias sexuales y por qué influyen en la personalidad de cada uno de nosotros?

Primero es importante aclarar que cuando se habla de diferencias sexuales, no nos referimos exclusivamente a lo que tiene que ver con la genitalidad, sino a las características que tenemos por ser hombre o mujer.

Ya que la sexualidad no es solo genitalidad (o tener relaciones sexuales), sino la forma en que nos comportamos como hombre o mujer, es decir, yo al actuar lo hago de acuerdo a mi personalidad y dentro de ella mis características como mujer (o como hombre), pues la forma en como hablo, visto, camino, pienso, como, descanso, etc. Lo hago de acuerdo a mi sexo y a mi personalidad.

Las diferencias sexuales hombre-mujer pueden estudiarse desde muchas ramas, como la medicina, la biología, la psicología, la filosofía o la ética. Hoy nos enfocaremos a lo que nos aporta la filosofía.

Aporte de la Filosofía

Es una ciencia que estudia el fin último de las cosas.

Todos los **seres humanos somos iguales**, porque tenemos la misma naturaleza (características), y la misma dignidad. *¿Se acuerdan lo que esto significa? ¿Tú me ayudas a recordarlo?*

Al mismo tiempo somos diferentes, en cuanto que somos sexuados (hombre o mujer).

Como **iguales** somos seres **completos**, como diferentes somos seres complementarios.

Masculinidad y feminidad no están reducidas al aspecto físico o biológico, ni se termina en la procreación.

Influyen en toda la corporeidad (toda la materia física de la persona), y por lo tanto el modo en como cada uno expresamos lo que somos a través de nuestro cuerpo.

Hay entonces **personalidad masculina** y **personalidad femenina** sin que por esto el hombre o la mujer sean más o menos persona

Tomando en cuenta lo expuesto hasta ahora, nos ayuda a que podamos detallar los siguientes puntos:

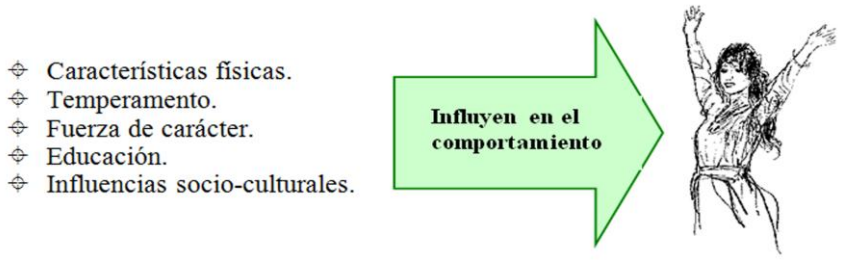
- El sexo no debe reducirse a la pura genitalidad, ya que cada persona es sexuada en todo su cuerpo, y por tanto, en todo su ser, desde el nacimiento hasta la muerte.

- Para formar un embrión (bebé), es necesaria la aportación del padre y de la madre. Ninguno de los dos es sustituible.

- El óvulo de la mujer y el espermatozoide del hombre dan cada uno al nuevo ser un juego de cromosomas.

- El bebé es el resultado de la unión aleatoria (casual), de los genes (óvulo y espermatozoide), de los padres, recogiendo características físicas y de conducta de ambos.

- Desde la concepción se define el sexo del nuevo ser (masculino o femenino).



Conviene no olvidar que las diferencias varón-mujer (lo distinto no siempre es contrario), deben estar encaminadas a:

- ✓ A la complementariedad (completarse).
- ✓ Para esto es necesario conocerse y conocer al otro(a).
- ✓ Reconociendo que tenemos diferencias naturales.
- ✓ Procurando comprender y aceptar al otro(a).

Para:

- ✓ Crecer juntos.
- ✓ Fomentando la ayuda mutua.
- ✓ Mejorando así el amor y la entrega conyugal.

¿Y los hijos? ¿Cómo ayudarlos?

También conviene tomar muy en cuenta estas diferencias para realizar una **adecuada formación-educación de los hijos de acuerdo con su sexo** y para aprender a relacionarse con el sexo complementario.

Las diferencias sexuales hombre-mujer pueden darse en tres niveles: Físico, afectivo y racional, se señalan algunas en el siguiente cuadro:

I. DIFERENCIAS FÍSICAS

- En el aparato reproductor
- En los caracteres sexuales secundarios
- En el funcionamiento hormonal

HOMBRE	MUJER
➲ Infancia más prolongada.	➲ Infancia más breve.
➲ Presencia hormonal permanente.	➲ Presencia hormonal cíclica.
➲ Mayor desarrollo muscular.	➲ Menor desarrollo muscular.
➲ Mayor fuerza física.	➲ Menor fuerza física.
➲ Hombros más anchos.	➲ Pelvis más ancha.
➲ Voz grave.	➲ Voz aguda.
➲ Barba y bigote.	➲ Desarrollo mamario.
➲ Menor resistencia al dolor.	➲ Mayor resistencia al dolor.
➲ Mayor vulnerabilidad ante enfermedades.	➲ Menor vulnerabilidad ante enfermedades.
➲ Vida más corta en promedio.	➲ Vida más larga en promedio.
➲ Tendencia sexual más intensa.	➲ Tendencia sexual menos intensa.

II. DIFERENCIAS AFECTIVAS O PSICOLÓGICAS

- Emociones
- Sentimientos
- Pasiones

HOMBRE	MUJER
➲ Mayor estabilidad afectiva. ➲ Menor sensibilidad. ➲ Subordina el afecto a la razón. ➲ Ternura brusca. ➲ Más directo (sencillo). ➲ Más independiente. ➲ Agresividad y firmeza. ➲ Interés por el liderazgo. ➲ Tendencia al orgullo. ➲ Subordina lo afectivo a lo sexual (físico).	➲ Menor estabilidad afectiva. ➲ Mayor sensibilidad. ➲ Predominio de lo afectivo. ➲ Ternura delicada. ➲ Más indirecta (compleja). ➲ Más dependiente. ➲ Conciliadora y compasiva. ➲ Interés por la imagen. ➲ Tendencia a la vanidad. ➲ Subordina lo sexual (físico) a lo afectivo.

III. DIFERENCIAS RACIONALES

- ◎ Modo de conocer
- ◎ Modo de pensar
- ◎ Modo de querer

DUDAS Y COMENTARIOS

(15 min.)

HOMBRE	MUJER
➲ Mayor tendencia al razonamiento. ➲ Más objetivo. ➲ Mayor tendencia a escuchar. ➲ Facilidad para la relación espacial. ➲ Se basa más en los hechos. ➲ Se propone metas a largo plazo. ➲ Busca más la esencia de las cosas. ➲ Capta el todo. ➲ Más lanzado a la acción. ➲ Tiende más a la invención. ➲ Le importa más el hacer.	➲ Mayor tendencia a la intuición. ➲ Más subjetiva. ➲ Mayor tendencia a hablar. ➲ Mayor capacidad perceptiva y de relación. ➲ Se basa más en la imaginación u opiniones. ➲ Se propone metas a corto plazo. ➲ Se fija más en los detalles accesorios. ➲ Capta las partes. ➲ Más precavida para la acción. ➲ Tiende más a la conservación. ➲ Le importa más el ser.

José Antonio López Ortega Müller

Este espacio es para que se puedan responder aquellas dudas que tengan los participantes o escuchar comentarios que puedan enriquecer el tema.

ACTIVIDAD EXPERIENCIAL

(20 min.)

Objetivo: Comentar entre los participantes ejemplos sobre las diferencias sexuales de hombres y mujeres, a través de trabajo en equipos, para conocernos y comprender a mi esposo(a) e hijos(as)

Tamaño de Grupo:

30 participantes

Material:

información sobre las diferencias físicas, psicológicas o efectivas y racionales de los hombres y mujeres.

Desarrollo:

realizar 8 equipos de 5 o 4 personas cada uno y dar las instrucciones antes que las personas se dispersen. A cada equipo se le pedirá que comenten sobre cada uno de los siguientes puntos (durante 10 minutos):

- ✓ Características físicas de los hombres
- ✓ Características físicas de las mujeres
- ✓ Características psicológicas o afectivas de los hombres
- ✓ Características psicológicas o afectivas de las mujeres
- ✓ Características racionales de los hombres
- ✓ Características racionales de las mujeres.
- ✓ Características sociales de los hombres
- ✓ Características sociales de las mujeres.

Al finalizar volvemos con todo el grupo en general y comentaremos las características que les tocó platicar por grupo, cada equipo tendrá 3 minutos para comentar a los demás los aspectos que a ellos les parecieron más importantes. Al término de los equipos el coordinador hará un cierre retroalimentando lo expuesto por todos.

Recuerda que es importante estar observando y monitoreando (ir a cada grupo y ver si se está trabajando correctamente), los grupos y fomentar la participación de los asistentes.

EVALUACIÓN
(15 min.)

Entregar a los participantes el formato de evaluación de la sesión y dar el tiempo necesario para que lo contesten.

TAREA Y PROPÓSITO

(10 min.)

Contestar de forma escrita (de preferencia), las siguientes preguntas y comentarlas con los miembros de sus familias:

- ¿Por qué somos complementarios?
- ¿Qué aprendí sobre las diferencias sexuales entre hombre y mujer?

MATERIAL DIDÁCTICO

Pliegos de papel rotafolio y marcadores, o

pizarrón y gises, o

pintarrón y marcadores,

hojas con preguntas para la tarea.

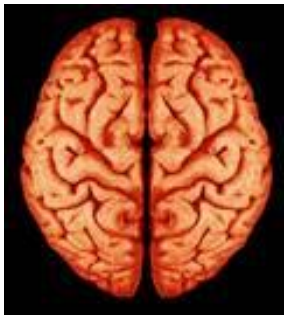
FICHA COMPLEMENTARIA

Diferencias biológicas entre hombre y mujer

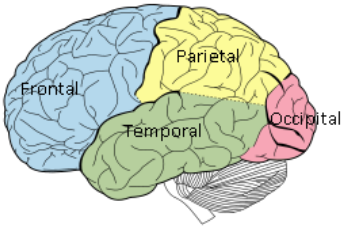
Antes de comenzar con las diferencias biológicas entre hombres y mujeres, es necesario que aclaremos un poco el funcionamiento del cerebro.

El cerebro es el órgano principal de nuestro organismo, es el encargado de controlar las funciones físicas y psíquicas del cuerpo, para lo cual se estructura de la siguiente manera:

- Se divide en dos hemisferios, derecho e izquierdo.
  - Hemisferio izquierdo se encarga del lenguaje, habla, lectura y escritura. Es un poco más grande en las mujeres.
  - El Hemisferio derecho se encarga de la percepción y desarrollo espacial, capacidad musical, creatividad e imaginación. Se desarrolla un poco más en el hombre.



- De acuerdo a las funciones que realiza cada segmento o parte del cerebro, podemos reconocer diferentes zonas o lóbulos cerebrales:
  - Lóbulo frontal: Es el encargado de la voluntad, toma de decisiones, control de la impulsividad y la agresividad, responsabilidad, intención de los actos, motivación y deseo de aprender.



  - Lóbulo parietal: Encargado especialmente de recibir las sensaciones de tacto, calor, frío, presión, dolor y coordinar el balance.
  - Lóbulo temporal: Recibe y procesa información procedente de los oídos, también contribuye al equilibrio, y regula emociones y motivaciones, como la ansiedad, el placer y la ira.
  - Lóbulo occipital: Su principal función es el procesamiento visual espacial, discriminación del movimiento y discriminación del color.

Hombre	Mujer
Pesa un 15 % más que el de la mujer: 1,500 kg.	Pesa 1,275 kg.
El hemisferio derecho es más grande que el izquierdo y es el encargado de la percepción y desarrollo espacial, capacidad musical, creatividad e imaginación.	El hemisferio izquierdo es más grande que el derecho y es el encargado del habla, lenguaje, lectura y escritura.
Utiliza cada hemisferio por separado.	Utiliza los dos hemisferios simultáneamente.
	Madura 4 años más rápido que el hombre.
Mejor desempeño en tareas de ubicación espacial, como manejar, manipulación de aparatos, etc.	Mejores habilidades verbales: Hablar, escribir.
Están estancados en expresar de forma abierta sus emociones.	Posee una mayor capacidad para explicar con detalle y sin dificultad sus emociones y sentimientos.
Son motivados de forma más efectiva por ambientes competitivos con ganadores y perdedores.	Responde a situaciones de aprendizaje de cooperación o competitivas.
No pide ayuda para alcanzar sus metas.	Tiene metas claras y pide ayuda para alcanzarlas.
Posee gran habilidad para el cálculo mental.	Utilizan los dedos para contar.
Les gusta leer ciencia ficción, historias reales o de criminalidad.	Las lecturas preferidas son novelas o historias cortas.

2. PSICOLOGÍA EVOLUTIVA DEL NACIMIENTO A LA PUBERTAD

2.1 CÓMO SON LOS NIÑOS DESDE EL NACIMIENTO HASTA LOS DOS AÑOS DE EDAD

INTRODUCCIÓN Y DIAGNÓSTICO
(15 min.)

Vamos a comenzar hoy recordando un poco lo visto la sesión anterior, ¿Quién se acuerda de que trató? ¿Qué puntos intervienen en las diferencias sexuales de hombre y mujer? ¿Recuerdan que tenían una pequeña tarea? ¿Quién hizo su tarea? ¿Cómo cambió su forma de tratar a los miembros de tu familia? ¿Tienen alguna duda de lo que platicamos la sesión pasada? (hacer las preguntas que sean necesarias para favorecer la participación y saber si hicieron su tarea). Recuerda la importancia de hacer las preguntas dirigidas a los participantes, es decir, no hacer la pregunta al aire, sino pedirle a alguien en específico que nos responda para que participen todos los miembros del grupo.

El día de hoy iniciaremos un nuevo módulo, en el cual estaremos platicando sobre uno de los temas que hicieron que nos decidiéramos a venir al curso taller de Escuela de Padres, ¿cuál creen ustedes que es este tema? Nuestros hijos, ellos son los que nos impulsan a ser mejores cada día y a seguir preparándonos para ser mejores padres para ellos.

Para una mejor comprensión de este tema vamos a dividirlo en diferentes etapas de la niñez, adolescencia y juventud, sin olvidar temas

como: La autoridad, educación de la sexualidad, prevención de adicciones, etc.

Ahora, rápidamente vamos a poner en estos papelotes el número y edades de los hijos que tienen para conocer las edades de los hijos de nuestros compañeros del grupo. Te puedes basar en el siguiente cuadro para el registro de los datos (es importante que lo conserves para futuras sesiones sobre las características de los hijos en sus diferentes etapas):

Edad	Menos de 1 año	1 año	2 años	3 años	4 años	5 años	6 años	7 años
Hombres								
Mujeres								
Edad	8 años	9 años	10 años	11años	12 años	13 años	14 años	15 años
Hombres								
Mujeres								
Edad	16 años	17 años	18 años	19 años	20 años y más			
Hombres								
Mujeres								

DESARROLLO
(55 min.)

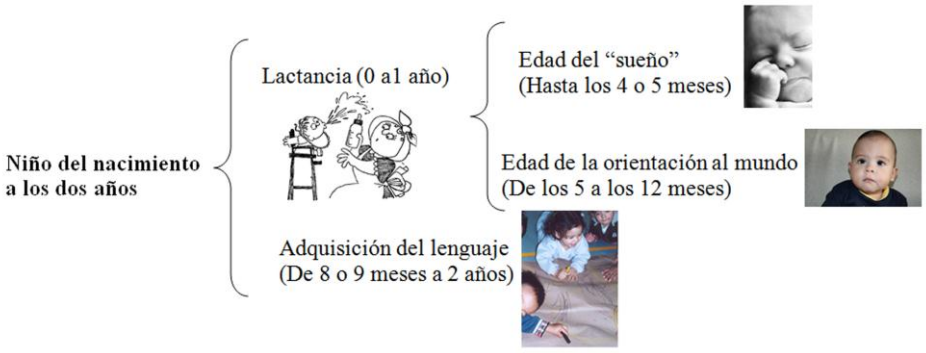
En esta sesión vamos a revisar cómo son los niños desde el nacimiento hasta los 3 años. Veamos, en el grupo hay _____niños de menos de un año, _____de 1 año, _____de 2 años, y _____de 3 años, y más grandes hay _____ y todos ellos han pasado por esa edad, por lo que me van a ayudar a decirme ¿cuáles son las características de los niños del nacimiento a los 3 años? Ya que ustedes al tener hijos en estas edades, o haberlos tenido, son ahora expertos en el tema. Anotar en otro papelote las aportaciones de los participantes promoviendo el respeto y la confianza, a través de la metodología participativa. Al momento de registrar los comentarios puedes clasificarlos de acuerdo al siguiente cuadro:

Desarrollo cognitivo o mental	Desarrollo físico	Desarrollo afectivo y social	Características generales

Al terminar las participaciones se deja en un lugar visible, para ir palomeando cuando se vaya mencionando la característica que ellos nos han dicho, como afirmación a lo que ellos saben y han experimentado a través de la vida diaria y la observación de sus hijos.

Continuemos ahora con lo que dicen algunos estudios sobre los niños desde el nacimiento hasta los dos años de vida.

Para que podamos identificar las características, vamos a partir de una división de las edades o etapas por las que pasan los niños desde que nacen hasta los dos años. Estas etapas son:



Sabiendo ahora las diferentes etapas de los niños del nacimiento a los dos años de vida, pasemos a identificar las características de cada una de ellas.

Primero vamos a trasladarnos un poco al pasado cuando teníamos a nuestros hijos en esta etapa y recordemos lo que ellos y nosotros

hacíamos, ahora comencemos con lo que dicen sobre las características de los niños recién nacidos hasta el primer año, que es la etapa llamada: Lactancia.

Periodo	Desarrollo cognitivo o mental	Desarrollo físico	Desarrollo afectivo y social	Características generales
Lactancia	* Carece de la facultad de pensar y hablar de una manera específicamente humana.	* Su sistema motor está aún muy inmaduro. * En la leche materna hay una protección por la trasmisión de anticuerpos, además de recibir los nutrientes necesarios. * Se debe cubrir el esquema de vacunación. *Dar seguimiento a su crecimiento y desarrollo (con el médico), para que se dé correctamente.	* Necesitado de todo tipo de cuidados y en dependencia absoluta de sus padres. * Durante la lactancia materna el niño sigue manteniendo lazos estrechos afectivos con su madre.	* Etapa de multitud de cambios en el desarrollo. * El desarrollo se realiza muy de prisa al principio, luego cada vez más despacio. * Es *recomendable* que la lactancia no se prolongue más allá de ocho meses.

Recuerda ir palomeando las características que se asemejen a las aportaciones de los participantes registradas en los papelotes. Estas características son la primera etapa, recordemos que la lactancia se divide en dos partes, la primera corresponde al periodo del sueño, que veremos a continuación:

Periodo	Desarrollo cognitivo o mental	Desarrollo físico	Desarrollo afectivo y social	Características generales
Edad del "sueño" o edad del recién nacido	* Escasa organización del sistema nervioso. * Los movimientos que tiene el niño, sirven de preparación para los movimientos ordenados y preparan al sistema muscular para ver, hablar, agarrar y caminar. *Por la observación podemos darnos cuenta que el lactante puede aprender, por lo que decimos que tiene una facultad innata de aprender.	* Hay movimientos impulsivos: Son desordenados y sin objeto, se presentan espontáneamente (patalea al ponerle el pañal, extiende y flexiona sus piernas al bañarlo, movimientos no coordinados de los ojos). * Hay también movimientos reflejos provocados por estímulos exteriores y sirven como protección, defensa y adaptación (reflejo de la pupila, párpados, la tos, succión, tragar, vómito, estornudo, prensión...). * El tacto juega un papel importante porque proporciona las sensaciones de contacto, temperatura, presión y dolor en la piel. * Los sentidos superiores (oído y vista), están menos desarrollados que los inferiores (tacto, gusto y olfato). * Pueden permanecer tranquilos y dormir en medio de la inquietud de una casa. * Actúa por impulsos; de alimentarse, de la succión, chupar.	* Hay algunos movimientos de expresión que son como el espejo en el que se reflejan los estados del alma: Gritar, suaves gemidos, rabietas. * Se puede adaptar a ciertos estímulos del ambiente, como acostumbrarlo a dormir con ruido o en lugares con luz. * La afectividad desempeña un papel muy importante porque sus sentimientos están ligados a la actividad de sus órganos y sentidos: Sed, hambre, displacer, cansancio, sueño; lo expresa por el llanto. * Sus estados afectivos son pasajeros. * Las experiencias afectivas de esta etapa sirven para la conservación de la vida, lo que favorece la vida produce placer y lo que la reprime, displacer.	* La característica fundamental del recién nacido es el sueño, sobre todo en los dos primeros meses. * Es capaz de adquirir hábitos desde la primera semana: Comer y despertar a horas específicas, tener un número determinado de comidas, sustituirle el pecho por el biberón. * La primera forma de educación de los hijos es por los hábitos.

En esta segunda etapa, la orientación espontánea del niño al mundo (de los 5 a los 12 meses de edad), dentro de ella el juego es la forma típica de actividad (también a lo largo de la niñez), si quitamos las actividades que sirven para la conservación de la vida como comer, beber y dormir, el tiempo del niño está empleado casi exclusivamente por el juego.

Periodo	Desarrollo cognitivo o mental	Desarrollo físico	Desarrollo afectivo y social	Juego
La edad de la orientación espontánea al mundo	* Su percepción está penetrada íntimamente por su sentimiento. * Surge la capacidad de reconocer, basada en actividades afectivas (voz de la madre, ladrido del perro). *Intenta tomar objetos utilizando otros. Signo claro del despertar de la inteligencia. * Ve las cosas y animales como él se siente o actúa, por eso dice: Pobre galleta. * Comienza la imitación: Movimientos mímicos del adulto, intenta imitar el lenguaje (balbuceo).	* Sigue con la mirada a quien está a su lado, buscando sus ojos y escuchando su voz. * Adquiere nuevas habilidades motoras: Puede estar sentado, gatear y ponerse de pie. * Vista y oído se dirigen a los objetos: Mira y escucha atentamente. * Comienza la repetición de sonidos: Balbuceo, sonajas, golpes. * Aparición del tacto, desde los cinco meses toma las cosas consciente y activamente. * Por el juego conquista su cuerpo e identidad física. * Ejercita su aparato locomotor y sensorial por el juego.	* Su actitud respecto al mundo es de pasividad y predomina una conducta defensiva. * Aparición de la primera sonrisa (sonrisa social), que se repiten al ver a una persona conocida. * Por la imitación consigue una mejor adaptación al medio. * Aparecen los estados de ánimo que persisten durante más tiempo, con dos polos: contento y descontento.	* Hasta el quinto mes predominan los juegos con el propio cuerpo (patear, cabecear, sacar y meter la lengua, tocarse los dedos, pies, enderezarse, gatear) * Al niño no le importa lo que el objeto representa en cuanto a su contenido, sino como pueda manejarlo. * Comienzan los juegos con otras personas: tocar la cara, nariz, oreja, jalar el pelo, etc.

La última etapa en la que reflexionaremos hoy, es la edad de la adquisición del lenguaje, que se extiende de 1 a 2 años y medio aproximadamente, en la que encontramos las siguientes características:

Periodo	Desarrollo cognitivo o mental	Desarrollo físico	Desarrollo afectivo y social	Desarrollo del lenguaje
La edad de la adquisición del lenguaje	* Modifica su percepción por su posición erguida. * Gran progreso en las representaciones de la memoria. * Capta las cosas en símbolos y signos mediante lo cual consigue la comunicación intercambiando contenidos. * Entre 12 y 18 meses ya hay lenguaje y juegos de ilusión. * Tiene pensamiento prelógico: si yo soy feliz, él es feliz. * El lenguaje está en estrecha relación con el pensamiento y con sonidos, pero no todos los sonidos son lenguaje. * A los 18 meses llega la edad de las preguntas y se amplía su vocabulario. * Aprende palabras que puede decir con facilidad y tiene necesidad de usar.	* A los 6 meses aprende a estar sentado; a los 8 a estar de pie, y al año a andar.	* La imitación de los que lo rodean es el medio de aprender el lenguaje.	* La función significativa se añade al sonido entre los 12 y 18 meses, y comienza el lenguaje humano. * Sus frases son: Primero de una palabra (guau, guau), de los 12 a los 18 meses; de 2 palabras (miau boíto) desde los 18 meses, y poco después hay una variación de palabras.

Con esta etapa, terminamos lo que corresponde al desarrollo de los niños del nacimiento a los dos años de vida, veamos entonces si las características que anotamos al principio sobre estas edades, fueron palomeadas en el transcurso de la sesión.

No hay que olvidar que las características mencionadas son un parámetro establecido desde la teoría, por lo que cada niño sigue un desarrollo de acuerdo a sus características propias.

Hace falta resaltar un aspecto muy importante de la vida de los niños, que habíamos mencionado antes y se trata del juego:

El juego

Como consecuencia de la aparición del lenguaje, los juegos en el pequeño tienen un cambio importante:

- Ahora tienen un interés por el contenido de los objetos, es decir, sabe la forma de usarlos y el para qué. Por ejemplo, una niña que u muñeca era para verla y jalarle el pelo y vestido, ahora la arrulla, le da de comer y la duerme; un niño juega fútbol con la pelota, cuando antes solo la rodaba.
- Comienzan los juegos de ilusión que ejercitan la imaginación, como hacer el ademán de fumar, limpiar el polvo a las sillas con un papel, dar de comer a las muñecas, hablar con ellas; convertirse en un animal determinado, hacer de vendedor, cartero, policía, etc.
    - En estos juegos los niños reflejan sus sentimientos y efectos (a qué o a quiénes ellos quieren), por eso sus juguetes parecen animados o con vida.
- No tienen una separación entre el mundo imaginario y el mundo real, entre sus juegos y la realidad.
-

Desde el punto de vista de lo educativo se plantea la posibilidad de si es aconsejable dar a los niños juguetes que sean igual a los objetos, o si, por el contrario, no sería mejor dar al niño la oportunidad de elegir los objetos que sean para ellos apropiados para sus juegos, y así ayudar a desarrollar su imaginación y fantasía.

DUDAS Y COMENTARIOS

(15 min.)

Este espacio es para que se puedan responder aquellas dudas que tengan los participantes o escuchar comentarios que puedan enriquecer el tema.

ACTIVIDAD EXPERIENCIAL

(20 min.)

Objetivo:

Ejemplificar las opciones educativas que tienen como padres de familia en los niños del nacimiento a los 2 años de edad.

Tamaño de Grupo:

30 participantes

Material:

Ninguno

Desarrollo:

Dividir al grupo en 8 equipos de 3 o 4 personas, a cada uno se le dará una etapa de las que vimos (lactancia, edad del sueño, orientación al mundo y adquisición del lenguaje). Habrá 2 equipos por cada etapa en los que se pondrán de acuerdo para exponer al grupo alguna acción educativa con los niños de la etapa que les tocó y lo expondrán actuado al grupo (por medio del role playing: Cada participante juega el rol o actúa el papel que le tocó).

EVALUACIÓN

(15 min.)

Entregar a los participantes el formato de evaluación de la sesión y dar el tiempo necesario para que lo contesten.

TAREA Y PROPÓSITO

(10 min.)

Contestar de forma escrita (de preferencia), el siguiente cuadro y comentarlo con su esposo o esposa.

- Selecciona una característica de cada etapa evolutiva y sugiere cómo podemos aprovecharla para formar a nuestros hijos. Ejemplo:

Etapa	Característica	Sugerencia
Edad del sueño	Pueden permanecer tranquilos y dormir en medio de la inquietud de una casa.	No aislarlos o acostumbrarlos a dormir en espacios silenciosos, para que puedan dormir en cualquier lado y fácilmente cuando crezcan.
Orientación al mundo		
Adquisición del lenguaje		

Etapa Característica Sugerencia

Edad del sueño Pueden permanecer tranquilos y dormir en medio de la inquietud de una casa. No aislarlos o acostumbrarlos a dormir en espacios silenciosos, para que puedan dormir en cualquier lado y fácilmente cuando crezcan.

Orientación al mundo

Adquisición del lenguaje

MATERIAL DIDÁCTICO

Pliegos de papel rotafolio y marcadores, o

pizarrón y gises, o

pintarrón y marcadores.

2.3 SEGUNDA INFANCIA: 3 A 6 AÑOS DE EDAD

INTRODUCCIÓN Y DIAGNÓSTICO
(15 min.)

Vamos a comenzar hoy recordando un poco lo visto la sesión anterior, ¿Quién se acuerda de qué trató? ¿Qué etapas son las que existen en los niños del nacimiento a los dos años? ¿Tiene alguna importancia que veamos las características de los niños de acuerdo a su edad? ¿Recuerdan que tenían una pequeña tarea? ¿Quién hizo su tarea? ¿Cómo cambió su forma de tratar a los niños de esta etapa? ¿Tienen alguna duda de lo que platicamos la sesión pasada? ¿Podrán ayudar o aconsejar a otras personas con lo que ya saben y han reflexionado? (Hacer las preguntas que sean necesarias para favorecer la participación y saber si hicieron su tarea). Recuerda la importancia de hacer las preguntas dirigidas a los participantes, es decir, no hacer la pregunta al aire, sino pedirle a alguien en específico que nos responda, para que participen los miembros del grupo.

Comenzaremos recordando el trabajo que hicimos la sesión pasada sobre cuántos de nuestros hijos se encuentran en esta etapa que anotamos entre todos en los papelotes (colocarlos al frente del grupo para que estén a la vista). Hoy vamos a considerar a los niños de la segunda infancia que se encuentran entre los 3 y los 6 años de edad.

Veamos, en el grupo hay _____niños de 3 años, _____de 4 año _____de 5 años y _____de 6 años, y más grandes quienes han pasado por esa edad, por lo que me van a ayudar diciéndome ¿cuáles son las características de los niños de los 3 a 6 años de edad? Ya que ustedes al tener hijos en estas edades, o haberlos tenido, son ahora expertos en el tema. Anotar en otro papelote las aportaciones de los

participantes promoviendo el respeto y la confianza, a través de la metodología participativa. Al momento de registrar los comentarios puedes clasificarlos de acuerdo al siguiente cuadro:

Desarrollo cognitivo o mental	Desarrollo físico	Desarrollo afectivo y social	Características generales

Al terminar las participaciones se deja al frente o a un lado, en un lugar visible, para ir palomeando cuando se vaya mencionando la característica que ello nos han dicho, como afirmación a lo que ellos saben y han experimentado a través de la vida diaria y la observación de sus hijos.

DESARROLLO

(55 min.)

Para el estudio de esta etapa de los niños (3 a 6 años), vamos a establecer algunos puntos que iremos desarrollando en esta sesión, para comprender mejor por qué se comportan o actúan así, y lo más importante, saber cómo podemos mejorar su educación en la familia, pues al no saber que estas conductas son características de la edad, puede provocar ciertos problemas a los papás al pensar que su hijo ya no hace caso o es desobediente.

Alrededor de los 3 años observamos un cambio y la conducta de los niños comienza a ser diferente:

Antes de los 3 años

- Obediente.
- Sumiso.
- Aceptaba con agrado las reglas y autoridad de los papás.

Después de los 3 años

- Desobediente.
- Insumiso.
- Muy difícil de dirigir.
- Quiere imponer su voluntad a otros niños.

Esas conductas que muestran los niños después de los 3 años son por una característica propia de la edad llamada: La obstinación. En algunas ocasiones este comportamiento puede darse un año o año y medio antes; en las niñas aparece un poco antes que en los niños.

¿Qué es?
Una reacción negativa ante los intentos de otra persona de influirlo.
Es una barrera contra la voluntad ajena.

Cómo nos damos cuenta:
El niño o niña:
- Mantiene su propia opinión y deseo, al cual se apega con violencia.
- Suele unirse a la terquedad.

¿Por qué surge?
Para explicar la aparición de la obstinación, la terquedad y la desobediencia, necesitamos saber cómo es el **desarrollo de la conciencia del "yo".**

Ejemplos:
** Cuando el niño se lleva la mano a la espalda para no saludar a alguien.
** Cuando quiere tomar chocolate en lugar de leche, o al contrario.
** Si está jugando cuando su mamá lo llama para comer, quiere seguir jugando y si su mamá lo quiere llevar a la fuerza, él se defiende gritando, arañando o mordiendo.

¿Les suena conocido alguno de éstos ejemplos?

¿Podrían ustedes darme otros ejemplos que son comunes o hemos visto?

Conciencia de "yo"

Querrán saber de qué se trata esto, es otra palabrita elegante para hablar sobre un momento importante que ocurre en los niños, cuando descubren que son diferentes, independientes del mundo, es decir, el niño se vuelve consciente de sí mismo y de su diferencia con las cosas o personas.

Un signo de que el niño comienza a tener esta conciencia es cuando usa la palabra “yo” antes solo hablaba de sí mismo en tercera persona (él):

- Antes decía: quiere leche; ahora, yo quiero leche.
- De quiere jugar con las muñecas a quiero jugar con las muñecas.

Características de la aparición de la obstinación:

- Afán de posesión.

Ya hay una separación entre lo mío y tuyo, si intentamos quitar un juguete que le pertenece, aunque no lo use ¿qué pasa? Este afán también lo extiende hacia las personas más cercanas y queridas (especialmente la mamá).

- Gran necesidad de cariño

No tolera el compartir con otro el cariño de las personas que él quiere. Aquí entra lo que es el egocentrismo del niño, pues no ve las consecuencias de lo que hace o dice y en ocasiones afecta o lastima a otras personas sin la intención de hacerlo.

- Ambición de poder

El niño tiene la necesidad de dominar a las personas que lo rodean, esto aparece por el afán de hacerse valer o de que le presten atención, de ser aplaudido, alabado, admirado. (Es una característica que tenemos, ¿a quién no le gusta que le digan lo bien que hace las cosas?)

- Se insinúa la diferencia de los sexos

Pues ya encontramos algunas diferencias como: Los niños son ambiciosos y vanidosos, quieren que se aprecie lo que han hecho; y las niñas son coquetas, quieren ser admiradas por su belleza y sus lindos vestidos.

- Cierta búsqueda de independencia

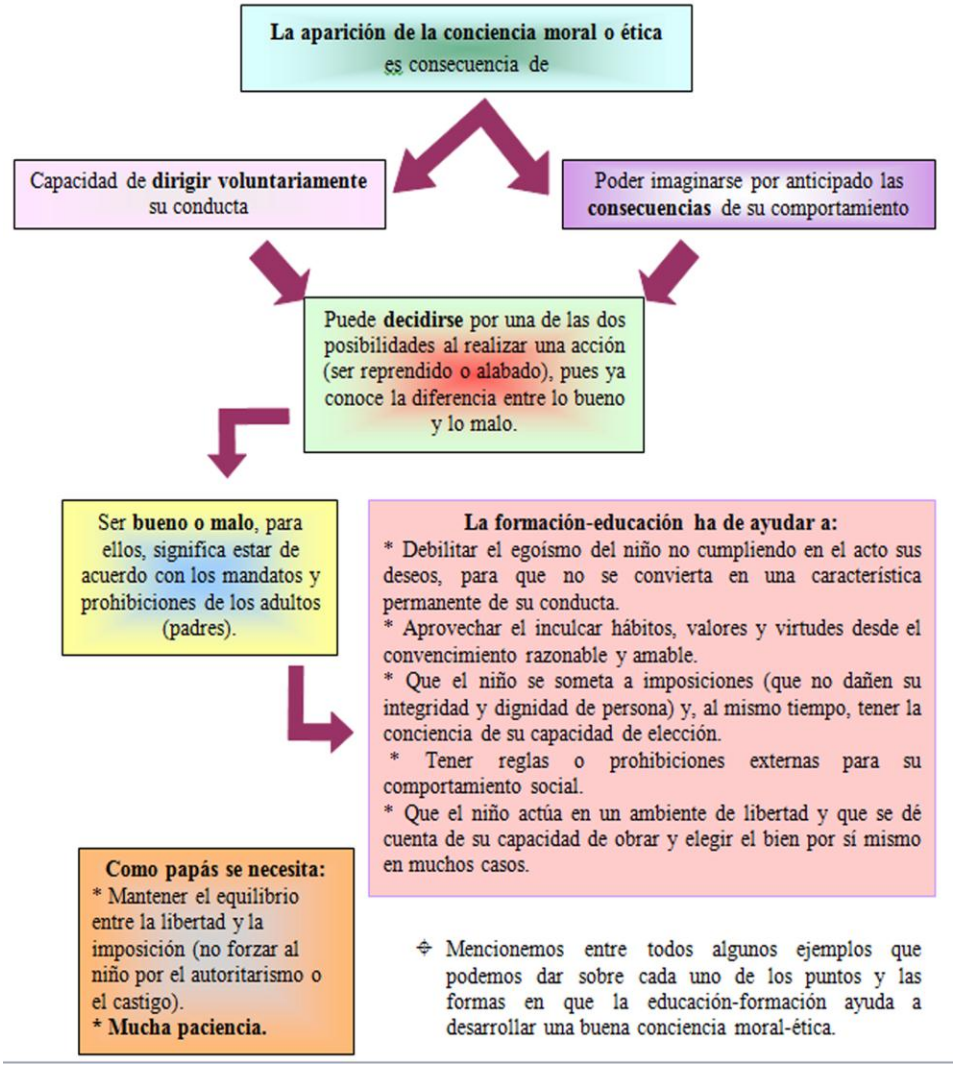
Es el comienzo de la ruptura de la unión de los niños con los adultos. Por eso comenzamos a ver que los niños salen por primera vez de la casa al campo o a la calle, a descubrir lo que son capaces de hacer, sin medir los riesgos.

- Despertar de la voluntad

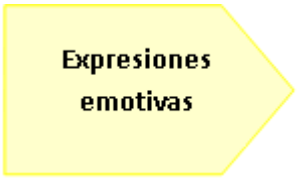
Ahora el niño es consciente de su capacidad de querer, e intenta hacer uso de ella con frecuencia, aunque no puede decirnos por qué quiere las cosas y cambie de opinión rápidamente por lo que choca con las decisiones de los adultos.

- Capacidad de dirigir voluntariamente su conducta

Reflexiona sobre los comportamientos o conductas y si están permitidas o prohibidas, confirmándolo con lo que observa de los adultos (de aquí la importancia del ejemplo: Trabajo bien hecho, vicios, trato a los demás).



Otras características de los niños es esta etapa son las siguientes:

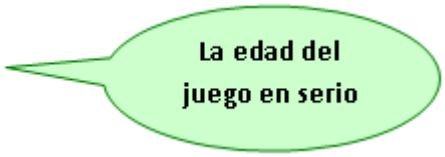


La vida afectiva se caracteriza por intensas conmociones. Los niños son:

** Muy excitables y caen en violentos estados afectivos por motivos sin importancia.

** Aparecen emociones de la vivencia de sí mismo: Orgullo, vergüenza, timidez, odio, celos y otras semejantes.

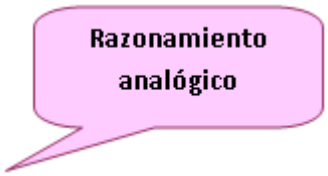
Se llama así porque el niño ahora practica sus juegos casi con la misma seriedad y empeño con el que el adulto desempeña su trabajo.



⇢ Las cosas que el niño veía como animadas y eran sus amigas o enemigas, se transforman en cosas inanimadas y sin fuerza activa.

⇢ Disminuyen las interpretaciones ilusorias que el niño hacía de la realidad.

⇢ Se ha separado o diferenciado de lo que lo rodea, por lo tanto ya no se emociona o asusta por los fenómenos de la naturaleza.



* El niño en esta edad tiene un razonamiento analógico, lo que significa que puede trasladar inmediatamente a otros casos las experiencias hechas en un solo caso. Ejemplo: A Lucy de 4 años su papá le dice que coma mucho para crecer más, entonces preguntó a su papá si él crecería más porque come mucho.

* Puede trasladar a un juguete los sentimientos de él a una persona, como cuando el niño dice que el cocodrilo es malo, porque es de su hermano a quien le tiene celos.

- Como las personas y las cosas ya no son animadas ni manifiestan su interior, se vuelven inaccesibles y misteriosas.
- Por eso, comienzan los ¿por qué? Y como no pueden entender completamente las explicaciones quedan algunos hechos inexplicables o peligrosos.
- Los hechos inexplicables despiertan en ellos el temor y el deseo de encontrar las misteriosas fuerzas invisibles que hay en las cosas.

- Escucha los cuentos con placer y cree en su contenido, cree en la existencia de gigantes, enanos, brujas y hadas buenas.
- Los personajes del cuento tienen características simples: Grandes o pequeños, fuertes o débiles, ricos o pobres, hermosos o feos, buenos o malos.
- Es cuando debemos ejercitar la fantasía.

- ⇢ Hay aumento de interés del niño hacia el mundo por medio de las preguntas.
- ⇢ El interés del niños es hacia lo real y próximo, no por saber más, sino por jugar, por lo que su interés está en el preguntar mismo.

- Sus sentimientos son ante su ambiente y lo que les rodea.
- Son pasajeros.
- Participa de las alegrías y tristezas de los demás.

- El cariño hacia sus padres es desinteresado.
- Es capaz de darse cuenta del valor de los demás.
- Sigue existiendo egoísmo, reflejado en los celos y posesión exclusiva (de sus padres).
- Necesita de un ambiente afectuoso y de amor materno para que adquiera el cariño desinteresado.
- Tiene que aprender a tiempo a hacer algo por los demás y a renunciar de sus deseos, en beneficio de otros.

A grandes rasgos éstas son las características propias de la edad de los niños de 3 a 6 años de edad. Veamos ahora, cuántas de estas características mencionamos nosotros en nuestro cuadro que hicimos la sesión pasada y completamos hoy al iniciar. (Ir palomeando en el papelote que dejamos en una parte visible al inicio de la sesión).

DUDAS Y COMENTARIOS
(15 min.)

Este espacio es para que se puedan responder a aquellas dudas que tengan los participantes o escuchar comentarios que puedan enriquecer el tema.

ACTIVIDAD EXPERIENCIAL
(20 min.)

Objetivo: Escuchar la canción “Esos locos bajitos” de Joan Manual Serrat para reflexionar sobre nuestra conducta como padres y la formación de nuestros hijos, localizada al final de este documento.

Tamaño de Grupo:

30 participantes

Material:

reproductor de sonido o grabadora y CD con la canción.

Desarrollo:

Decir a los participantes que escucharemos atentos una canción para después comentar lo que pensamos o sentimos durante la misma. Una vez que se ha escuchado la canción, al final hacemos preguntas a los participantes sobre lo que provocó en ellos. (De no poder contar con grabadora y CD leer la letra la canción que se anexa).

EVALUACIÓN

(15 min.)

Entregar a los participantes el formato de evaluación de la sesión y dar el tiempo necesario para que lo contesten.

TAREA Y PROPÓSITO

(10 min.)

Contestar de forma escrita (de preferencia), el siguiente cuadro y comentarlo con su esposo o esposa.

- Selecciona una característica de esta etapa de los niños 3 a 6 años y sugiere cómo podemos aprovecharla para formar a nuestros hijos. Ejemplo:

Características	Sugerencia
Gran necesidad de cariño	Dar las razones por la cual mamá debe atender a papá y a sus hermanos, aunque aparentemente el niño no entienda y haga su berrinche, se quedará pensando por qué mamá actúa así.
Despertar de la voluntad	
Capacidad de dirigir voluntariamente su conducta	

MATERIAL DIDÁTICO

Pliegos de papel rotafolio y marcadores, o

pizarrón y gises, o

pintarrón y marcadores,

grabadora y canción “Esos locos bajitos” de Joan Manuel Serrat.

ESOS LOCOS BAJITOS

A menudo los hijos se nos parecen,

así nos dan la primera satisfacción;

esos que se menean con nuestros gestos,

echando mano a cuanto hay a su alrededor.

Esos locos bajitos que se incorporan

con los ojos abiertos de par en par,

sin respeto al horario ni a las costumbres

y a los que, por su bien, hay que domesticar.

Niño, deja ya de joder con la pelota.

Niño, que eso no se dice,

que eso no se hace,

que eso no se toca.

Cargan con nuestros dioses y nuestro idioma,
nuestros rencores y nuestro porvenir.
Por eso nos parece que son de goma
y que les bastan nuestros cuentos
para dormir.

Nos empeñamos en dirigir sus vidas
sin saber el oficio y sin vocación.
Les vamos trasmitiendo nuestras frustraciones
con la leche templada
y en cada canción.

Niño, deja ya de joder con la pelota.
Niño, que eso no se dice,
que eso no se hace,
que eso no se toca.

Nada ni nadie puede impedir que sufran,
que las agujas avancen en el reloj,
que decidan por ellos, que se equivoquen,
que crezcan y que un día
nos digan adiós.

-Joan Manuel Serrat.

2.3 NIÑEZ MEDIA: 7 A 9 AÑOS DE EDAD

INTRODUCCIÓN Y DIAGNÓSTICO
(15 min.)

Vamos a comenzar hoy recordando un poco lo visto la sesión anterior, ¿Quién se acuerda de qué trató? ¿Qué etapas son las que existen en los niños de 3 a 6 años? ¿Tiene alguna importancia que veamos las características de los niños de acuerdo a su edad? ¿Recuerdan que tenían una pequeña tarea? ¿Quién hizo su tarea? ¿Cómo cambió su forma de tratar a los niños de esta etapa? ¿Tienen alguna duda de lo que platicamos la sesión pasada? ¿Podrán ayudar o aconsejar a otras personas con lo que ya saben y han reflexionado? (hacer las preguntas que sean necesarias para favorecer la participación y saber si hicieron su tarea).

Comenzaremos recordando el trabajo que hicimos la sesión pasada sobre cuántos de nuestros hijos se encuentran en esta etapa que anotamos entre todos en los papelotes (colocarlos al frente del grupo para que estén a la vista). Hoy vamos a considerar a los niños de la niñez media que se encuentran entre los 7 y los 9 años de edad.

Veamos, en el grupo hay _____de 7 años, _____de 8 años y _____de 9 años, y más grandes quienes han pasado por esa edad, por lo que me van a ayudar diciéndome ¿cuáles son las características de los niños de los 7 a 9 años? Ya que ustedes al tener hijos en estas edades, o haberlos tenido, son ahora expertos en el tema. Anotar en otro papelote las aportaciones de los participantes promoviendo el respeto y la confianza, a través de la metodología participativa. Al momento de registrar los comentarios puedes clasificarlos de acuerdo al siguiente cuadro:

Desarrollo cognitivo o mental	Desarrollo físico	Desarrollo afectivo y social	Características generales

Al terminar las participaciones se deja al frente o a un lado, en un lugar visible, para ir palomeando cuando se vaya mencionando la característica que ellos nos han dicho, como afirmación a lo que ellos saben y han experimentado a través de la vida diaria y la observación de sus hijos.

Durante esta sesión y la próxima, cuando hablemos de las características de los niños dividiremos el tema en tres puntos importantes que desarrollaremos a lo largo de la sesión. Estos puntos son:

1. Funciones de orientación: Se refiere a las posibilidades del pensamiento de los niños y la forma de poder dirigirlas.

2. Los impulsos y su dirección: Hacia dónde se dirigen sus relaciones sociales.

3. Los sentimientos: La forma en cómo se ha ido desarrollando su capacidad afectiva.

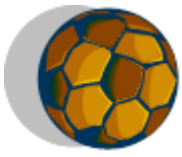
DESARROLLO
(55 min.)

1. Funciones de orientación

Visión objetiva del mundo y aparición del realismo	Evolución del pensamiento	Desarrollo de la memoria
+ La extroversión (quienes se inclinan al mundo exterior), alcanza su grado más alto: El niño está dispuesto a la conquista del mundo, pues se da cuenta de sus posibilidades físicas y de pensamiento. Como cuando se une a un grupo para explorar lo que le rodea. + Comienza una observación del mundo con la ayuda de la razón (pensamiento), y a una determinada distancia (objetivamente). Es como cuando alguien dice que conoce el *bosque o la sierra (algún parque, río, o el mismo tamaño y forma del municipio; dependiendo de lo que se encuentre en las cercanías)*, porque ha estado en ella, pero no podemos describir todas las características del lugar si no nos alejamos y la vemos a una mayor distancia, y entonces así poder decir cuál es su extensión, forma, límites, etc. + Puede captar las propiedades de las cosas, por su inteligencia y voluntad de manera real, tal cual están en el exterior. Por ejemplo, percibe los fenómenos naturales como: El arcoíris, las estaciones del año, las tormentas, la sequía, etc. + Lo no real, o la fantasía; va perdiendo poco a poco interés, quedando reducido, al fin, a su máxima expresión. Ya no tienen tanto sentido para él los personajes mágicos y fantásticos de las caricaturas o cuentos, ahora son solo personajes no reales. + Todo lo que oye lo capta de acuerdo a la realidad, sin pensar que lo que sucede es por magia. Por lo tanto solo los hechos reales o posibles atraen su interés, y rechaza lo no real (lo mágico o fantástico). + La aparición de este realismo se observa en: ** La terminación de la edad de los cuentos, ya no le gustan más. ** Amplio desarrollo experimentado en los dibujos del niño, sus trazos son mejores y más reales. + Deja de creer en los cuentos entre los 8 y 10 años, sin embargo no todos son iguales y se debe a; ** Que los no creativos, abandonan la edad de la fabulación antes que los creativos. ** Y los niños, abandonan más de prisa y de forma más radical, la edad de la fabulación o cuentos, que las niñas.	+ Surge el pensar de forma analítica: Fijarse en todos los detalles, por lo que ayuda a que tengan mayor disposición a la observación detallada de las cosas. Hay quienes empiezan a desarmar cosas para saber cómo funcionan o se quedan mirando durante mucho tiempo a animales e insectos. Por lo tanto captan numerosos detalles de las cosas que les interesan. + La observación les ayuda a tener una distancia mayor y crítica frente al mundo, pues son capaces de sugerir otra forma de hacer las cosas. Esto podemos observar en las escuelas cuando se les deja un proyecto sobre cómo aprovechar el agua, mejorar la calidad del aire, formas de utilizar los desechos y como resultado hay grandes ideas que se pudieran poner en práctica. + Las impresiones de los sentidos son las que activan su pensamiento y pueden comprender. Es decir, aprendemos por medio de los sentidos: Vista, oído, gusto, tacto y olfato; pues es el medio o canal por el que podemos conocer las cosas. + Por esta capacidad de observación todo quieren tocar y comprobarlo de manera vivencial. No han conseguido librarse de lo que perciben por los sentidos, como al hacer operaciones matemáticas en la escuela, necesitan de los dedos o colores para hacerla de manera más fácil y correcta, a esto se le llama conocimiento intuitivo, porque necesita de objetos particulares. + Tienen la capacidad para relacionar y clasificar objetos concretos. Es cuando comienzan las colecciones de: Animales, juguetes, etc. + Una regla de oro que debemos seguir como padres y madres (formadores-educadores), es tener en cuenta los sentidos tanto como sea posible para que pueda aprender y comprender las cosas. Sobre todo cuando haga tareas escolares, ayudarle con objetos que puedan facilitarle una mejor comprensión.	+ Notable crecimiento de la capacidad de retención, ligada a la memoria por asociación de (objetos, lugares, personas, etc.), es increíble la rapidez de cómo memorizan los diálogos de las películas, las canciones, los pasos del videojuego, etc. + Graban en su memoria contenidos sin preguntar su sentido, también pueden retener alguna materia no comprendida porque solo relacionan asociativamente entre sí. Por eso de repente nos encontramos que recitan un párrafo que se aprendieron en la escuela, pero si se les olvida una palabra ya no saben qué sigue. + Lo aprendido no se comprende por faltar las relaciones lógicas y reales; y aunque se aprendan de memoria las cosas, muchas veces no saben qué significa eso que se aprendieron. + Por lo tanto, es muy importante tener en cuenta experiencias del niño, aclarándolas y ordenándolas para que pueda comprender las cosas antes de memorizar.

2. Los impulsos y su dirección

2.1. Aumento de la vitalidad



- ⋆ Tienen un infatigable afán de actividad: Juguetean, brincan, corren, construyen toda clase de objetos.
- ⋆ Si no tienen una tarea determinada, las actividades del niño están sujetas a un incesante cambio, pueden pasar muy rápidamente de estar jugando “Escondidas” a “Carreras de Carretillas”.
- ⋆ El juego del niño es una válvula de escape por el fuerte impulso de movimiento, así como una reacción a la superabundancia de energía vital. El desfogue de energía.

2.2. El compañerismo y el juego

- Se dirige a personas que están más allá del estrecho marco familiar, hay una imperiosa necesidad de camaradería (más en niños que las niñas).
- Tiende a incorporarse a ciertos grupos y medir sus fuerzas corporales y mentales para la conquista del mundo exterior. Buscar quién es el más fuerte y de qué es capaz.
- Sus grupos de juegos son de 10 a 15 niños, por lo que hay preferencia por los juegos en común.
- Su mayor atractivo es jugar al aire libre, con espacio para satisfacer su impulso del movimiento y donde están lejos de la incómoda vigilancia de los mayores.
- Sus preferidos son los juegos basados en el movimiento, además de tener una serie de reglas establecidas por ellos mismos y que no se pueden romper.
- El realismo les lleva a querer juguetes que respondan a la realidad: Les impulsa a fabricar juguetes lo más parecidos a la realidad. Por estos juegos aprenden mucho y facilitan la satisfacción de su necesidad de construir.

2.3. El deseo de saber

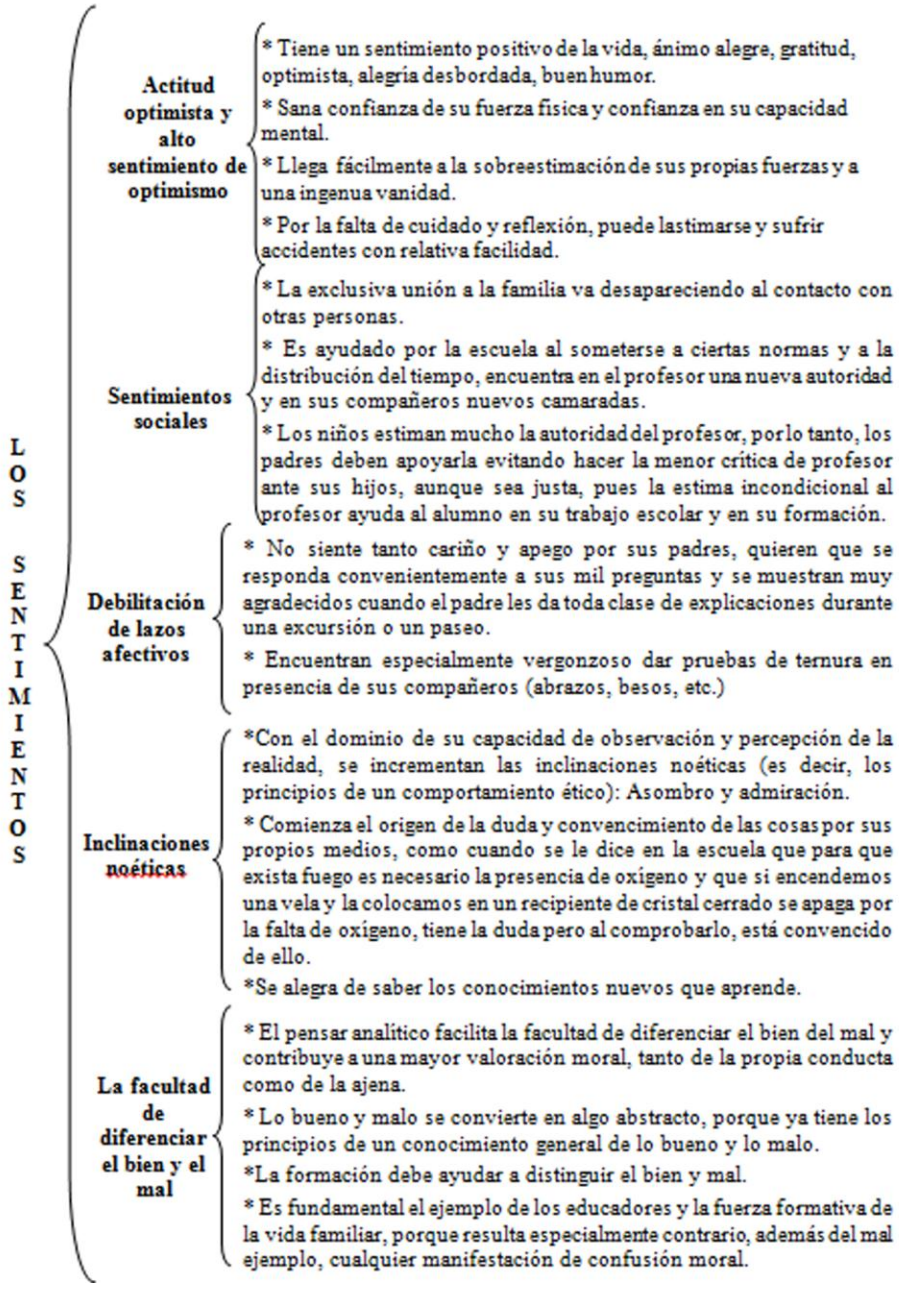
- Sus intereses son los que determinan el estímulo para querer saber. Es decir, si tienen el interés sobre algo, buscan la manera de saber más acerca de eso.
- El saber adopta apasionamiento: Ansia de saber, innumerables preguntas, ganas de leer y utilizar prácticamente las cosas.
- Tienen una disposición de aprender, además de tener buena memoria y por lo tanto están bien capacitados para el aprendizaje, por eso es la edad de la escuela básica.

2.4. El desarrollo de la actitud de trabajo

- Hay que separar la actividad lúdica (juegos), frente a la actitud de trabajo.
- Ahora sabe que el trabajo tiene un carácter de exigencia, obligación y con seriedad para realizarlo.
- El juego es ahora un descanso agradable y una recompensa que se puede esperar tras el trabajo realizado, el niño quiere terminar la tarea para jugar. Y si dejamos que se vaya a jugar sin terminar, no estamos ayudando a reforzar esta división y dejaremos pasar un momento importante para desarrollar en él la responsabilidad ante sus tareas y obligaciones.
- Tienen que aprender a trabajar en su debido tiempo, enseñar a los niños a que en muchas ocasiones hay que dedicarse a hacer cosas que a uno no le interesan o incluso le desagradan.
- En el tiempo del juego el niño: Descansa, aprende, ejercita sus habilidades y capacidades, desfoga sus fuerzas sobrantes, hace desaparecer sus tensiones psíquicas.

2.5. Atención dirigida

- Tiene mayor aptitud o capacidad para dirigir voluntariamente los intereses y procesos metales hacia un estímulo (objeto o situación) específico.
- La atención puede centrarse a un fragmento de la realidad que le sale a uno al paso. Como cuando está jugando con sus amigos en el parque y aunque haya otros grupos de niños con otros juegos, él sigue solo con sus amigos.
- Aumenta la constancia, es decir, la posibilidad de concentrarse durante mucho tiempo en una tarea o actividad, pasa horas jugando en lo mismo.



DUDAS Y COMENTARIOS

(15 min.)

Este espacio es para que se puedan responder aquellas dudas que tengan los participantes o escuchar comentarios que puedan enriquecer el tema.

ACTIVIDAD EXPERIENCIAL
(20 min.)

Objetivo:

Mejorar la manera de formar a los hijos.

Tamaño de Grupo:

30 participantes.

Material:

Copias del material de la carta de Papá y Mamá del final de este tema.

Desarrollo:

Les diremos a los participantes que ha llegado el correo y hay correspondencia para todos (se les entrega la carta, en sobre o solo la hoja doblada, de preferencia con su nombre), y se pide que la lean. (En caso de haber personas que no sepan leer hacer una lectura en voz alta por algún miembro del grupo). Al terminar se pide que participen sobre las siguientes preguntas:

1. ¿En qué te hizo pensar esta reflexión?
2. ¿Qué frase te impactó más? ¿Por qué?
3. ¿Te sientes identificado con la reflexión?
4. ¿De qué manera educas a tus hijos?
5. ¿Cuáles son tus principales problemas frente a ellos?
6. ¿De qué manera se pueden solucionar?

Si no hay posibilidades de fotocopiar el material, se dice que llegó el correo con un mensaje para todos y en una sola carta se escriben los nombres de todos y se elige a una persona para que lo lea.

EVALUACIÓN

(15 min.)

Entregar a los participantes el formato de evaluación de la sesión y dar el tiempo necesario para que lo contesten.

TAREA Y PROPÓSITO

(10 min.)

Contestar de forma escrita (de preferencia), las siguientes preguntas y comentarlas con su esposo o esposa:

- ¿Para qué me sirve conocer las características de nuestros hijos?
- La forma que estoy llevando para la formación y educar de nuestros hijos ¿es la correcta?
- ¿Qué puedo hacer para mejorar la forma de tratar a mis hijos?

MATERIAL DIDÁCTICO

Pliegos de papel rotafolio y marcadores, o

pizarrón y gises, o

pintarrón y marcadores,

copias de la carta de un hijo a todos los padres y madres del mundo para cada participante (o una para todo el grupo, según el caso).

Papá y mamá:

1) No me des todo lo que pida. A veces solo pido para ver hasta cuánto puedo tomar.

2) No me grites. Te respeto menos cuando lo haces, y me enseñas a gritar a mí y yo no quiero hacerlo.
3) No me des siempre órdenes, a veces si me pidieras las cosas yo lo haría más rápido y con más gusto.
4) Cumple las promesas, buenas o malas. Si me prometes un premio, dámelo; pero también si es una reprimenda.
5) No me compares con nadie, especialmente con mi hermano o hermana.
6) Si tú me haces lucir mejor que los demás, alguien va a sufrir, y si me haces lucir peor que los demás, seré yo quien sufra.
7) No cambies de opinión tan a menudo sobre lo que debes hacer; decídete y mantén esa decisión.
8) Déjame valerme por mí mismo. Si tú lo haces todo por mí, yo nunca podré aprender.
9) No digas mentiras delante de mí, ni me pidas que las diga por ti, aunque sea para sacarte de un apuro. Me haces sentir mal y perder la fe en ti y en lo que me dices.
10) Cuando yo haga algo malo, no me exijas que te diga por qué lo hice. A veces ni yo mismo lo sé.
11) Cuando estés equivocado en algo, admítelo y crecerá la opinión que yo tengo de ti, y me enseñaras a admitir mis equivocaciones también.
12) No me digas que haga una cosa y tú no la hagas. Yo aprenderé y haré siempre lo que tú hagas, aunque no lo digas, pero nunca haré lo que tú digas y no hagas.
13) Cuando te cuente un problema mío, no me digas “no tengo tiempo para tonterías” o “eso no tiene importancia”. Trata de comprenderme y ayudarme.
14) Y quiéreme y dímelo. A mí me gusta oírtelo decir, aunque tú no creas necesario decírmelo.
15) Abrázame, necesito sentirte mi mamá/papá, mi compañero a toda hora.

Tu hijo.

2.4 NIÑEZ TARDÍA: 10 A 12 AÑOS DE EDAD

INTRODUCCIÓN Y DIAGNÓSTICO
(15 min.)

Vamos a comenzar hoy recordando un poco lo visto la sesión anterior, ¿Quién se acuerda de qué trató? ¿Qué etapas son las que existen en los niños de 6 a 9 años? ¿Tiene alguna importancia que veamos las características de los niños de acuerdo a su edad? ¿Qué fue lo que más les gustó de la sesión pasada? ¿Recuerdan que tenían una pequeña tarea? ¿Quién hizo su tarea? ¿Cómo cambió su forma de tratar a los niños de esta etapa? ¿Tienen alguna duda de lo que platicamos la sesión pasada? ¿Podrán ayudar o aconsejar a otras personas con lo que ya saben y han reflexionado? (hacer las preguntas que sean necesarias para favorecer la participación y saber si hicieron su tarea).

El día de hoy terminaremos con lo que se refiere a la niñez, pues hablaremos sobre los niños de entre 10 y 12 años, justo antes de entrar a la pubertad y adolescencia. Comenzaremos recordando el trabajo que hicimos la sesión pasada sobre cuántos de nuestros hijos se encuentran en esta etapa que anotamos entre todos en los papelotes (colocarlos al frente del grupo para que estén a la vista). Hoy vamos a considerar a los menores de la niñez tardía que se encuentran entre los 10 y los 12 años.

Veamos, en el grupo hay _____niños de 10 años, _____de 11 años y _____de 12 años, y más grandes quienes han pasado por esa edad, por lo que me van a ayudar diciéndome ¿cuáles son las características de los niños de los 10 a 12 años? Ya que ustedes al tener hijos en estas edades, o haberlos tenido, son ahora expertos en el tema. Anotar en otro papelote las aportaciones de los participantes, promoviendo el respeto y la confianza a través de la metodología participativa. Al momento de registrar los comentarios puedes clasificarlos de acuerdo al siguiente cuadro:

Desarrollo cognitivo o mental	Desarrollo físico	Desarrollo afectivo y social	Características generales

Al terminar las participaciones se deja al frente o a un lado, en un lugar visible, para ir palomeando cuando se vaya mencionando la característica que ellos nos han dicho, como afirmación a lo que ellos saben y han experimentado a través de la vida diaria y la observación de sus hijos.

En esta edad nos podemos encontrar ante situaciones nuevas y que como padres nos causan conflictos con nuestros hijos o nuestro(a) cónyuge, pues comenzamos a ver un despertar de la personalidad de los niños y con algunas características que corresponden a la pubertad (edad previa a la adolescencia, que tiene ciertas similitudes), es por eso que el periodo de la niñez tardía varía en niños y niñas:

- La niñez tardía se extiende de los 9 a los 10 años y medio en las niñas.
- En los niños la encontramos entre los 9 y los 12 años.

Es una fase de armonía que no se puede conseguir ni antes ni después de ella y es muy importante para su desarrollo cognitivo, social y afectivo.

Durante esta parte (como en la anterior), cuando hablemos de las características de los niños, dividiremos el tema en tres puntos importantes que desarrollaremos a lo largo de la sesión. Éstos son:

1) Funciones de orientación: Se refiere a las posibilidades del pensamiento de los niños y la forma de poder dirigirlas.
2) Los impulsos y su dirección: Hacia dónde se dirigen sus relaciones sociales.
3) Los sentimientos: La forma en cómo se ha ido desarrollando su capacidad afectiva.

DESARROLLO
(55 min.)

1. Funciones de orientación

Interés por lo real y pensamiento teorético	Predominio del pensamiento abstracto	Expresión regulada
+ El mundo se convierte en un lugar dominado por él. + Existe un fanatismo por la realidad que solo admite lo que conoce por los sentidos y la razón. + Tiene una reflexión que intenta llegar al conocimiento de leyes generales (orientación teorética). El saber es un fin en sí mismo. Puede obtener conclusiones del pensamiento y reflexión.	+ A partir de los nueve años puede comprender las relaciones generales. + Sabe que existen normas a las cuales se sujetan los fenómenos y situaciones. + Explicar es subordinar un caso particular a una ley general. + Existe un progreso en la formación de conceptos y juicios. Desde ahora ya puede hacer definiciones correctas. + Reflexiona sobre las personas que le rodean y sobre sí mismo.	+ Domina la mímica, de forma que su rostro no refleja ya todas sus emociones. + Regula sus manifestaciones de acuerdo con el punto de vista de su rectitud y repercusión entre las personas que lo rodean.

2. Los impulsos y su dirección

2.1. Fase de actividad

- La plenitud de fuerzas se manifiesta especialmente en lo niños con una mayor intrepidez y un mayor carácter pendenciero en las diferentes pruebas de fuerza y juegos violentos.
- Los juegos son determinados por reglas fijadas anteriormente y obligatorias.
- En los niños es la edad de las travesuras.
- Las niñas exteriorizan su actividad más calmadamente.

2.2. Interés por coleccionar

- Tiene verdadera pasión por coleccionar toda clase de objetos y de intercambio con otros niños.
- En el hecho de coleccionar, el niño hace suyo algo de la realidad.

- Las niñas se inclinan a coleccionar el saber, conocimientos, para apropiarse del mundo exterior.
- No tiene un sistema o reglas para coleccionar, solo colecciona lo que le llega a las manos.

2.3. Afán de hacerse valer

- La conducta en el juego y en la vida diaria está determinada por un intenso afán de hacerse valer.
- El niño quiere saber que se le valora.
- Hay un temor al ridículo y con la tendencia de vanagloriarse, y es muchas veces el origen de mentiras y robos.
- La ambición en estas edades hace posible una mayor aplicación y capacidad de esfuerzo, competencia.
- Dar oportunidades para que pueda usar mejor sus capacidades (para que se sienta valioso), por medio de los encargos.
- Las conductas egoístas se contrarrestan por medio de actividades en grupo.
- En las niñas ese afán se expresa en el especial cuidado físico y hacer las cosas buscando la estimación de sus profesores y padres.

2.4. Aumento del compañerismo

- Empuja a reunirse con los de su misma edad que comparten intereses y preferencias.
- Gran necesidad de camaradería, unión para el juego y gustos comunes en los niños.
- Las niñas tienen un gran deseo de amistad, unirse por inclinaciones y simpatía (basada todavía en lo exterior: Peinado, vestido, etc.).
- Las características del compañerismo son:
- Mayor conciencia de las relaciones sociales.
- Formación de grupos.
- Cierta separación de los sexos.
- Formación de jerarquías y aparición de líderes (en los niños).
- Un niño en comparación de otro, aprecia su aspecto físico, conducta y trabajo.

- Los compañeros de clase son una formación social unitaria, con una estructura relativamente fija, con uniformes normas de conducta.
- Las niñas forman pequeños grupos organizados con una jerarquía, pero lo que determina al grupo es la inclinación a estimar y ser estimadas.

2.5. Diferencias de sexo manifestadas en el juego

- Los niños prefieren la lucha, las competencias y los juegos de movimiento.
- Las niñas buscan formas de actividad más delicadas, juegos de habilidad y rítmicos.
- Hay una separación de sexos, que es de naturaleza práctica y limita el trato entre ambos.
- Los grupos de juego de los niños están organizados sobre relaciones de poder y valor, mostrando relaciones de anteposición y subordinación.
- Los grupos de juego de las niñas están basados en la simpatía, no tienen necesidad de cabecilla.

2.6. El ideal

- La formación del ideal está sujeto a la diferencia de los sexos.
- Los niños admiran lo que se destaca del marco de lo común de la vida diaria, su ideal personal está orientado hacia la idea de lo extraordinario: Hombre sano, activo y superior en sus actividades; el héroe.
- El ideal de las niñas tienden más a lo sensitivo-femenino y a lo bello-estético.

2.7. Aumento de la fuerza de voluntad

- La fuerza de la voluntad aumenta, lo cual se revela en una mayor perseverancia.

- Los niños aprenden sus actividades no solo con arreglo a un cierto plan, sino que prueba también de cierta tenacidad y firmeza.

LOS SENTIMIENTOS

Sentimiento optimista

* El niño se siente invadido por una evidente conciencia de su fuerza. Expresado en su modo de hablar, en el juego y el carácter alegre.
* Tienen un sentimiento optimista por la vida, una alegría por vivir, por eso desconocen las preocupaciones y sufrimientos de los demás.

Pérdida de espontaneidad en las relaciones sociales

* Con el despertar de una actitud crítica, los sentimientos sociales pierden su naturalidad y las relaciones pierden su ingenua espontaneidad.
* Tanto las niñas como los niños hacen ahora una callada crítica de padres, maestros y compañeros de clase. La crítica es sobre la conducta exterior.

Escasa profundidad de la vida afectiva

* Se aplica especialmente a los niños, los que parece que no tienen corazón, ni sentimientos compasivos, llegan a ser crueles en algunas ocasiones.
* Esto se debe a una disminución del sentimiento frente a la razón, pues tienen mayor interés en el pensar.

Actitud crítica ante los mandatos y opiniones

* Los niños no son tan fáciles de atraer a lo bueno, valiéndose del convencimiento o de los sentimientos como antes.
* Toman los mandatos y prohibiciones de los padres, más adoptando una posición crítica.
* Su ética se apoya en los principios de una moral colectiva. Se basan en la moral autoritaria impuesta en años pasados.
* Se comportan receptivamente frente a las normas colectivas, obligatorias para todos.

La educación

* Cultiva conscientemente el conocimiento de las normas que impone la vida común.
* Fortalece al ánimo para la veracidad, recurrir al espíritu de la camaradería y aguzar el juicio moral.
* El exceso de fuerza, los lleva a hacer travesuras.
* Son fáciles de aprender por una actitud fundamental del niño mayor: La sumisión a la autoridad.

DUDAS Y COMENTARIOS
(15 min.)

Este espacio es para que se puedan responder aquellas dudas que tengan los participantes o escuchar comentarios que puedan enriquecer el tema.

ACTIVIDAD EXPERIENCIAL
(20 min.)

Objetivo:

Practicar habilidades sociales y resolver conflictos familiares.

Tamaño de Grupo:

30 participantes

Material:

Nada

Desarrollo:

Los componentes del grupo se agrupan por parejas. Uno de cada pareja le cuenta un problema que haya tenido con alguno de sus hijos entre los 10 a 12 años de edad a su compañero/a correspondiente (pueden hacer referencia al pasado o a experiencias cercanas si no tienen hijos con esas edades). La persona que escucha tiene que tratar de dar una respuesta positiva al compañero sobre las posibles acciones que puede llevar a la práctica en dicha situación

Terminada la actividad, pondremos en común una reflexión sobre los objetivos y los procedimientos para conseguirlos, y contestar las siguientes preguntas:

- ¿Cómo me sentí al platicar mi experiencia?
- ¿Cómo me sentí de escuchar la experiencia de mi compañero?

◙ ¿Me hubiera gustado tener la función de mi compañero/a? ¿por qué?

EVALUACIÓN

(15 min.)

Entregar a los participantes el formato de evaluación de la sesión y dar el tiempo necesario para que lo contesten.

TAREA Y PROPÓSITO

(10 min.)

Contestar de forma escrita (de preferencia), las siguientes preguntas y comentarlas con su esposo o esposa:

- ¿Para qué me sirve conocer las características de nuestros hijos?
- La forma que estoy formando a nuestros hijos, ¿es la correcta?
- ¿Qué puedo hacer para mejorar la forma de tratar a mis hijos?

MATERIAL DIDÁCTICO

Pliegos de papel rotafolio y marcadores, o

pizarrón y gises, o

pintarrón y marcadores.

03. PSICOLOGÍA EVOLUTIVA DE LA ADOLESCENCIA A LA VEJEZ

3.1 SOBRE LA ADOLESCENCIA

INTRODUCCIÓN Y DIAGNÓSTICO
(15 min.)

Vamos a comenzar hoy recordando un poco lo visto la sesión anterior, ¿Quién se acuerda de qué trató? ¿Qué características tienen los niños de 10 a 12 años de edad? ¿Tiene alguna importancia que veamos las características de los niños de acuerdo a su edad? ¿Qué fue lo que más les gustó de la sesión pasada? ¿Recuerdan que tenían una pequeña tarea? ¿Quién hizo su tarea? ¿Cómo cambió su forma de tratar a los niños de esta etapa? ¿Tienen alguna duda de lo que platicamos la sesión pasada? ¿Podrán ayudar o aconsejar a otras personas con lo que ya saben y han reflexionado? (hacer las preguntas que sean necesarias para favorecer la participación y saber si hicieron su tarea).

El día de hoy comenzaremos con un nuevo módulo, llamado "De la pubertad a la vejez" y como el título lo dice, abarcaremos muchos años de la vida de una persona. Hablaremos acerca de la adolescencia y sus características tan "peculiares" y cómo los padres de familia muchas veces tenemos cierto miedo de afrontar. Comenzaremos recordando el trabajo que hicimos sesiones atrás sobre cuántos de nuestros hijos se encuentran en esta etapa, considerando de los 13 a los 20 años, que anotamos entre todos en los papelotes (colocarlos al frente del grupo para que estén a la vista).

Veamos, en el grupo hay _____mujeres de 13 a 20 años, y _____ hombres de 13 a 20 años, ahora me pueden ayudar a identificar ¿cuáles son las características de los chicos y chicas adolescentes? Ya que

ustedes al tener hijos en estas edades o tener contacto con ellos por medio de parientes o conocidos, los vuelve expertos en el tema. Anotar en otro papelote las aportaciones de los participantes promoviendo el respeto y la confianza, a través de la metodología participativa. Al momento de registrar los comentarios puedes clasificarlos de acuerdo al siguiente cuadro:

Desarrollo cognitivo o mental	Desarrollo físico	Desarrollo afectivo y social	Características generales

Al terminar las participaciones en el esquema o cuadro anterior, se deja al frente o a un lado, en un lugar visible, para ir palomeando cuando se vaya mencionando a lo largo de la sesión las características que ellos nos han dicho, así corroboramos lo que saben y han experimentado, a través de la vida diaria y la observación de sus hijos

DESARROLLO
(55 min.)

Los padres ante la crisis del adolescente

Muchas personas nos sobresaltamos cuando oímos que mi comadre o mi primo ya no saben qué hacer con su hijo adolescente, ya no es el mismo niño o niña que ellos tenían, ahora piensa, se viste, se comporta muy diferente a lo que él hacía y están preocupados por sus hijos; y nos ponemos a pensar si a nosotros nos pasará lo mismo y ¿qué hacer para no encontrarnos en la misma situación?

Es común que nos encontremos con el siguiente episodio:

Durante 11 o 12 años, los papás de Juanito (es recomendable usar un nombre diferente al de los asistentes y de sus hijos -si los conocemos-), se han preocupado porque Juanito sea obediente, respetuoso, ordenado, puntual, que siga las reglas de urbanidad o educación básicas (por ejemplo decir gracias, por favor…), que se preocupe por su arreglo personal y con

algunos regaños y recordatorios de lo que tiene que hacer va haciendo las cosas, pero…de pronto sin saber por qué, se vuelve un chico aislado, regresa muy tarde a casa, desobedece ante las indicaciones, se molesta de todo (aun sin motivo), reacciona de mal modo cuando sus padres intentan conocer sus problemas, ha descuidado su presentación personal y sus cosas (su cuarto es un completo desorden), y por si fuera poco ha bajado mucho su rendimiento en la escuela. ¿Les parece familiar esta situación? ¿Han sabido de padres que pasen por esto o algo parecido?

Y los padres por lo regular pueden reaccionar de la siguiente manera:

- Algunos se sienten agobiados y desmoralizados: ¡Tanto tiempo educando a los hijos! ¡Tanto buscar el buen ejemplo y los consejos, para que acaben convirtiéndose en unos irresponsables!
- Otros padres se tratan de explicar el problema preguntándose en qué han fallado como educadores o quién les ha echado a perder de pronto la labor que hicieron.
- Hay quienes pasado el efecto del asombro inicial piensan que es necesario empezar de nuevo. Y comienzan un periodo de corrección de hábitos, que implica mucha exigencia, pero no da los resultados esperados. Al contrario se muestra más delicado y se aleja de los padres, realzando los malos hábitos.

Es por eso que el día de hoy platicaremos acerca de las características propias de la adolescencia y así poder saber si el cambio de comportamiento de la chica o chico es “normal” o “anormal”; por qué ocurre, qué debemos hacer como padres antes y después del cambio, y qué no se debe hacer. ¿Estamos interesados?

Es muy importante saber que las nuevas formas de comportamiento son “normales” en determinadas edades y cumplen con una función en el desarrollo de los chicos, incluso las reacciones más extravagantes o absurdas pueden tener un significado en su proceso de maduración. Como vestirse “elegantemente” para una fiesta con pantalones de mezclilla deshilachados, rotos, con el tiro a media pierna y con una

playera que tiene una calavera (puedes poner otro ejemplo siguiendo la moda de los adolescentes de la comunidad).

También deben saber que el buen ejemplo y los buenos hábitos adquiridos en la infancia, no desaparecen; sino que cuando ha pasado la etapa de tantos cambios y recuperen la calma, seguramente retomará lo aprendido; solo que ahora es mucho más consciente y convencido que en la infancia.

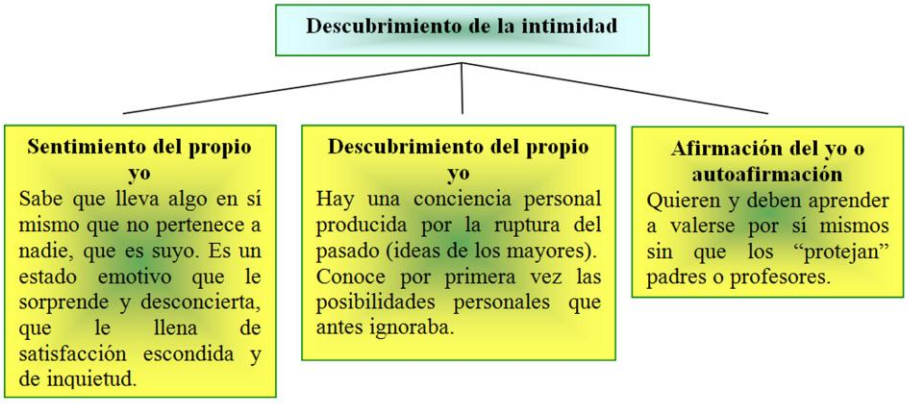
La clave de la educación es llegar antes que ellos, es prevenir lo que pueda pasar ya que muchas veces no nos damos cuenta de lo rápido que están creciendo nuestros hijos y no alcanzamos a prevenir, por eso a medida que se acerca la adolescencia, los padres deben preocuparse de que sus hijos vayan haciendo suyos aquellos criterios necesarios para su conducta (formación en el amor, la libertad y la educación cívica), presente y futura; y así, cuando llegue la crisis, los chicos y chicas contarán con ese apoyo en su interior.

Con estos antecedentes siendo los padres, debemos de formar al hijo como lo que ahora es: Un adolescente; diseñando nuevas metas en función de esta etapa, tanto para el adolescente como para la familia.

El descubrimiento del propio yo

Hemos llegado hasta aquí sin definir lo que es la adolescencia, con lo que ya hemos platicado, ¿me puedes decir qué es la adolescencia? ¿Tú, qué puedes agregar al comentario de…? Recuerda la importancia de hacer las preguntas dirigidas de manera personal a los participantes para fomentar la participación, así como incluir los comentarios y ejemplos que ellos aporten al tema como medio de aplicación del tema.

Pues la Adolescencia es el período de la vida humana con intensos cambios físicos, psíquicos y sociales, que hace posible el paso de la infancia a la edad adulta, el adolescente es el que "está creciendo", y en este periodo el crecimiento tiene una aceleración y significado mucho más decisivo alrededor de los 12 años. Hay un desarrollo significativo en cantidad (talla y peso), como en calidad (capacidades mentales, fuerza física), en la evolución de su personalidad y el descubrimiento de su intimidad.



En la búsqueda de esta intimidad y de autoafirmación, hay una serie de rasgos en su comportamiento, que son una expresión de la afirmación interior:

- La obstinación: Insistencia en tener o hacer determinadas cosas.
- El espíritu de independencia total: No depender de nadie o nada.
- El afán de contradicción: Contradecir a los demás sin tomar en cuenta si tienen o no la razón.
- El deseo de ser admirado: Buscar el reconocimiento de los demás.
- La búsqueda de la emancipación del hogar: Salir de casa y "ser". independiente de los padres
- La rebeldía ante las normas establecidas: No seguir lo señalado por las reglas.

Estas actitudes son algo normal y necesarias para el desarrollo de la personalidad naciente de las chicas y chicos adolescentes, que pueden crecer desmedidamente y radicalizarse ante las negativas de los

mayores. En esta etapa recordamos a los niños de 3 años que desean ser independientes al darse cuenta de sus posibilidades físicas.

La evolución de la autoafirmación

Esta tendencia va evolucionando de acuerdo a la edad en los siguientes momentos:

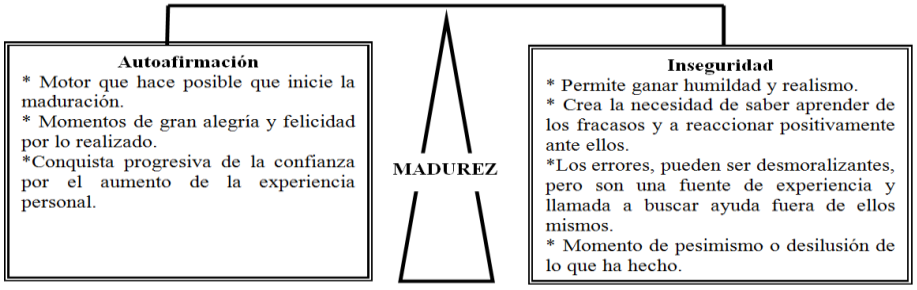
1. Primer momento: 12 – 14 años en niños, 11 – 13 años en niñas. En esta etapa los chicos todavía no se dan cuenta plenamente de lo que ocurre en sí mismos y desconocen muchas de sus posibilidades.

2. Segundo momento: 14 – 17 años en niños, 13 – 16 años en niñas. Es plenamente consciente de sus posibilidades físicas: Participa en competencias deportivas, se pone a prueba incluso busca el riesgo y descarga su agresividad continuamente (golpeando a compañeros o amigos).

3. Tercer momento: 17 – 22 años en niños, 16 – 21 años en niñas. Llega una afirmación positiva de sí mismo, se siente menos intranquilo afectivamente, es más sereno y objetivo, menos frágil a las contrariedades y tiene ya la sensación de haber encontrado su propio equilibrio.

Autoafirmación vs. Inseguridad. Madurez

Al comenzar a sentir el equilibrio de su personalidad, el adolescente comienza a percibir la existencia de sentimientos de duda e inferioridad a la par que de autoafirmación.



El mayor conflicto aquí lo encontramos en la desproporción de la meta que quieren lograr y los medios que tienen para alcanzarla. Como cuando su sueño es irse a otro lugar para trabajar y ganar bien, pero no tiene el dinero para irse; entonces busca los medios para lograrlo (trabajar, pedir prestado, etc.), o si quiere ser ingeniero en sistemas de cómputo y no tiene las posibilidades de poder seguir estudiando, entonces esa desilusión es lo que después lo moverá a buscar los medios para alcanzar su meta: Pedir o buscar una beca, ponerse a trabajar y luego estudiar, etc.

Así pues, el impulso hacia la madurez, lejos de debilitarse ante la falta de éxito en la vida práctica, se realimenta con ello y una actitud positiva es la de ayudar a los hijos solo en la medida en que sea necesario: Debemos guiar, informar y orientar respetando su libertad. Aun cuando no quieran ser ayudados (cuando lo necesitan), o cuando pidan ayuda (sin necesitarla).

DUDAS Y COMENTARIOS

(15 min.)

Este espacio es para que se puedan responder aquellas dudas que tengan los participantes o escuchar comentarios que puedan enriquecer el tema.

ACTIVIDAD EXPERIENCIAL

(20 min.)

Objetivo:

Escuchar la canción “La Gaviota” de Mocedades, para reflexionar sobre nuestra conducta como padres acerca de la educación y formación de nuestros hijos adolescentes.

Tamaño de Grupo:

30 participantes

Material:

Grabadora o reproductor de sonido y CD con la canción.

Desarrollo:

Decir a los participantes que escucharemos atentos una canción para después comentar lo que pensamos o sentimos durante la misma. Una vez que concluya la canción, hacemos preguntas a los participantes sobre lo que provocó en ellos la letra. (De no poder contar con reproductor de sonido y CD leer la letra la canción que se anexa).

EVALUACIÓN

(15 min.)

Entregar a los participantes el formato de evaluación de la sesión y dar el tiempo necesario para que lo contesten.

TAREA Y PROPÓSITO

(10 min.)

Conociendo ahora las características que le son propias a los adolescentes, contestar de forma escrita (de preferencia), la siguiente pregunta y comentarla con su esposo o esposa:

- ¿Cómo puedo modificar o aprovechar las características de mis hijos adolescentes para mejorar su desarrollo personal?

MATERIAL DIDÁCTICO

Pliegos de papel rotafolio y marcadores, o pizarrón y gises, o pintarrón y marcadores.

Reproductor de sonido o grabadora y la canción La Gaviota.

FICHA COMPLEMENTARIA

La Gaviota

La lalalala, la lalalala, la lalalalala.

Una gaviota sin plumar, quiso en la niebla navegar
llegó la noche y no supo regresar,
vuela que vuela sin llegar,
busca que busca sin hallar,
cayó en la arena y no pudo ya volar.

Y su plumaje quedo
manchado de amor, de lluvia y tristeza,
cuando volando hacía el sol
un buitre cayó sobre ella en la niebla,
adolescente, adolescente, gaviota torpe y sin plumar
vuelve a tu nido, vuelve a tu gente, gaviota vuelve ya.

Una gaviota sin plumar, quiso en la niebla navegar
llegó la noche y no supo regresar,
vuela que vuela sin llegar,
busca que busca sin hallar,
cayó en la arena y no pudo ya volar.

Ella se puso a llorar
con esa quietud que nace en la arena,
y no pudiendo volar
dejose llevar quieta en la marea,
adolescente, adolescente, gaviota torpe y sin plumar
vuelve a tu nido, vuelve a tu gente, gaviota vuelve ya.

La lalalala, la lalalala

3.2 LA ADOLESCENCIA TARDÍA O EDAD JUVENIL

INTRODUCCIÓN Y DIAGNÓSTICO
(15 min.)

Vamos a comenzar hoy recordando un poco lo visto la sesión anterior, en la que comenzamos con un nuevo módulo ¿Quién se acuerda de qué trató? ¿Qué características tienen los adolescentes? ¿Tiene alguna importancia que conozcamos estas características? ¿Qué fue lo que más te gustó de la sesión pasada? ¿Recuerdan que tenían una pequeña tarea? ¿Quién hizo su tarea? ¿Cómo cambió tú forma de tratar y convivir con adolescentes? ¿Tienes alguna duda de lo que platicamos la sesión pasada? ¿Podrás ayudar a orientar a otras personas con lo que ya sabes y has reflexionado? (hacer las preguntas que sean necesarias para favorecer la participación y saber si hicieron su tarea).

Hoy continuaremos con la última etapa de la adolescencia que va de los 21 o 22 años a los 25 aproximadamente, ya que la sesión pasada vimos lo correspondiente al inicio y la etapa media de la adolescencia.

Es importante aclarar que actualmente el periodo que abarca la adolescencia se ha ampliado, ya que comienza cada vez más pronto y termina más tarde, pues como padres y sociedad no abordamos de forma correcta los cambios y necesidades de chicos y chicas en estas edades y el equilibrio de la personalidad llega más tarde en ellos.

Antes de comenzar de lleno con el tema, haremos una pequeña actividad, en una hoja vamos a dibujar lo que yo les vaya diciendo, ya que estén listos para comenzar les decimos:

1. Van a dibujar un cuadrado de 5 cm. aproximadamente, por cada lado.
2. Ahora, toma la esquina superior izquierda para hacer un triángulo de 4 cm. de cada lado.
3. Y en la punta superior del triángulo traza un círculo de 3 cm. de diámetro.

Al finalizar se les pide que muestren entre ellos sus dibujos y después se les enseña el modelo del dibujo (el modelo se anexa al tema), que les debió haber quedado y se vuelven a repetir las instrucciones ya viendo el modelo, preguntando ¿a quién le quedó igual?

Se hace la reflexión a través de las siguientes preguntas u otras parecidas: ¿Por qué no quedaron todas las figuras iguales? ¿Todos recibimos las mismas instrucciones? ¿Por qué hay diferencias entre ellos? La intención de esta dinámica es que podamos concluir en que las instrucciones o guías de otras personas no siempre las entendemos, pues cada uno tenemos una percepción diferentes de las cosas, lo mismo pasa cuando intentamos guiar o ayudar a otras personas, por lo que debemos ser muy claros en lo que hacemos y decimos, sobre todo con nuestros hijos.

DESARROLLO
(55 min.)

Debido a los múltiples cambios de los adolescentes en la etapa anterior, estábamos ante etapas de crisis, inadaptación, desequilibrio físico y psicológico, inseguridad, inestabilidad emocional, introversión, conductas defensivas, ansiedad, angustias, rebeldía agresiva y constantes problemas entre padres e hijos; la adolescencia tardía es la salida a esta crisis de personalidad y se consigue el equilibrio, la estabilidad, la paz interior.

Afirmación de la personalidad

Autoexigencia y cooperación: Busca hacer las cosas lo mejor que puede y ayudar a otros a solucionar sus problemas.
Abre nuevos caminos para avanzar: Escudriña todas las posibilidades para lograr su objetivo.
Comienza a trabajar por su futuro con cierta resolución: Inician las decisiones sobre su trabajo y estudios.

Paso de la adolescencia media a tardía

Adolescencia tardía:

- Aprovechamiento del éxito obtenido de la maduración personal.
- Es más optimista, porque se centra en lo que sí puede hacer con esfuerzo y lucha perseverantes.
- Surge el gusto por las hazañas y marcas deportivas: Brota la impaciencia por actuar, cantar, hacer grandes cosas en la vida.
- Su gran conquista es: La aparición de las capacidades de profundización y del pensamiento especializado, es decir, ahora puede concluir ideas u opiniones sobre temas específicos: Política, vida familiar, economía, deportes, etc.
- Entra con ilusión en la recta final de su maduración y su meta es ser mayor y adoptar el modelo de adulto responsable.

Un aspecto muy importante es el equilibrio que existe entre la introversión y extroversión, ¿intro qué?, ¿extro qué? Pues no estamos hablando de personas de otros planetas sino que son de esas palabras que han usado científicos para definir ciertos conceptos:

Introversión: La persona busca estar consigo misma, no le atrae la relación con los demás. Como pasó en la adolescencia media, buscaba descubrirse como persona.

Extroversión: Cuando la persona tiende a relacionarse con los demás, que lo vemos más claro cuando comienza la adolescencia o pubertad, pues solo buscan el compartir con sus compañeros de juego, escuela, etc.

En la adolescencia tardía, entonces, se necesita un equilibrio entre las dos (introversión y extroversión), porque:

- El descuido de la introversión favorece la superficialidad del chico.
- El descuido de la extroversión favorece el egocentrismo.

La complementación de ambas hace a la persona más profunda y abierta:

El adolescente de 21 a 25 años disminuye el egocentrismo y está en condiciones de mantener relaciones de persona a persona con otros.

La edad juvenil se caracteriza por el descubrimiento del tú, lo que comprende:

- El desarrollo de sentimientos sociales: Comprensión, compasión, altruismo, sacrificio, entrega.
- Hay una maduración de la amistad y del amor.
- Las relaciones sociales son más amplias y variadas: Ya no solo amigos íntimos, se extiende a las personas con las que convive.
- Suele reencontrarse con su familia.
- Ahora es capaz de convivir armónicamente con quienes tienen funciones de autoridad o piensan de modo diferente a ellos.
- Disminuyen los ensueños, la timidez y la soledad enfermiza.

Un nuevo reto

Sin embargo nos enfrentamos a un reto: Actualmente muchos jóvenes no llegan al equilibrio, pues tienen un exceso de vida exterior y casi nada de vida interior; lo que los lleva a estar siempre pendientes de lo que viene de fuera, buscan el ruido y la vida agitada, no les gusta estar a solas y en silencio (por lo tanto, no tienen el momento adecuado para encontrarse a sí mismos).

Entonces lo que debemos hacer principalmente en la edad juvenil es: Cultivar la intimidad personal, por medio del buscar y dar el tiempo para la reflexión, el diálogo consigo mismo y la contemplación (poner atención en la vida interior), saliendo de uno mismo para ir al encuentro del amigo, donde hay confidencia e intercambio de intimidad.

La afirmación del "yo"

Empieza a reconocer que las causas y soluciones de muchos problemas están en uno mismo, hay un aumento del sentido de la responsabilidad. El adolescente accede a la madurez cuando observamos que pasa:

Del (a)	**Al (a)**
Aislamiento…	…Apertura a los demás
Rebeldía en función del capricho…	…Rebeldía en función del deber
Conformismo (aceptación de todo lo establecido) …	…Afán de superación
Individualismo…	…Comportamiento solidario
Miedo a la vida…	…Alegría de vivir
Dogmatismo y la rigidez (creer y afirmar sin discutir) …	…Tolerancia y flexibilidad
Autosuficiencia…	…Disposición para aprender de los demás y aceptar ayudas

La nueva forma de autoafirmarse es por medio de:

1. Aceptar retos difíciles.
2. Conseguir metas por sí mismo, con base en el esfuerzo personal.

Porque al joven ya no le asusta tanto afrontar problemas, ni se deja vencer por el miedo tan fácilmente como antes, ni se refugia en la imaginación; ahora confía en sus posibilidades, utiliza sus nuevas capacidades y se dispone a la lucha.

- Se afirma su “yo” generoso, abierto a los demás y deseoso de crecer.
- Surge un inconformismo bueno, al servicio de las necesidades de autorrealización.
- Interesado en sacar partido de sus nuevas capacidades, en perfeccionarse como persona adulta (favorecido por el descubrimiento de los valores).
- Al ser la edad de los ideales, no se conforma con tener objetivos, necesita valores que den sentido a su vida.
- Implica la maduración del carácter de la persona en su sentido ético: La forma de vida ética libremente elegida, implica tener fuerza de voluntad para hacer las cosas y orientarlas al bien.

Recordemos que este modo de ser, propio de la juventud, hoy no está de moda en algunos ambientes. Nos encontramos muchos casos de jóvenes mayores de 25 años que no saben qué es lo que quieren en la vida y que ni siquiera tienen interés por averiguarlo. Su preocupación exclusiva por el instante placentero les hace vivir de espaldas al futuro. Nosotros como padres debemos evitar que nuestros hijos lleguen a este punto trabajando en su educación desde pequeños.

DUDAS Y COMENTARIOS

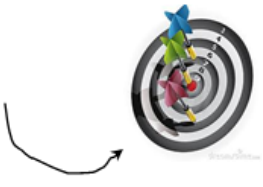
(15 min.)

Este espacio es para que se puedan responder aquellas dudas que tengan los participantes o escuchar comentarios que puedan enriquecer el tema.

ACTIVIDAD EXPERIENCIAL

(20 min.)

Llevaremos a cabo una dinámica llamada “La diana”



Objetivo:

Valorar los aprendizajes adquiridos en la sesión como significativos o poco significativos.

Tamaño de Grupo:

30 participantes

Material:

"La Diana" (elaborarla con anticipación o en el lugar de la sesión, considerando 3 niveles), post-it o pequeños papelitos, lápices y cinta adhesiva.

Desarrollo:

El animador dibuja una diana en el suelo (o como lo haya previsto), y al alcance de los integrantes del grupo deja post-it. Proponemos el tema de aprendizaje "La adolescencia tardía o edad juvenil". Los integrantes comenzarán a valorar esos aprendizajes, los escribimos en los post-it (les daremos 3 o 4) y seguidamente, lo que les haya resultado más importante lo pondrán más cerca del centro de la diana o más lejos, depende de la valoración de cada uno de los integrantes.

Al finalizar comentaremos lo sucedido, ya que nos puede ayudar a valorar los conocimientos adquiridos y si han sido significativos para los participantes, así como las propuestas educativas que surjan como consecuencia de lo que se platique en la sesión.

EVALUACIÓN

(15 min.)

Entregar a los participantes el formato de evaluación de la sesión y dar el tiempo necesario para que lo contesten.

TAREA Y PROPÓSITO

(10 min.)

Conociendo ahora las características que le son propias a los adolescentes (de la etapa tardía), y de los jóvenes de 21 a 25 años, contestar de forma escrita (de preferencia), las siguientes preguntas y comentarlas con su esposo o esposa:

- ¿Cómo puedo modificar o aprovechar las características de mis hijos adolescentes y jóvenes para mejorar su desarrollo personal?
- ¿Cómo puedo modificar o aprovechar las características de mis hijos adolescentes y jóvenes para mejorar la vida y dinámica familiar?

MATERIAL DIDÁCTICO

Pliegos de papel rotafolio y marcadores, o

pizarrón y gises, o

pintarrón y marcadores,

hojas blancas o recicladas (blancas o de imprenta),

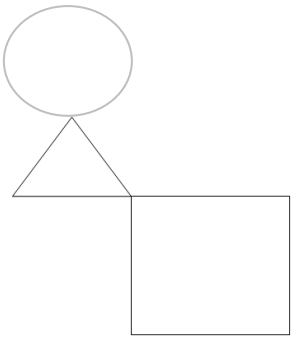
post-it o pequeños papelitos de hojas blancas o recicladas (blancas o de imprenta),

lápices o colores,

dibujo de la Diana.

FICHA COMPLEMENTARIA

DIBUJO



3.3 FASES Y CRISIS DE LA JUVENTUD A LA EDAD ADULTA (25 A 40 AÑOS)

INTRODUCCIÓN Y DIAGNÓSTICO
(15 min.)

Vamos a comenzar hoy recordando un poco lo visto la sesión anterior, ¿Quién se acuerda de qué trató? ¿Qué características tienen los adolescentes de la etapa tardía o edad juvenil? ¿Tiene alguna importancia que conozcamos estas características? ¿Qué fue lo que más te gustó de la sesión pasada? ¿Recuerdan que tenían una pequeña tarea? ¿Quién hizo su tarea? ¿Cómo cambió tú forma de tratar y convivir con los jóvenes de 21 a 25 años? ¿Tienes alguna duda de lo que platicamos la sesión pasada? ¿Podrás ayudar o aconsejar a otras personas con lo que ya sabes y has reflexionado? (hacer las preguntas que sean necesarias para favorecer la participación y saber si hicieron su tarea).

Hoy comenzaremos con una edad muy interesante para nosotros, pues hablaremos de la edad adulta, que es donde la mayoría nos encontramos. Como es una etapa amplia que abarca desde los 25 a los 60 o 65 años aproximadamente, vamos a dividirla en dos sesiones, por lo que en ésta abarcaremos hasta los 40 años.

Debido a esto, tendremos hoy una sesión muy participativa, pues estaremos tocando puntos que nos afectan o favorecen directamente y podremos así tomar los aspectos que más nos interesan y llevarlos a la práctica, o conocerlos para evitar caídas y así ir promoviendo nuestro desarrollo y perfeccionamiento como personas (del que hablábamos al inicio de este curso ¿recuerdan?), pues nuestro desarrollo no termina nunca, estamos en constante cambio y podemos decidir el rumbo que queremos seguir. Podemos considerar si “voy bien o me regreso”, si sigo adelante o cambio de ruta. Así que con mucho ánimo iniciaremos la sesión.

El crecimiento físico y mental de las personas es continuo pero no regular, es decir, no se detiene, aunque no cambia con la misma intensidad pues va de acuerdo a las diferentes etapas o edades de la vida.

Cada etapa o fase es una forma de vida diferente, porque tiene un carácter e intereses propios y valores predominantes. Sin embargo no son independientes, es decir, se relacionan entre sí porque cada una de ellas apoya a la anterior y prepara a la siguiente. Hasta hoy, hemos visto varias etapas de la vida de las personas ¿cuáles son ellas? (hacer lo posible para que los participantes recuerden todas ellas -darles pistas para que lo hagan, si no recuerdan- las etapas son: Primera Infancia del nacimiento a los 2 años, Segunda infancia (3 a 6 años), Tercera infancia (7 a 9 años), pubertad o adolescencia inicial y adolescencia tardía.

Cada fase requiere:

- Realizar una tarea propia y satisfacer unas determinadas necesidades.
- Tiene posibilidades y limitaciones para el desarrollo personal.
- Un tipo de educación diferente y específico.
- El nivel de maduración adecuado de la persona.

Esto lo podemos observar de manera más clara con un ejemplo. Entre los 5 y los 6 años el niño posee ya la madurez necesaria para iniciar el aprendizaje de la lectura y la escritura. Si estas actividades comienzan en este momento, el niño las realizará con gusto y buenos resultados. Pero, si por el contrario la enseñanza empieza uno o dos años antes, surgirán serios problemas: El niño mostrará desinterés y disgusto, y el rendimiento escolar será muy escaso.

Por lo tanto es muy importante no llegar tarde ni demasiado pronto.

DESARROLLO
(55 min.)

A lo largo del crecimiento, además de fases, hay crisis. ¿Qué relación existe entre fases y crisis? Como decíamos un poco más arriba, las etapas de vida son periodos de las personas que se caracterizan por diferentes modos de conducta adquiridos en el transcurso de la vida, y a todos nos cuesta mucho trabajo pasar de un modo de actuar a otro, por ejemplo, el cambio de horario, nos cuesta un poco acostumbrarnos a acostarnos o levantarnos tarde o temprano, porque se trata de una modificación de hábitos. Pues bien, este paso o transición de una etapa a la otra, representa a veces una ruptura o desprendimiento de lo que se estaba haciendo y en ocasiones puede ser muy difícil, llegando a ocasionar alguna crisis, que por lo regular se supera en poco tiempo.

Las crisis que se producen entre las diferentes etapas de la vida, son tensiones y entrecruzamientos provocados por la aparición de una nueva fase, que necesita abrirse paso en el dominio de la anterior.

Principales fases y crisis hasta los 40 años

1. Antes de nacer. La vida en el seno materno tiene una evolución física y psicológica.

2. Crisis al momento del nacimiento. Cuando el niño deja el seno materno y empieza la existencia individual, adaptándose a un medio en el que está mucho menos protegido que antes.

3. Crisis en la infancia

3.1. Entre la 1º y 2º infancia: De personalidad. Es la primera afirmación de la personalidad, la distinción entre el "yo" y el "tú" como una realidad independiente, el niño evoluciona algo de su mentalidad egocéntrica.

3.2. Final de la 2º y comienzo de la 3º infancia: El niño pasa del ambiente protegido del hogar, al ambiente no protegido de la escuela y es uno más del grupo de compañeros.

3.3. Al final de la 3º infancia: Crisis de la pubertad. Suele ser más aguda que las anteriores y con ella se inicia la transformación del niño en adulto, provocando en el niño:

- Falta de confianza para aceptar el reto de la conducta propia, original.
- Se "defiende" de la inseguridad interior con la autoafirmación y el refugio en el grupo.
- Cae en la formación de grupos y en la rebeldía negativa, de pura reacción frente a cualquier autoridad.
- Es el despertar de la tendencia sexual y el instinto se orienta ya hacia el otro sexo.
- Necesita entender la función del sexo dentro del amor y superar la división entre sexo y sentimiento amoroso.

4. Crisis hacia adentro (adolescencia media).

- Es la época del espíritu crítico, de la introversión y de la timidez.
- Es el tiempo de los conflictos generacionales.

5. Crisis de la experiencia (edad juvenil: 18 a 25 o 30 años). Es el paso de la fase vital del joven a la fase de hombre – mujer; adultos y

responsables. El carácter básico de esta etapa está determinado por dos factores:

5.1. Uno positivo: La sensación de tener posibilidades infinitas, la incondicionalidad de ideas y opiniones; unidos a la convicción de que la realidad puede captase y dominarse.

5.2. Otro negativo: La falta de experiencia de la realidad, tiende a sobrevalorar las posibilidades de hacer las cosas (corre peligro de engañarse y fracasar).

6. Crisis de la comprensión vital, se enlaza la mayoría de edad con la madurez juvenil y de ahí se incrementará a lo largo de 10 o 15 años (25 a 40).

Se intensifica el sentido de la responsabilidad, en la que se consolidan los valores:

- La entrega a lo emprendido.
- La fidelidad a la palabra dada.
- El honor como sentimiento de lo que es justo, etc.

7. Etapa de madurez, abarca de los 25 a 40 años y se caracteriza por rasgos reconocidos en la persona adulta:

Rasgo	Descripción
Sentido de la responsabilidad	★ Suelen tomarse decisiones muy importantes y son consecuentes con esas decisiones. ★ Por lo general, al inicio de la etapa, ya saben con certeza a qué se quieren dedicar por el resto de su vida y eligen un quehacer profesional. ★ Eligen a la persona con la que quieren compartir la vida y formar una familia. En el caso de la mujer ocurre con anticipación, porque el proceso de maduración se da antes que el del hombre.
Mayor objetividad y realismo	★ Se enfrentan a difíciles condiciones de la vida laboral: Búsqueda de empleo.
Capacidad de autocrítica	★ Puede reconocer que se equivoca (y muchas veces), lo que hace posible que pueda rectificar.
Autonomía	★ Es la capacidad de autodeterminación: Decidir a partir de sus propios criterios, sin dejarse influir por los demás. ★ En algunas ocasiones escucha, para las decisiones y elecciones, ideas o pensamientos externos (familiares o amigos), considerándolo como lo mejor.
Capacidad de amar benevolentemente	★ Es amar concentrándose en el otro, en los demás. ★ Es capaz de preferir el bien de los que ama, aun por encima de su propio bien.
Capacidad de trabajo y su productividad	★ Su capacidad de trabajo y su productividad se desarrollan intensamente y producen una enorme satisfacción personal. ★ Es la etapa de la fecundidad: Formación y crecimiento de la familia. ★ Se tiende a formar un patrimonio que asegure el bienestar de los miembros de la familia. ★ En la mujer es la etapa de la fertilidad biológica y si no ha formado una familia, suele tener la angustia de no poder hacerlo más tarde.
Independencia afectiva y económica	★ Ama a sus padres, mas ya no depende económica o emocionalmente de ellos. ★ Su situación económica y la de su familia son ahora asunto propio.
Autodominio	★ Es capaz de gobernar sus impulsos instintivos y afectivos por medio de la razón y de la voluntad que se fortalece en busca de bienes mayores.
Esforzarse para alcanzar metas difíciles	★ Es motivado por el valor y los beneficios que les da a sus metas propuestas. ★ Cada vez que usa su fuerza de voluntad resulta fortalecida.
Relaciones interpersonales	★ Se desarrolla de manera importante su capacidad de establecer relaciones interpersonales constructivas, profundas y duraderas.
Visión amplia de sus intereses	★ Ahora le importa realmente la situación económica, política y social de su país. ★ Algunos campos de la cultura que antes no le interesaban, adquieren un valor que antes no los tenía.
Refina su sentido ético	★ Crece su capacidad de discernir correctamente en el obrar propio y ajeno (lo que está bien de lo que está mal). ★ Tiende a optar habitualmente por el bien en la propia conducta. ★ Aprende a no juzgar a los demás sin tener los elementos para ello.

Desarrolla su capacidad de reflexión	★ Piensa más antes de actuar. ★ Piensa sobre sus actos pasados, buscando una mayor comprensión de los sucesos, sus motivaciones y las consecuencias que derivaron, así como una enseñanza para el futuro.
Autoconocimiento	★ Hace saber mejor "quien es" y de lo que es capaz, así como de lo que no es.
Capacidad de compromiso	★ Examina sus capacidades antes de comprometerse a algo, y si lo hace, incluye la decisión de cumplir con lo pactado. ★ Se convierte en digno de confianza para quienes tratan con él.
Autoestima realista	 ★ Corresponde a lo que realmente vale, que procede de su autoconocimiento más profundo. ★ Reconoce sus capacidades y limitaciones, cualidades y defectos, virtudes y vicios. ★ Sabe que su dignidad o valor como persona depende de lo que con sus actos libres y responsables haga de sí mismo.
Flexibilidad	★ Es capaz de dialogar y llegar a acuerdos o consensos con los demás. ★ Distingue la verdad de la opinión, lo cambiante de lo permanente, lo importante de lo accesorio. ★ Aprende a ceder o a imponerse razonablemente en función de los criterios anteriores.
Seguridad en sí mismo	★ Basada en las decisiones que toma para prever y evitar males posibles o futuros.
Visión de futuro	★ Asume su presente y su pasado y se propone a sacar lo que le pueda ser útil para conseguir sus metas planeadas. ★ Progresa en el descubrimiento del sentido de su vida, tiene mayor sentido de la trascendencia.
Manejo de la frustración	★ No se deja desalentar por resultados adversos. ★ Busca las causas de los fracasos y procura corregir sus decisiones y actuación para futuras oportunidades.
Personalidad armónicamente sexuada	 ★ Vive como totalmente hombre o mujer (según lo que corresponde a su sexo anatómico-fisiológico). ★ El ejercicio de su sexualidad es plenamente responsable. ★ Si está casado se atiene al compromiso contraído y la fidelidad es una forma de vivir la libertad de su decisión.
Sentido del humor	★ Desarrolla una capacidad de sacar el mejor partido de cada situación y de cada persona, incluyéndose a sí mismo. ★ No dramatiza los hechos y descubre lo positivo de los sucesos que le ocurren y de las personas que le rodean.
Coherencia	★ Entre el pensar, el decir y el hacer.
Congruencia	★ Relación de correspondencia entre su pensar, decir y actuar, con los valores objetivos y universalmente reconocidos como tales.

DUDAS Y COMENTARIOS

(15 min.)

Este espacio es para que se puedan responder aquellas dudas que tengan los participantes o escuchar comentarios que enriquecen el tema.

ACTIVIDAD EXPERIENCIAL
(20 min.)

Actividad:

lectura de “El hombre de las manos atadas”

Objetivo:

Realizar un examen de nuestra vida, buscando aquellas obstáculos que nos impiden realizarnos plenamente como personas.

Tamaño de Grupo:

30 participantes

Material:

La narración de “El hombre de las manos atadas”

Desarrollo:

Se pide al grupo mucha atención para escuchar la narración que se hará y enseguida se realizan las preguntas para el diálogo sugeridas.

Narración:

Érase una vez un hombre como todos los demás, un hombre normal. En una ocasión llamaron repentinamente a su puerta. Cuando salió se encontró a sus enemigos. Ellos le ataron las manos. Le dijeron que así era mejor, que así, con sus manos atadas, no podría hacer nada malo (se olvidaron de decirle que tampoco podría hacer nada bueno). Y se fueron dejando un guardián en la puerta para que nadie pudiera desatarlo.

Al principio se desesperó y trató de romper las ataduras. Cuando se convenció de lo inútil de sus esfuerzos, intentó poco a poco acomodarse a su nueva situación.

Lentamente consiguió valerse a sí mismo para seguir subsistiendo con las manos atadas. Inicialmente le costaba hasta quitarse los zapatos, pero luego empezó a olvidarse qué era tener las manos libres.

Pasaron muchos años. Su guardián le comunicaba día a día las cosas malas que hacían en el exterior los hombres con las manos libres (se le olvidaba decirle las cosas buenas que hacían en el exterior los hombres con las manos libres).

Pasaron muchos, muchísimos años... Un día, sus amigos sorprendieron al guardián, entraron en la casa y rompieron las ligaduras que ataban las manos del hombre.

"Ya eres libre", le dijeron.

Pero habían llegado demasiado tarde. Las manos del hombre estaban totalmente atrofiadas.

Preguntas para el diálogo:

1. ¿En qué te hace pensar esta reflexión?
2. ¿Cómo la interpretas?
3. ¿Cómo la relacionas con la vida del hombre?
4. ¿Te sientes identificado con ella? ¿Por qué?
5. ¿Cómo podemos liberarnos de nuestros obstáculos personales?

Favorecer el diálogo para llevar la reflexión al hecho de que como adultos tenemos numerosas posibilidades de crecer y desarrollarnos, sin

embargo algunas veces tenemos “las manos atadas” y no las usamos porque no las reconocimos u olvidamos que las tenemos.

EVALUACIÓN

(15 min.)

Entregar a los participantes el formato de evaluación de la sesión y dar el tiempo necesario para que lo contesten.

TAREA Y PROPÓSITO

(10 min.)

Conociendo ahora las características que me son propias como adulto, contestar de forma escrita (de preferencia) las siguientes preguntas:

- ¿Cuáles son mis cualidades?
- ¿Cuáles son mis posibilidades de mejorar?
- ¿Qué voy a hacer para desarrollarme y crecer como persona?

MATERIAL DIDÁCTICO

Pliegos de papel rotafolio y marcadores, o

pizarrón y gises, o

pintarrón y marcadores.

3.4 FASES Y CRISIS DE LOS 40 AÑOS EN ADELANTE

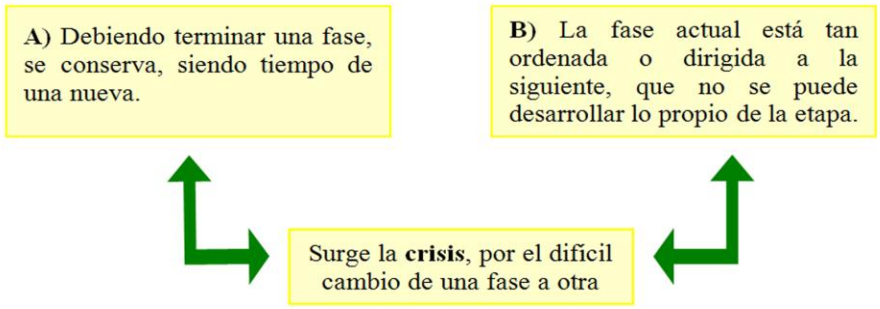
INTRODUCCIÓN Y DIAGNÓSTICO
(15 min.)

Vamos a comenzar hoy recordando un poco lo visto la sesión anterior, ¿Quién se acuerda de qué trató? ¿Qué características tenemos los adultos de 25 a 40 años? ¿Cuáles son las etapas de crisis que pasamos? ¿Tiene alguna importancia que conozcamos estas características? ¿Qué fue lo que más te gustó de la sesión pasada? ¿Recuerdan que tenían una pequeña tarea? ¿Quién hizo su tarea? ¿Hubo algún cambio en el conocimiento de mí mismo? ¿Tienes alguna duda de lo que platicamos la sesión pasada? (hacer las preguntas que sean necesarias para favorecer la participación y saber si hicieron su tarea).

La sesión pasada veíamos que al ser la edad adulta tan amplia era necesario dividirla para que pudiéramos conocer más cosas, por lo tanto hoy platicaremos sobre las fases y crisis de los 40 años en adelante.

Recordemos que el ser humano es una unidad (de cuerpo y alma), desde su concepción hasta su muerte, pero al mismo tiempo hay una diversidad de características según la fase de la vida en la que se encuentra, por lo tanto, cada persona debe aprender a aceptarse, querer, ser el que es: Reconocerse como unidad y como diversidad (variedad de características de acuerdo a la etapa), con su personalidad y vocación (inclinación a cualquier estado civil, profesión o carrera).

Para que la persona pueda aceptarse con sus diferencias, cuenta con unas etapas o fases en su vida, las cuales tienen características que en algunas ocasiones se pueden grabar tanto en las personas, a tal grado que puede ser difícil pasar de una etapa a otra. Estas dificultades aumentan cuando:



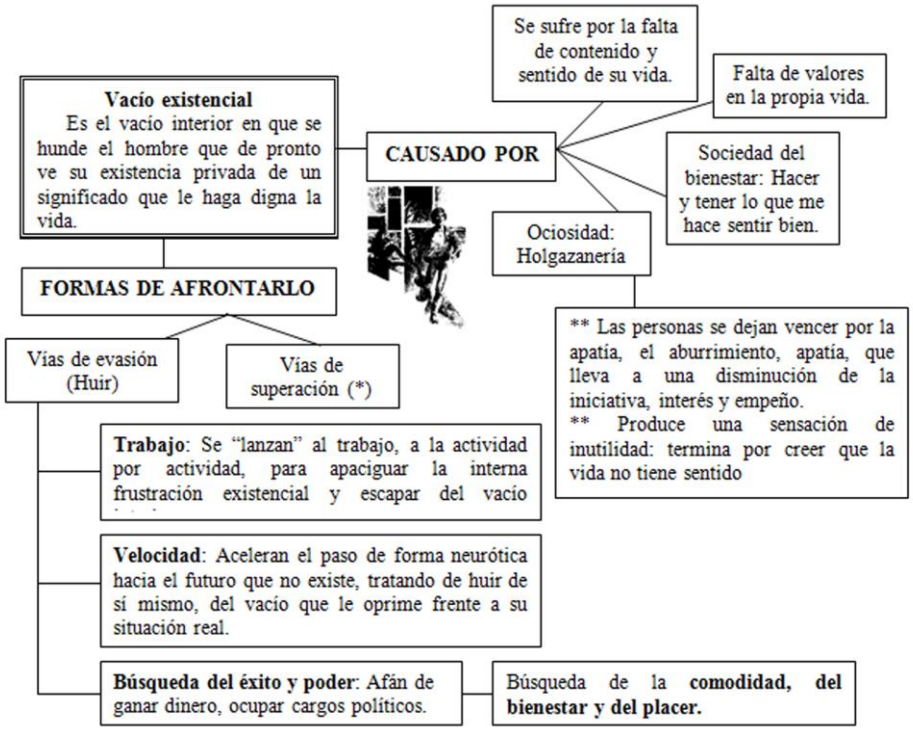
Por lo tanto debemos conocer, aceptar y respetar cada etapa de la vida con sus valores, posibilidades, aspiraciones y responsabilidades; para que el cambio o tránsito de una etapa a la otra no llegue al desarrollo de una crisis.

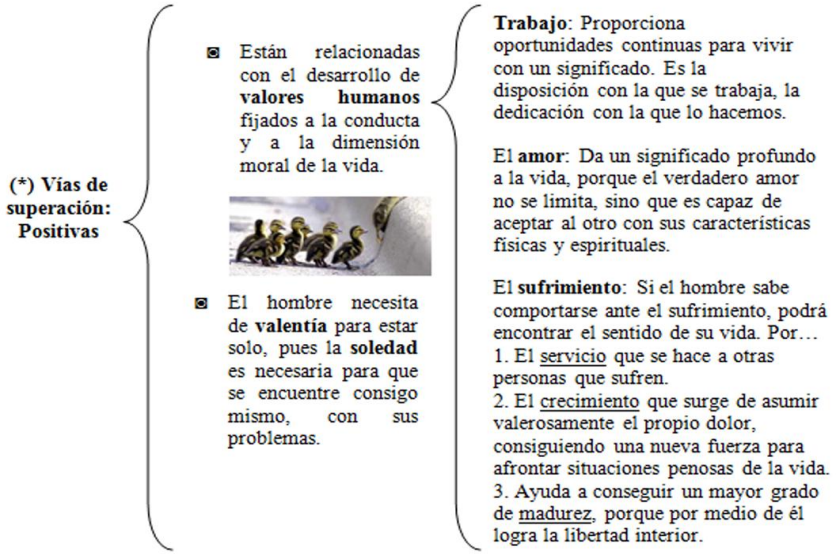
DESARROLLO

(55 min.)

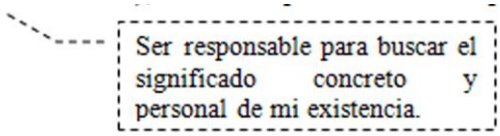
Edad	Fase	Crisis
A los 40 años	 Es la fase de la fuerza en plenitud, cuando surgen las fuerzas productivas. Se asumen cargas, se exigen trabajos, no limita esfuerzos. Descubre que hay exceso en el trabajo y en la responsabilidad, por lo tanto aumenta la sensación de fatiga, menor frescura y novedad, también hay un mayor peligro de rutina. Empiezan a llegar los nietos y muchos de estos abuelos se niegan a asumir responsabilidades con los nuevos miembros de la familia. Es para muchos una edad de brillantez aun con la crisis de la experiencia del límite, y cosechan sus más brillantes éxitos.	Por la experiencia del límite: Hay una sensación cada vez más evidente de los límites de la propia energía (ya no puede hacer todo lo que antes realizaba). Vacío existencial *
A los 50 años	La persona empieza a serenarse e inicia la etapa: El hombre o la mujer sereno(a) Se caracteriza por ver y aceptar las fronteras y limitaciones, las influencias y miserias de la vida. Continúa en el trabajo por las exigencias de la familia y de la sociedad, a pesar de las frustraciones. Ha pasado la ilusión del gran éxito, prefiere el logro a lo que le pertenece y a ello dedicará sus mejores energías. Es una fase difícil de alcanzar, porque supone un alto nivel de madurez personal. Se va perdiendo el interés por lo que se tiene y lo que se hace; y empieza a saber que tiene lo que es. Es una década relativamente silenciosa, pero enormemente fecunda.	Vacío existencial *
A los 60 o 65 años	Es la década de mayor madurez, por lo que es la fase de la persona sabia. Se caracteriza así: Es el que sabe del final y lo acepta, pero no es todavía anciano. Su sabiduría surge cuando es capaz de responder a la vida, basado en su experiencia. Lo que importa en la vida, es vivir los valores propios de esta fase vital, sabiendo alejarse de lo que estorba para la entrada a la ancianidad. Posee una dignidad que no se deriva de sus acciones, sino de lo que es como persona, de lo que ha llegado a ser.	Crisis del desasimiento: Aferrarse a lo que queda de la juventud. Se supera por... * Las **virtudes** como: sobriedad, comprensión, valentía, confianza, respeto a sí mismo, lealtad a la vida ya vivida, sentido de la existencia realizada. * El desprendimiento: termina soltando todo y de todos, mientras alcanza una nueva medida en el *saber querer.*

Cada una de las crisis plantea problemas que requieren ayuda específica, pero pueden agrandarse cuando se cae en el vacío existencial.





En algunos momentos de la vida puede suceder que se llegan a cruzar las crisis relacionadas con el sentido de la vida (vacío existencial), el cual no parece estar claro para muchas personas.



Pero ¿Qué pasa con los que se quedan en el camino y no han superado la crisis? ¿Por qué han fracasado? Debemos recordar primero, que como seres humanos somos únicos e irrepetibles, por lo tanto, los factores que intervienen para que se produzca o supere una crisis son diferentes en cada uno de nosotros. Sin embargo, podremos superarlas si tenemos como punto de llegada el descubrimiento y desarrollo de una dimensión trascendente en nuestra vida.

DUDAS Y COMENTARIOS

(15 min.)

Este espacio es para que se puedan responder aquellas dudas que tengan los participantes o escuchar comentarios que puedan enriquecer el tema.

ACTIVIDAD EXPERIENCIAL

(20 min.)

Objetivo: Realizar un examen de nuestra vida, buscando aquellos obstáculos que nos impiden realizarnos plenamente como personas y buscar las posibilidades que se tienen, por medio de la elaboración de un nuevo plan de vida.

Tamaño de Grupo:

30 participantes.

Material:

Copias para elaborar el plan de vida u hojas blancas (de doble uso o papel imprenta), para que ellos hagan el formato, siguiendo una muestra que puedes hacer en un papelote.

Desarrollo:

Antes de entregar el material (se anexa el cuadro), es necesario que introduzcamos a la actividad de la siguiente manera: Al terminar de ver lo correspondiente a la edad adulta – madura, es importante que pensemos qué es lo que queremos SER en los próximos años, tomando como referencia nuestra historia y lo que estamos viviendo ¿hacia dónde me dirijo?

Entregar a los participantes el material y explicar la manera de hacer su plan para los próximos años de su vida y dar solamente el tiempo disponible (20 min.). Si no terminan, incluirlo en la tarea, recalcando la importancia de planear lo que queremos SER y cómo lo vamos a lograr para sobrellevar mejor, en la medida de lo posible, las crisis propias de cada una de las etapas de la vida.

EVALUACIÓN

(15 min.)

Entregar a los participantes el formato de evaluación de la sesión y dar el tiempo necesario para que lo contesten.

TAREA Y PROPÓSITO

(10 min.)

Conociendo ahora las características que me son propias como adulto, contestar de forma escrita (de preferencia), las siguientes preguntas:

- ¿He pasado por alguna crisis en el cambio de etapas en mi vida?
- ¿Cuáles son las posibilidades para superarlas?
- ¿Qué puedo hacer para evitar estas crisis?

MATERIAL DIDÁCTICO

Pliegos de papel rotafolio y marcadores, o

pizarrón y gises, o

pintarrón y marcadores,

copias del formato para el plan de vida u hojas blancas/ doble uso/ papel imprenta,

lápices o colores.

Planea tus metas a corto, mediano y largo plazo, en lo personal, profesional y familiar.

ACCIÓN ¿Para qué lo voy a hacer?	FORMA ¿Cómo le voy a hacer?	TIEMPO ¿Cuánto me voy a tardar?	RECURSOS MATERIALES ¿Qué necesito?	INVOLUCRADOS ¿Quién me va a apoyar?	OBSTÁCULOS ¿Qué me puede desviar de mi meta?	RESULTADOS ¿Qué voy a conseguir?

Comprométete en actividades que ocupen tu tiempo libre, como deporte, música, servicio social o cualquier actividad creativa. Busca tener el tiempo libre enriquecedor, recuerda que la ociosidad te lleva a un sentimiento de inutilidad.

3.5 SABER ENVEJECER

INTRODUCCIÓN Y DIAGNÓSTICO
(15 min.)

Vamos a comenzar hoy recordando un poco lo visto la sesión anterior, ¿Quién se acuerda de qué trató? ¿Qué características tenemos los adultos de 40 años en adelante? ¿Cuáles son las etapas de crisis que pasamos? ¿Tiene alguna importancia que conozcamos estas características? ¿Qué fue lo que más te gustó de la sesión pasada? ¿Recuerdan que tenían una pequeña tarea? ¿Quién hizo su tarea? ¿Hubo algún cambio en el conocimiento de mí mismo? ¿Tienes alguna duda de lo que platicamos la sesión pasada? ¿Qué opinas sobre el plan de vida que hicimos? ¿Crees que te fue útil? ¿Por qué? (hacer las preguntas que sean necesarias para favorecer la participación y saber si hicieron su tarea).

Siguiendo con el ciclo de vida de una persona, hemos llegado a un tema que en ocasiones nos trae muchas contrariedades: La VEJEZ O ANCIANIDAD, pues nos encontramos en una sociedad en la que hemos llegado a despreciar esta etapa tan bonita.

Antes de comenzar con el tema, me gustaría que escucháramos una canción, se llama Sueña y la canta Luis Miguel (si no tienes grabadora puedes leer la letra que se anexa), para lo que les pido prestemos muchísima atención a lo que dice este tema.

Al terminar la canción promover la participación del grupo sobre las siguientes preguntas (procurando que permanezca como idea principal, el ver hacia el futuro como una etapa de esperanza y alegría, en la cual empezamos a trabajar desde hoy con lo que vamos sembrando entre las personas que nos rodean):

- ¿Por qué crees que escuchamos esta canción?
- ¿Qué tiene que ver con la vejez?

Vamos recordando un poco lo que hace algunos años (20 aproximadamente), pasaba en nuestra comunidad respecto a los

ancianos ¿cómo eran tratados? ¿Qué actividades desarrollaban? ¿Cuál era su papel dentro de la comunidad?

Ahora comparemos con lo que sucede en nuestros días con ellos. Puedes apoyarte del siguiente cuadro, y promover la participación de la mayoría de los participantes para tener un antecedente claro sobre el trato a los ancianos.

	¿Cómo eran (son) tratados?	¿Qué actividades desarrollaban o desarrollan?	¿Cuál era (es) su papel dentro de la comunidad?
Hace algunos años (20 aprox.)			
Ahora			

DESARROLLO

(55 min.)

Es importante aclarar que estaremos hablando sobre los ancianos, no como una palabra que hable con desprecio a los adultos mayores, sino con toda la dignidad que la persona de más de 65 años posee, además de sus características propias de la etapa.

La ancianidad como tal, tiene unas características generales como:

- Estar vinculada socialmente con la jubilación del trabajo (aunque no siempre es así).
- El proceso de ancianidad a veces se acelera por el retiro prematuro, la exclusión y menosprecio de las personas mayores.
- Los ancianos ayudan a apreciar los acontecimientos terrenos con más sabiduría, porque las situaciones de la vida los han hecho expertos y maduros.

- En grupos de pobreza extrema, donde son graves las carencias en aspectos de salud, vivienda y alimentación, el fenómeno del envejecimiento se presenta prematuramente.

Comencemos analizado con mayor detalle las características y posibilidades de las diferentes edades de esta etapa tan importante en la vida de la persona. Para lo cual vamos a establecer una división.

EDAD	CARACTERÍSTICAS	RECOMENDACIONES
65 a 75 años	→ Se incrementa la manifestación del deterioro, como falta de memoria o flexibilidad muscular. → Comienza a darse un posible descuido de la presentación personal. → Hay una nueva estabilidad de las relaciones conyugales. → Es el momento de aprovechar lo que se ha cultivado a lo largo de la vida (familia, amigos, trabajo, etc.). → Hay una reorganización consciente del uso del tiempo. → Disminuye la capacidad de aprender cosas nuevas y se facilita realizar tareas que se han hecho desde hace años. → Comienza un miedo al porvenir, al futuro y a las condiciones en las que se llegará, hay mayor acercamiento a la religión.	✓ Ayudar a la aceptación de las consecuencias del proceso de deterioro, recomendándole distintas actividades de servicio a los demás. ✓ Cuidar la salud, por medio del ejercicio y la alimentación. ✓ Asistir a grupos de la tercera edad, clubes de jubilados u otros grupos de ancianos. ✓ Tener experiencias de hacer algo positivo para otras personas, que se sientan útiles, además del beneficio que darán a los demás. ✓ Animarlos a cuidarse y ser limpios, como manifestación de respeto a si mismo y a los demás.
76 a 85 años	→ Se impone el deterioro. → Se olvidan los acontecimientos más recientes, por el menoscabo de la memoria. → Es recurrente el pensamiento de la muerte, por el deceso de personas de su edad, marcándose más aún la vivencia de la religión. → Hay una necesidad de dependencia de otros, la cual requiere admitir con humildad y aprender a pedir ayuda y a recibirla con agradecimiento y corresponder en la medida de lo posible. → Hay una inactividad provocada por la amargura de las esperanzar fallidas.	✓ Ayudar a la persona a no exagerar la dependencia, ni por exceso, ni por defecto (falta de humildad). ✓ Hacer consciente al anciano de que él es testigo del pasado que los jóvenes no han vivido y tiene la responsabilidad de acercarles a ese momento histórico. ✓ Conviene alentarlos con proyectos inmediatos para mantenerlos en una actividad adecuada a sus situación (física, de tiempo, etc.). ✓ Despertar o reafirmar su espíritu de servicio. ✓ Fomentar el enfoque divertido de los acontecimientos, para evitar pesimismos y pensamientos negativos. ✓ Compensar la sensación de soledad con demostraciones de afecto y atenciones, ayudarle a envejecer motivándolos a que agradezcan, perdonen y piensen en los demás.

85 y más	→ Aumentan las limitaciones y la persona ya no se da cuenta de ello, como el control de esfínteres, resistencia al aseo personal, dificultades para caminar, incorporarse, comer, hablar, etc. → El pasado predomina y eso hace irreal el presente, perdiendo credibilidad en los demás. → Se desconfía del futuro por sentir la incapacidad de dirigirlo. → Al llegar la decrepitud, muchas veces confunde a quienes le rodean, con las personas que conoció en el pasado.	✓ Una actitud paciente de los familiares, tener en cuenta la gratitud, tolerancia y humildad. ✓ Mantener una convivencia con niños y jóvenes. ✓ Que se relacione con quienes piensan y trabajan por una sociedad mejor, para que aporten su experiencia e ideas.

Cada edad tienen sus problemas, y los de la ancianidad no son los más pesados, al menos para quien sabe ser viejo, pues ¿no tiene el niño grandes penas y sinsabores?

En la medida que hay aceptación a la etapa, la ancianidad deja de ser una amenaza para convertirse en una ardiente promesa.

Al anciano no le corresponde hacer, sino enseñar a hacer. Es el instructor, el guía, el conductor, el consejero, el que gobierna. Al cumplir los 60, es cuando se ingresa en la mejor edad, aún se tienen por delante muchos años de actividad, especialmente de actividades mentales. Se pueden realizar maravillas.

Cada uno ha de seguir superándose en su campo de trabajo, pues será el mejor momento de dar fruto, y también de oportunidad de ejercer aquel otro oficio o pasatiempo que deseó siempre; nadie debe permanecer inactivo, hay que proponerse mostrar al mundo la enorme capacidad de la vejez.

Recordemos algunos ejemplos de personas que en su vejez han logrado el mayor desarrollo en su labor, como:

1. Octavio Paz escritor de La otra voz (Poesía) a los 74 años de edad.

2. Anthony Quinn, que actuó la película “un paseo por las nubes” a los 80 años de edad y haciendo después de ésta otras 9 más, la última a los 86 años.

3. La madre Teresa de Calcuta, quien hasta sus 87 años (edad en la que murió), continuó trabajando por los más pobres entre los pobres y con la misma alegría y pasión que en su juventud.

Puedes recordar ejemplos de personajes de la región o comunidad que conozcas, de personas que han seguido activas y aportaciones a la sociedad.

En esta etapa de nuestras vidas es importante que elaboremos nuestros objetivos, ya no económicos, sino espirituales, pues hay que saber morir (y enseñar a morir).

Comprometámoslos a que entreguen su aporte éticamente admirable. Porque nobleza obliga; sabiduría obliga; ¡Ancianidad obliga!

DUDAS Y COMENTARIOS

(15 min.)

Este espacio es para que se puedan responder aquellas dudas que tengan los participantes o escuchar comentarios que puedan enriquecer el tema.

ACTIVIDAD EXPERIENCIAL

(20 min.)

Se realizará una dinámica llamada: “Pasarse la naranja o pelota”

Objetivo:

Desarrollar la coordinación psicomotriz y utilizar cierta coordinación de movimiento.

Tamaño de Grupo:

30 participantes.

Material:

Tres pelotas o tres naranjas.

Desarrollo:

Esta técnica la podemos realizar en espacios abiertos que gocen de gran área.

Nos colocamos los participantes en tres filas, de ser posible con los mismos componentes. El primero de cada fila se coloca la pelota o naranja en la barbilla y debe pasársela al compañero que está situado a su espalda. El objeto ha de llegar hasta el final sin que se agarre con las manos y sin caerse al suelo.

Observaremos si han colaborado los participantes entre ellos, si les ha resultado difícil, qué estrategias tuvieron que hacer para pasarse la pelota o la naranja, etc.

Preguntaremos cómo se lo pasaron, cómo se han sentido y daremos relevancia al hecho que no necesitamos ser niños para divertirnos con algún juego, pues en nosotros está el tener una actitud dispuesta o no. Lo mismo pasa con los ancianos o viejitos, su actitud (la nuestra en un futuro), es la que nos ayudará o no a vivir mejor esta hermosa etapa.

EVALUACIÓN

(15 min.)

Entregar a los participantes el formato de evaluación de la sesión y dar el tiempo necesario para que lo contesten.

TAREA Y PROPÓSITO

(10 min.)

Conociendo ahora las características de la vejez, contestar de forma escrita (de preferencia), las siguientes preguntas:

- ¿Cuál es mi opinión sobre la vejez o ancianidad?
- Visita a un adulto mayor de tu familia y escúchale una media hora. Después reflexiona sobre esta experiencia (de preferencia por escrito).

MATERIAL DIDÁCTICO

Pliegos de papel rotafolio y marcadores, o

pizarrón y gises, o

pintarrón y marcadores,

tres pelotas o tres naranjas.

FICHA COMPLEMENTARIA

Sueña
Sueña, con un mañana, un mundo nuevo debe llegar.
Ten fe, es muy posible, si tú estás decidido.

Sueña, que no existen fronteras, y amor sin barreras, no mires atrás.
Vive, con la emoción de volver, a sentir, a vivir la paz.

Siembra en tu camino, un nuevo destino, y el sol brillará.
Donde las almas se unan en luz, la bondad y el amor, renacerán, eh eh eh.

Y el día, que encontremos ese sueño, cambiará, y no habrá nadie, que destruya, de tu alma, la verdad.

Sueña, sueña, sueña
donde no existan barreras,
no mires atrás, donde es muy posible si tú estás decidido.

Sueña con un mundo distinto, donde todos los días, el sol brillará.

Donde, las almas se unan en luz, la bondad y el amor renacerán.

Sueña, sueña, tú... sueña

4. EDUCACIÓN EN VALORES Y VIRTUDES HUMANAS

4.1 ¿QUÉ SON LOS VALORES?

INTRODUCCIÓN Y DIAGNÓSTICO
(15 min.)

Vamos a comenzar hoy recordando un poco lo visto la sesión anterior en la que hicimos una actividad muy interesante e importante, ¿Quién se acuerda de qué trató? ¿Qué características tienen los ancianos? ¿Cuáles son las etapas que hay en la vejez? ¿Tiene alguna importancia que conozcamos estas características? ¿Qué fue lo que más les gustó de la sesión pasada? ¿Recuerdan que tenían una pequeña tarea? ¿Quién hizo su tarea? ¿Tienen alguna duda de lo que platicamos la sesión pasada? ¿Creen que les fue útil? ¿Por qué? (hacer las preguntas que sean necesarias para favorecer la participación y saber si hicieron su tarea). Recuerda la importancia de hacer las preguntas dirigidas a los participantes, es decir, no hacer la pregunta al aire, sino pedirle a alguien en específico que nos responda para que participen todos los miembros del grupo.

El día de hoy comenzaremos con un nuevo módulo, en el que hablaremos sobre la formación en valores y virtudes humanas, y cómo nos podemos apoyar en ellos para lograr nuestro desarrollo como personas y al mismo tiempo al de nuestros hijos.

De los valores y virtudes hemos escuchado muchas cosas, en distintos lugares y por muchas personas, y podemos decir que están de moda, sin embargo no siempre sabemos qué son realmente y cómo podemos vivirlos o inculcarlos a nuestros hijos; por lo tanto el día de hoy comenzaremos a aclarar eso que sabemos y la forma en cómo podemos

aprovecharlos, para ser una persona y familia que realmente viva los valores. Por esto vamos a anotar en estos papelotes lo que sabemos sobre los valores: Primero necesitamos saber ¿qué es valor? y luego ¿qué es una virtud? (seguir el siguiente cuadro para anotar las aportaciones de los participantes)

¿Qué es un valor?	¿Qué es una virtud?

Ahora sabemos las ideas y conceptos que el grupo conoce acerca de los valores y las virtudes, lo que nos va a ayudar a comprender lo que implica el vivir un valor de forma personal y en familia.

DESARROLLO

(55 min.)

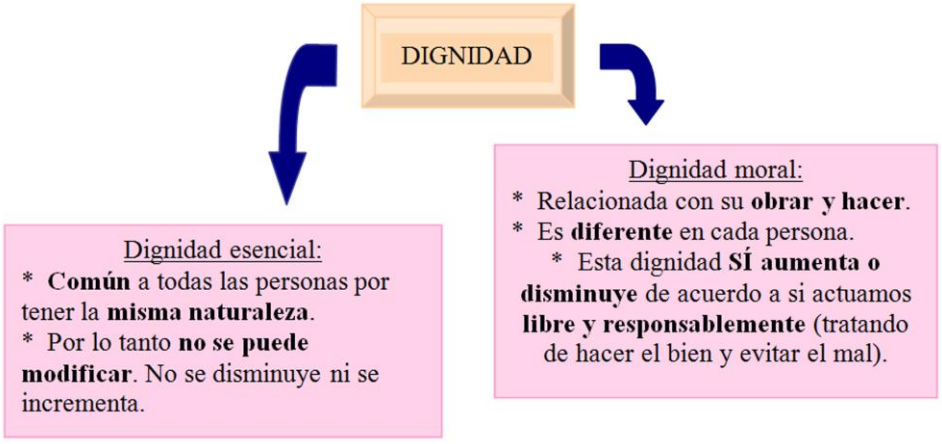
VALORES

Hoy en día es común escuchar sobre el valor de la honestidad, justicia, respeto, tolerancia, etc. Y los llamamos valores precisamente porque los "valoramos" y vemos la necesidad que hay de ellos en la sociedad.

Pero ¿cómo podemos definir a los valores? Los valores son verdaderos bienes que siendo conocidos por una persona, son apreciados, deseados y perseguidos. Son bienes específicos de diversa índole que al ser valorados se convierten en motivos para nuestra conducta, pidiendo la intervención de nuestra afectividad y voluntad.

Por lo tanto, podemos concluir que existen tantos valores como las personas los consideran como bienes aceptados y valiosos. Sin embargo, los valores no son inventados, sino que se descubren; pues sucede con cierta frecuencia que no consideramos un valor como tal, por ejemplo la salud, hasta que estamos enfermos, no por eso deja de ser un valor.

Al definir un valor y reconocerlo como bien verdadero, es importante reconocer en primer lugar el valor de la persona humana. Recordemos que la dignidad de la persona es el "valor" que tiene el ser humano, tú y yo, por ser personas con inteligencia, voluntad, amor y libertad.



La persona humana es el único sujeto capaz de valorar los diferentes bienes que descubre, es decir, puede clasificar si la honestidad está por encima de la salud, o el respeto por encima de la justicia. Por lo tanto, podemos hablar de una CLASIFICACIÓN DE LOS VALORES en cinco tipos o especificaciones del bien:

Valores	Descripción	Ejemplo
Materiales	Son aquellas cosas "materiales" que tienen valor y en este caso un "precio" por ayudar a satisfacer nuestras diferentes necesidades.	Una mesa, el carro, una casa, la ropa que usamos, etc.
Biológicos	Se refieren al aspecto físico del hombre, para tener un bienestar físico.	La salud, la higiene, la alimentación.
Estéticos	Realidades que valen porque permiten al hombre satisfacer sus deseos más profundos como persona, el conocer, el admirar y el amar. Algunos de estos valores se poseen de modo casi espontáneo; otros solo pueden ser alcanzados después de un largo trabajo de formación y de esfuerzo.	La inteligencia, la verdad, la belleza, la armonía.
Éticos y Sociales	Son valores que tocan al ser humano en lo más profundo de sí mismo, en el uso de su libertad, en su responsabilidad.	Bondad de corazón, rectitud de conciencia, sinceridad, autenticidad, lealtad, laboriosidad, fidelidad, generosidad, servicialidad, magnanimidad, justicia, honradez, gratitud, etc.
Religiosos o Trascendentales	Se refiere a nuestra capacidad de trascender en la vida y a la relación con el Ser Supremo (religión).	Realizar actividades de influencia positiva para mí, para la familia y para la sociedad. Profesión de una fe religiosa.

Sin embargo el solo saber cuáles son los valores no nos dice nada, ya que para lograr una educación y formación adecuada de la persona, es necesario hacer una: Jerarquía de valores.

¿A qué creen que nos referimos cuando hablamos sobre jerarquía? ¿Podemos tener una jerarquía de valores? La jerarquía es el orden o grado que le damos a los valores, por eso es que hablar de los valores en nuestra escala es algo muy personal. Por lo tanto muchas personas se equivocan porque subordinan los más importantes a otros que no lo son tanto. Lo que quiere decir que hay valores que objetivamente valen más que otros.

Estos valores tiene este "acomodo" específico que concuerda con las necesidades que tenemos como personas, ya que si los desordenamos, es más difícil que nuestras acciones diarias estén ordenadas a buscar

esos bienes conocidos (Amor, Belleza, Salud, Verdad). Por lo tanto hay que darle a cada cual su lugar, pues los valores materiales (las cosas), no son más "valiosos" que los biológicos (en los que está involucrada la salud); y éstos deben ser sujetos a los valores estéticos, etc. Es por eso la importancia de jerarquizar los valores de manera que lleven a la persona a vivir de una manera congruente y armónica con ella misma y con su entorno.

Todas las personas actuamos siempre en función de los valores y cómo los tenemos "conforme" a la medida en que los descubrimos, apreciamos y queremos tenerlos. Sin embargo, muchas veces entran en conflicto dos valores que parecen incompatibles entre sí (aunque sea por un momento), tendemos a dar prioridad al que nos parece más importante en ese momento.

Hay situaciones que comprueban qué tan firmes son nuestras convicciones acerca de los valores y su prioridad.

LA COHERENCIA

Algunas veces hemos escuchado decir que debemos ser personas coherentes, pero no sabemos con claridad a qué se refieren cuando nos dicen esto, así que vamos a tratar de definir ¿qué significa la coherencia? Ir anotando las ideas principales en papelotes o pizarrón.

Podemos decir que la coherencia es la conexión, relación o unión de las ideas y actitudes de las personas, por lo tanto, en la jerarquía y vivencia de valores debe existir esa relación, pues no sirve de nada que conozca muy bien lo que significa la comprensión, pero soy incapaz de comprender a mi esposo(a) que no quiere salir a pasear porque está cansado(a).

Así entonces, si digo que para mí un valor muy importante es el respeto, tengo que ser respetuoso con todas las personas y sus cosas; no seré

coherente cuando maltrato las cosas de los demás, cuando no devuelvo el saludo a alguien, cuando hablo mal de mi vecino a sus espaldas (continuar con ejemplos que creamos pueden sensibilizar a los participantes y motivarlos a ser verdaderamente coherentes).

Por lo tanto, la tarea de la persona es reflexionar para establecer y revisar periódicamente su jerarquía de valores y la coherencia de nuestros actos respecto a esa jerarquía que se logra día a día en lo acostumbrado.

DUDAS Y COMENTARIOS

(15 min.)

Este espacio es para que se puedan responder aquellas dudas que tengan los participantes o escuchar comentarios que puedan enriquecer el tema.

ACTIVIDAD EXPERIENCIAL

(20 min.)

Objetivo:

Establecer una jerarquía personal de valores.

Tamaño de Grupo:

30 participantes.

Material:

Hojas blancas, de doble uso o de imprenta, lápices o colores y el esquema de los valores, ya sea el visto en la sesión o de la ficha complementaria de María Pliego (lo puedes tener en una diapositiva o pasar en cartulinas para que todos lo vean o entregar copias)

Desarrollo:

De manera personal revisar el esquema de María Pliego y hacer su jerarquía de valores en una lista, donde el 1 es el más importante o valioso para cada uno de los participantes y el 8 el menos importante.

Al terminar el trabajo personal, motivar al grupo para que compartan cómo quedó su jerarquía y por qué los acomodó así. Para cerrar la actividad hacer hincapié en la importancia que nuestras acciones sigan siempre esta jerarquía y seamos congruentes en nuestros actos.

EVALUACIÓN

(15 min.)

Entregar a los participantes el formato de evaluación de la sesión y dar el tiempo necesario para que lo contesten.

TAREA Y PROPÓSITO

(10 min.)

Contestar de forma escrita (de preferencia), las siguientes preguntas:

- ¿Por qué son importantes los valores?
- ¿Es necesario tener una jerarquía de valores? ¿por qué?
- ¿Qué virtudes necesito yo desarrollar?
- ¿Qué necesito para formar a mis hijos en las virtudes?

MATERIAL DIDÁCTICO

Pliegos de papel rotafolio y marcadores, o

pizarrón y gises, o

pintarrón y marcadores,

hojas blancas, de doble uso o de imprenta,

lápices o colores

FICHA COMPLEMENTARIA

Escala de valores	Fin objetivo	Fin subjetivo	Actividades	Qué interviene primordialmente	Necesidades que satisface	Tipo de persona	Ciencias que la estudian
Afectivos	Amor	Agrado, afecto, placer	Manifestación de cariño, ternura. Sentimientos, emociones y pasiones	Afectividad	Del yo	Sensible	Psicología
Económicos	Bienes materiales, riqueza	Confort	Administración, profesiones u oficios	Cosas que se les da un valor convencional	Confort, Fisiológicas	Trabajadora	Economía y otras profesiones
Estéticos	Belleza	Gozo de la armonía	Contemplación, creación, interpretación	La personalidad ante algo material	Autorrealización	Artista	Estética
Físicos	Salud	Bienestar físico	Higiene	Cuerpo	Seguridad	Atleta Sano	Medicina
Intelectuales	Verdad	Sabiduría	Abstracción y construcción	Razón	Autorrealización	Sabia	Lógica
Morales	Bondad	Felicidad	Virtudes humanas	Libertad dirigida por la recta razón		Íntegra	Ética
Religiosos	Dios	Plenitud	Piedad, virtudes teologales y sobrenaturales	Persona dirigida por la fe		Pleno	Teología
Sociales	Poder	Fama prestigio	Liderazgo, política, cortesía. Relación con hombre masa	Capacidad de interacción y adaptabilidad	Sociales	Civilizada Famosa Líder, Político	Sociología

Este cuadro está basado de PLIEGO, Ma., Valores y autoeducación, Minos, México, 5ª. Edición. Pág. 68, y adaptado para el MNEF.

4.2 ¿QUÉ SON LAS VIRTUDES Y CÓMO FORMARLAS?

INTRODUCCIÓN Y DIAGNÓSTICO
(15 min.)

Vamos a comenzar hoy recordando un poco lo visto la sesión anterior, ¿Quién se acuerda de qué trató? ¿Qué es un valor? ¿Cuáles son los valores que recordamos? ¿Tiene alguna importancia que hagamos una jerarquía de valores? ¿Qué fue lo que más te gustó de la sesión pasada? ¿Recuerdan que tenían una pequeña tarea? ¿Quién hizo su tarea? ¿Hubo algún cambio en mi jerarquía de valores? ¿Qué opinas sobre la coherencia de vida? ¿Crees que te fue útil? ¿Por qué? (hacer las preguntas que sean necesarias para favorecer la participación y saber si hicieron su tarea).

Continuando con las virtudes, hoy hablaremos sobre las virtudes humanas y cómo formarlas para lograr el desarrollo integral de nuestros hijos y al mismo tiempo el de nosotros mismos.

El formar y educar bien a los hijos no significa que sepamos sobre educación, psicología o muchas técnicas de apoyo, sino poner más intencionalidad en las actividades normales de las relaciones humanas en familia, que no es otra cosa que aprovechar las facultades específicamente humanas (inteligencia y voluntad), para poder ser mejores cada día, es decir, perfeccionarnos como personas.

Así la inteligencia y la voluntad se refuerzan encontrándose en el ser humano, permitiéndole mejores condiciones de hacer lo apropiado, de perfeccionarse para poder así alcanzar el bien verdadero y ético, que es para lo que está hecho el hombre: La verdadera felicidad.

¿Y qué tienen que ver las virtudes en todo esto? ¿Por qué hablamos de perfeccionamiento en lugar de virtudes? Para tratar de aclarar esto es necesario que primero digamos qué es lo que entendemos por virtud y saber cuál es la relación que existe o no existe. Vamos construyendo entre todos lo que significa una virtud. Puedes apoyarte del siguiente cuadro:

¿Qué es una virtud?	

Las virtudes son las acciones que el hombre realiza actuando de acuerdo a su inteligencia (buscando la verdad), y a su voluntad (queriendo en bien verdadero); por lo que ayudan al perfeccionamiento de la persona, a ser mejores.

DESARROLLO
(55 min.)

Las virtudes se definen cómo:

1. Hábitos (repetición de acciones).
2. Operativos (que perfeccionan la operaciones superiores del hombre; inteligencia y voluntad).
3. Buenos (objetivamente buenos).

Por lo tanto, favorecen el desarrollo de la libertad y del amor verdadero, tienen como objetivo hacer al hombre más perfecto, como debe ser.

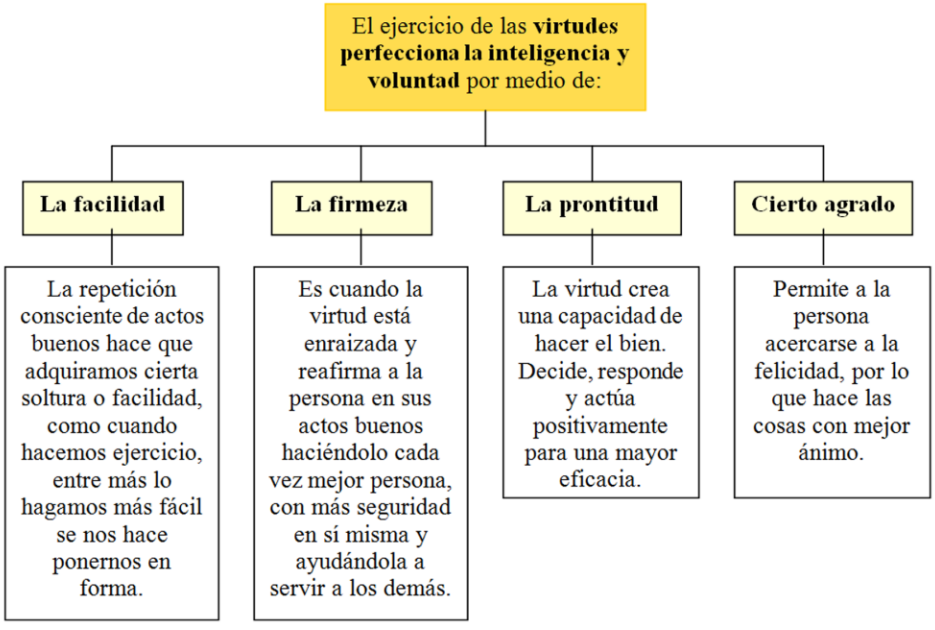
Al contrario de las virtudes tenemos a los vicios, que son hábitos (repetición de acciones), operativos (que deterioran o degradan las operaciones superiores del hombre: inteligencia y voluntad), malos (objetivamente malos).

Las virtudes adquiridas por la persona, tienen 3 propiedades comunes:

a) Justo medio entre dos extremos: Buscar un equilibrio, por ejemplo llegar a no tener nada material y pasar por hambre y necesidades por dar a los demás todo lo que se tiene o no ser para nada generoso aun teniendo algo para compartir con los demás.

b) En estado perfecto están unidas por la prudencia y la bondad, es decir, saber cómo y cuándo hacer el bien. Cuando apoyamos a nuestros hijos al hacer la tarea y contribuimos a que entienda mejor las cosas o solo cuando le hacemos la tarea sin importar si aprendió de esa actividad, haciéndolo únicamente por nuestra comodidad.

c) Son desiguales en perfección: Conforme al ejercicio que de ellas se realice en cada persona. Dependiendo de cómo las usemos nos hacen más o menos perfectos, no tiene que ver con la virtud en sí.



La simple repetición de un acto no es una virtud, ya que existe la posibilidad de que se realice solo por rutina, cuando no hay ninguna finalidad y un para qué, esto no es una virtud, por tanto necesitamos reflexionar sobre lo que perseguimos o buscamos conseguir con las acciones que realizamos.

Para formar a los hijos, los padres cuentan con dos medios principales:

I. La exigencia

Sabemos que como padres uno de nuestros deberes y derechos es la exigencia hacia nuestros hijos, pero no siempre sabemos hasta dónde y cómo debemos exigirles, por eso buscaremos la armonía adecuada entre las cosas en las que se quiere exigir; lo que significa que tengamos prioridades en algunas cosas al momento de exigir y seamos muy flexibles en lo demás.

Hay distintos tipos de exigencias, relacionados con el esfuerzo de los hijos en:

- El pensamiento: “Antes de apuntarte, piénsalo bien”
- La acción: “Si decides apuntarte debes cumplir”
-

Estos tipos deben variar de acuerdo a lo que esperamos de nuestros hijos: Una reflexión o una acción.

El modo de exigir se relacionará con el estilo de los padres y las características de cada hijo, pero pueden guiarse en los siguientes puntos:

1. Debe reducirse la exigencia a pocos actos y relacionarlos entre sí como refuerzo.
2. Buscar la motivación adecuada para conseguir que el hijo cumpla.
3. Los hijos deben saber que sus padres son firmes y que para ellos es muy importante que cumplan.

4. No malgastar la exigencia en asuntos menos importantes.
5. Exigir en el momento oportuno.
6. Exigir previniendo qué es lo que el hijo necesita para poder cumplir; darle los medios necesarios, no pedirle que barra sin una escoba.
7. Reforzar la indicación inicial; recordar al hijo lo que tiene qué hacer.
8. Mostrar interés en lo que está haciendo e incluso si es necesario, que lo haga a la fuerza.

El proceso de exigir

1) Informar: Explicar al hijo lo que se espera de él, las reglas del juego; y una vez claros, puede ser posible la exigencia.

a. Motivos para obedecer. Los motivos que tienen los padres para exigir no son los mismos que tiene el hijo para obedecer.

2) Asegurarse que el otro ha cumplido

Recuerda al momento de exigir

- En el niño pequeño los motivos para obedecer son afectivos, por eso es más fácil que ordene su cuarto si su mamá se lo pide con cariño, porque le promete un premio (no necesariamente material: Abrazo, poder decidir sobre su ropa, etc.), o le sugiere los motivos valiosos para hacerlo (tu cuarto será el más bonito y querrán venir a jugar contigo).
- Ayudar al niño pequeño a razonar, no solo a encargarle las cosas. Explicarle el porqué.
- Muchos niños pequeños obedecen solo por la confianza en los padres, pero en la medida que crecen lo hacen si ven en sus padres:
  - El modo de exigir.
  - El ambiente en que se exige.
  - Los motivos que tienen para exigir.

El ambiente de exigencia

I. La actitud de **confianza** en los padres de que sus hijos van a cumplir con lo encomendado

- Basarse en el conocimiento real de que está exigiendo lo adecuado.
- Los hijos deben notar que sus padres confían plenamente en ellos.
- Si el hijo no cumple, identificar la causa en los hechos, no en su persona.
- Tener la convicción de que tienen el derecho a ser obedecidos.
- Los hijos deben saber que los padres son los responsables de su educación y formación.
- El deber de obedecer a los padres es atractivo en sí mismo, si existe amor y cariño entre papás e hijos.

II. Ejemplo de la autoexigencia

- Supone intencionalidad optimista, llena de humor y alegría.
- Habrá momento de dolor, de pasarla mal, pero sabiendo que eso servirá para que los miembros de la familia sean felices.
- Exige gran esfuerzo de los padres en vivir las virtudes.

Pero ¿cuál es la razón de la exigencia? ¿Por qué exigimos a nuestros hijos? En primer lugar hay que aclarar que la exigencia es preventiva, pues por ella buscamos evitar que nuestros hijos se hagan daño como al cruzar una calle o llegar a casa a horas inconvenientes.

Los motivos de la exigencia son:

1. Apartar al hijo del mal, sin abusar, sin protegerle innecesariamente, arriesgándose gradualmente para que el hijo mismo sepa en qué momento debe decir sí o no.

2. Que el hijo aprenda a resistir lo que le es nocivo o perjudicial.

II. La orientación

La orientación es un proceso de aclaración de los hechos relacionados con cada hijo, para que él mismo pueda tomar decisiones acertadas,

después de haber evaluado adecuadamente esa información. Por lo tanto incluye el conocimiento de sí mismo y el conocimiento de las virtudes.

Conocimiento de sí mismo

El hijo tiene que conocerse a sí mismo en relación con lo que hace falta para desarrollar una virtud, debe ser consciente para distinguir hechos y opiniones, lo importante de lo secundario y reconocer su situación real (de lo que es capaz de hacer).

Para ayudar a los hijos a conocerse a sí mismos, podemos:

1. Enseñar a que el hijo razone adecuadamente para que exista una base positiva al aclarar su situación; destacar primero lo positivo y después explicar lo mejorable.

2. Basarnos en las virtudes de la sinceridad y la veracidad.

3. Reconocer sus posibilidades desde pequeño, dejando que se equivoque en algunas cosas para darle oportunidad a que reconozca sus limitaciones y aprenda a buscar ayuda.

4. Aprenda a reconocer lo que realmente quiere.

5. Que el adolescente conozca su carácter para ayudarle a juzgar adecuadamente los aspectos que debe mejorar.

Conocimiento de las virtudes

Los hijos deben aprender a vivir las virtudes con intensidad, necesitan motivos para esforzarse en conseguirlas. Por lo tanto es aconsejable:

1. Dar a los hijos ideas concretas y claras sobre las metas parciales a conseguir.

2. Decirles la manera de identificar oportunamente alguna desviación de comportamiento de la virtud.

Los padres tienen que conocer objetivamente la situación de cada hijo y qué significa cada virtud para poder orientarlos.

DUDAS Y COMENTARIOS

(15 min.)

Este espacio es para que se puedan responder aquellas dudas que tengan los participantes o comentarios que puedan enriquecer el tema.

ACTIVIDAD EXPERIENCIAL

(20 min.)

Objetivo:

Establecer criterios claros de acciones formativas sobre las diferentes virtudes para la formación de los hijos en diferentes etapas de la vida

Tamaño de Grupo:

30 participantes

Material:

Hojas blancas, de doble uso o de imprenta, lápices o colores.

Desarrollo:

Se dividirá al grupo en 6 equipos de 5 participantes cada uno y a cada uno se les pedirá que reflexione y entre todos anoten qué acciones podemos hacer con nuestros hijos para formar las siguientes virtudes; responsabilidad, respeto, orden, trabajo, honestidad, justicia en las diferentes etapas de la vida (5 min.). Te puedes apoyar en el siguiente cuadro para que ellos lo llenen o se basen en él y cambiar las virtudes a trabajar si lo consideras necesario por las características del grupo. Al finalizar se expondrán los resultados del trabajo en grupo (10 min.)

Valor:		
De 0 a 5 años	De 6 a 12 años	De 12 a 18 años
➲		

EVALUACIÓN
(15 min.)

Entregar a los participantes el formato de evaluación de la sesión y dar el tiempo necesario para que lo contesten.

TAREA Y PROPÓSITO
(10 min.)

Contestar de forma escrita (de preferencia) las siguientes preguntas y comentarlas con su esposo o esposa:

- ¿Qué es una virtud?
- ¿Qué virtudes necesito desarrollar?
- ¿Qué necesito para formar a mis hijos en las virtudes?

MATERIAL DIDÁCTICO

Pliegos de papel rotafolio y marcadores, o

pizarrón y gises, o

pintarrón y marcadores,

hojas blancas, de doble uso o de imprenta,

lápices o colores.

4.3 EDUCACIÓN DE LA VIRTUD DE LA HONESTIDAD

INTRODUCCIÓN Y DIAGNÓSTICO
(15 min.)

Vamos a comenzar hoy recordando un poco lo visto la sesión anterior, ¿Quién se acuerda de qué trató? ¿Qué es una virtud? ¿Por qué es importante la exigencia? ¿Qué fue lo que más te gustó de la sesión pasada? ¿Recuerdan que tenían una pequeña tarea? ¿Quién hizo su tarea? ¿Qué opinas sobre la vivencia personal de las virtudes? ¿Crees que te fue útil? ¿Por qué? (hacer las preguntas que sean necesarias para favorecer la participación y saber si hicieron su tarea).

Continuando ahora con las virtudes hablaremos sobre la formación de la virtud de la honestidad. ¿Por qué piensan que hablaremos de esta virtud? ¿Crees que necesitamos de ella? ¿Será necesario que dediquemos un tema especial a ella? Propiciar la participación de los asistentes para conocer lo que saben y piensan acerca de esta virtud.

Actualmente es muy común que escuchemos comentarios como:

- ¡Los políticos son unos corruptos!
- ¡No le importa el esfuerzo de los demás y se aprovecha de su puesto!
- ¡No cobra lo justo!
- Pues si ellos lo hacen ¿por qué yo no?

Y ¿qué es lo que hacemos nosotros? La mayoría de las veces les decimos: ¡Tienes razón! Y reforzamos los comentarios para que continúe la crítica y se juzgue a los demás. Pero hay algo que muchas veces no reflexionamos y es que esas personas que nosotros criticamos son miembros de NUESTRA sociedad y provienen de familias como la tuya y la mía, ¿qué significa esto? Promover la reflexión de los asistentes sobre

la importancia de las familias como el lugar en donde se forman las virtudes y la sociedad, el lugar en que este aprendizaje se refuerza y en el que todos ponemos nuestra parte, por lo que no es culpa de unos cuantos, sino de todos.

Antes de comenzar es importante que dejemos muy claro que las virtudes tienen una intención de mejorar a la persona, y muchas veces se puede confundir con las costumbres, que son formas de comportamiento automáticas que buscan reproducir lo que hay en la sociedad o simplemente son una repetición de actos, pero sin la intervención de la inteligencia y voluntad, por lo tanto son inconscientes e involuntarios, no son libres.

DESARROLLO
(55 min.)

La honestidad tiene tantas definiciones y sentidos que es muy difícil que encontremos una que la defina completamente, sin embargo en distintos diccionarios encontramos qué dicen. (Incluso puedes llevar un diccionario y buscar ahí mismo: Honestidad, honesto, honradez)

Honestidad: Recato, decencia, vergüenza, honra, pudor, castidad, limpieza, modestia, compostura, virtud, educación, cortesía, urbanidad, honradez, lealtad, justicia, conciencia.

- Calidad de honesto.
- Honesto: Decente, recatado, decoroso, pudoroso, razonable, justo, honrado.
- Honradez: Rectitud de juicio, integridad de obrar, integridad, rectitud, honor, decoro, conciencia, moralidad, entereza, cumplimiento, austeridad, bondad, virtud.

Los especialistas del tema dicen que las personas con una inteligencia y voluntad bien formada (no estudiada o preparada, sino que busca su perfección), buscan el “bien honesto” que se refiere a aquel bien que le

es debido o permitido poseer como persona, por lo tanto la honestidad es un conjunto de virtudes, por la diversidad de bienes a los que la persona puede tener acceso.

Ese bien obrar o hacer, abarca la conducta de la persona y se refiere tanto a la verdad como al bien. Es una forma de ser que comprende el bien obrar en forma integral, por eso a la persona honesta también se le llama “persona íntegra”.

Ahora trataremos de definir cada uno de los significados:

Definición	Significado
Recato	Supone cierta prudencia en el hablar y obrar, además de una valoración de la propia intimidad, que lleva a la persona a medir lo que debe y lo que no debe mostrar de su intimidad, tanto física como afectiva y espiritual. También se puede entender como pudor.
Vergüenza	Conducta que lleva a la persona a ocultar algo, no por timidez, sino precisamente porque es éticamente malo.
Modestia	Una persona honesta, no presume de lo que no es o no tiene, porque su forma de actuar se ajusta por su amor a la verdad.
Castidad	Entendida como la capacidad de ejercer ordenadamente la sexualidad, como se debe y con quien se debe.
Fidelidad y Lealtad	Conducta de la persona honesta que es fiel a sus principios, que es leal con los valores que ocupan los primeros lugares en su jerarquía personal. Una persona es honesta porque es coherente y en cuya lealtad se puede confiar.
Educada, cortés, con urbanidad y compostura	Es el hábito de actuar bien, de tratar bien a las demás personas, basado en el reconocimiento de la dignidad personal y de los demás, así como el respeto de sí mismo y de los demás.

Justicia	Conocer y respetar los derechos de los demás: El derecho a la posesión de bienes materiales.
Conciencia ética bien formada	Basada en criterios rectos y verdaderos, que le haga fácil determinar cómo debe ser su conducta para no afectar los derechos ajenos.
Rectitud de juicio	Sobre lo que es un comportamiento bueno y uno malo.
Persona "íntegra"	Significa que no hay ruptura entre lo que es, un ser de enorme dignidad, y su obrar, porque se comporta como corresponde a un ser racional que distingue lo bueno de lo malo y obra coherentemente.
Probidad	¿Qué significa esto? Por un lado, que no se puede en modo alguno probar que la persona no sea honrada, y por otro lado, que su integridad es tal que aun estando en condiciones favorables de cometer actos de corrupción, ha salido triunfante de la prueba.
Honorable	Es digna de reconocimiento porque se comporta como se espera de una persona que se aprecia de serlo y de tener enorme dignidad.
Confiable	Podemos depositar en ella nuestra confianza por ser honesto u honrado.

"La honestidad es una virtud que, constituida por un conjunto de virtudes, puede definirse como el hábito de obrar bien en todo sentido".

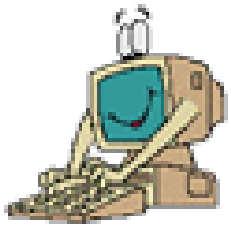
¿Cómo formar y educar la virtud de la honestidad?

La formación de la honestidad, como de las demás virtudes, debe empezar en el hogar. La familia es el lugar natural de la formación y educación, en ella se desarrollan más fácilmente los buenos hábitos y se dice que es "la primera escuela de virtudes".

Para formar y educar esta virtud necesitamos:

- Explicar a los hijos qué es la honestidad, en qué consiste, sus diferentes formas y por qué es bueno cultivarla.
- Por lo tanto, es fundamental tener la información necesaria sobre el tema para poder trasmitirla a sus hijos.
- Esforzarnos como padres por dar un buen ejemplo. Una cosa sin la otra no es eficaz.

- Estar en comunicación con los maestros, pues los niños de 6 a 12 años (sobre todo), toman muy en cuenta la conducta de los adultos como punto de referencia de lo que es bueno y adecuado.
    - En esta etapa es cuando los niños desarrollan su sentido ético y cuando sus actos son ya verdaderamente libres.
- Tomar en cuenta el ambiente, especialmente de los medios de comunicación (televisión, música, Internet y cine), pues ofrecen constantemente un muestrario casi infinito de deshonestidad, maldad, delito, llevando al espectador a simpatizar y a ponerse del lado de quienes obran el mal.
- Orientar la opinión de niños y jóvenes, comentando con ellos los contenidos de los medios de comunicación.



DUDAS Y COMENTARIOS

(15 min.)

Este espacio es para que se puedan responder aquellas dudas que tengan los participantes o escuchar comentarios que puedan enriquecer el tema.

ACTIVIDAD EXPERIENCIAL

(20 min.)

YO Y NOSOTROS

Objetivo:

Tomar conciencia de las virtudes relacionadas con la honestidad que intervienen en la verdadera amistad y en las relaciones humanas.

Tamaño de Grupo:

30 participantes.

Material:

No se precisa de ningún tipo de recursos materiales

Desarrollo:

Se hará la siguiente narración al grupo y al final se dialogará con las preguntas propuestas.

Dos hombres hacían un largo viaje por un desolado camino. De pronto, uno halló una bolsita de cuero que resultó contener muchas monedas de oro.

- Estamos con suerte hoy, le dijo contento su compañero de viaje.

- ¿Por qué dices estamos? Di ¡estás!, lo corrigió altanero el otro, guardándose el hallazgo.

No habían avanzado gran trecho cuando se vieron rodeados por unos salteadores de caminos.

- Si no nos defendemos, estamos perdidos, dijo el hombre del saquito de las monedas.

- ¿Por qué dices estamos? Di ¡estoy!, le aclaró el otro, pues yo no tengo nada que perder y nada podrían quitarme.

Preguntas para el diálogo:

1. ¿En qué te hizo pensar la fábula?
2. ¿Qué piensas de la actitud del hombre de la buena suerte?
3. ¿Qué piensas de la actitud de su compañero?
4. ¿Has vivido experiencias parecidas? ¿Cuál ha sido tu reacción?
5. ¿Qué características de la honestidad se vivieron o no en esta fábula?
6. ¿Qué enseñanza para tu vida te deja esta fábula?

EVALUACIÓN
(15 min.)

Entregar a los participantes el formato de evaluación de la sesión y dar el tiempo necesario para que lo contesten.

TAREA Y PROPÓSITO
(10 min.)

Contestar de forma escrita (de preferencia), las siguientes preguntas y comentarlas con su esposo o esposa:

- ¿Qué es la honestidad?
- ¿Qué he hecho para educar y formar en la honestidad?
- ¿Cómo puedo mejorar para formar y educar en la honestidad?

MATERIAL DIDÁTICO

Pliegos de papel rotafolio y marcadores, o

pizarrón y gises, o

pintarrón y marcadores.

4.4 EDUCACIÓN DE LA VIRTUD DEL RESPETO

INTRODUCCIÓN Y DIAGNÓSTICO
(15 min.)

Vamos a comenzar hoy recordando un poco lo visto la sesión anterior, ¿Quién se acuerda de qué trató? ¿Qué es la honestidad? ¿Por qué es importante formarla y educarla? ¿Qué fue lo que más te gustó de la sesión pasada? ¿Recuerdan que tenían una pequeña tarea? ¿Quién hizo su tarea? (hacer las preguntas que sean necesarias para favorecer la participación y saber si hicieron su tarea).

Continuando ahora con las virtudes hablaremos sobre la formación de la virtud del respeto. ¿A todos nos gusta que nos traten con respeto? ¿Por qué piensan que hablaremos de esta virtud? ¿Crees que necesitamos de ella? ¿Será necesario que dediquemos un tema especial a ella? Propiciar la participación de los asistentes para conocer lo que saben y piensan acerca de esta virtud.

Una idea popular afirma que, “En el pedir está el dar”. Llamamos “cortesía” a la manera atenta en que se solicita un servicio u objeto; es un elemento que innova cada detalle de la vida.

Pero la cortesía es solo la superficie de una actitud más profunda. Respetar a los otros consiste en reconocer su importancia como personas que habitan el mundo y comparten la vida contigo, es saber que cada una es tu prójimo, tu semejante. Todos somos iguales.

Contar la siguiente historia: “Había una vez un matrimonio joven. El esposo de 38 años, su mujer de 36 y un pequeño de 6 años. Vivía también en la casa una anciana de 80 años, madre del padre de familia.

Todo transcurría con normalidad salvo a la hora de las comidas, en donde la anciana sin querer tumbaba las cosas, tirando lo servido en la mesa, por lo que ensuciaba el mantel.

Después de un tiempo, la esposa le pidió a su marido que comprara una mesa para separar a su madre de donde ellos comían. Y así fue. A partir del siguiente día la "abuela" empezó a comer sola sin molestarlos. Pasó algún tiempo, hasta que un día el hijo de la anciana se preparaba para almorzar cuando notó que su propio hijo tenía en el piso del comedor un par de maderas, clavos sueltos y martillo.

Se acercó a él y le preguntó: "¿qué es lo que estás haciendo con esas cosas, hijo?". Y el niño le respondió: "estoy haciendo una mesa para cuando tú y mamá sean grandes como la abuela".”

Además al hablar de respeto, es importante distinguir entre el respeto que le debemos a los demás por el simple hecho de ser personas con una actitud de comprensión y aceptación; y el respeto que debemos a cada uno de acuerdo con su condición y circunstancias, lo que nos lleva a actuar de manera concreta en diferentes situaciones en las relaciones humanas. Es decir, todas las personas merecen que yo las respete, sin embargo el respeto hacia mis padres exige de mí mayor responsabilidad en todo momento.

DESARROLLO
(55 min.)

Vamos a considerar el desarrollo de esta virtud en distintos tipos de relación: La relación con los hermanos, los amigos, los compañeros, los demás en general y la relación padres-hijos.

Implicaciones del respeto:

- No tiene sentido respetar una cosa porque no puede tener "derechos" ni es posible perjudicar o favorecer su proceso de mejora.

- El respeto se utiliza con otro sentido cuando hablamos de respetar la naturaleza, los libros, las posesiones ajenas, las reglas del juego, etc.

- El respeto a las cosas tiene sentido solo si nos damos cuenta de que las cosas están al servicio de las personas, y que éstas no hacen más que administrarlas usándolas correctamente.

- Respetar la naturaleza tiene sentido, si entendemos que el motivo para hacerlo es que los hombres puedan disfrutar y beneficiarse de ella; nunca como una finalidad.

- Cada persona tiene el derecho de ser tratado y querido por los demás, por la simple razón de ser persona.

- Cada uno cuenta con una condición y con unas circunstancias peculiares, y esto hará a los demás respetarle de un modo diferente. Es algo parecido a la dignidad esencial y a la dignidad ética.

Esta virtud se puede describir como "actuar o dejar de actuar, procurando no perjudicar ni dejar de beneficiar", pero ¿qué significa esto? y ¿cómo puedo inculcarlo en mis hijos?

El desarrollo de la virtud del respeto en cuanto se refiere a la relación de los hijos con sus hermanos, amigos y con los demás, depende de su edad, por lo que a continuación diremos algunas características de la virtud en la niñez y adolescencia.

Etapa	Características
Niños	• Tienen que aprender a respetar a sus hermanos, amigos; principalmente lo que se refiere a sus cosas y su afectividad. Hacerle ver que: • Los demás tienen el derecho de hacer uso de sus propias cosas y de ceder este derecho cuando ellos quieran, desarrollando la generosidad a la vez. • Reconocer el disgusto que se puede causar a otra persona para que el niño se dé cuenta del porqué de estas normas.
Adolescentes	Ellos suponen que el respeto es: • "Dejar de actuar", es no hacer nada. • No hay que imponer, coaccionar, ni provocar intencionalmente ningún cambio en otra persona. Por lo que los Padres de familia tienen que hacerles ver que: • Hay que tener consideración con las demás personas, y la mejor manera de respetarlas es aceptándolas como son y su circunstancia de vida. • Además, tener un foco de alerta porque se les presentan influencias que ofrecen un placer superficial y atractivo, enganchándose en ello y rechazan las influencias que pueden estimular un esfuerzo de ellos mismo hacia la mejora.

Recuerda:

- Por lo tanto, no se trata de dejar actuar a los hijos como ellos crean porque los estamos respetando, debemos actuar basados en la verdad, para no faltarles al respeto y siempre buscando su perfeccionamiento.
- Las personas tienen derecho de recibir una información clara y objetiva, por lo que ser sincero es una parte fundamental del respeto, siempre y cuando no invada o trasgreda su privacidad.
- La sinceridad debe ser gobernada por la caridad y la prudencia, es decir, expresar las cosas tal como son, con valentía, y en otros momentos será más respetuoso callarse. Saber cuándo utilizar una u otra es el grado de mejora que se busca.
- Debemos establecer un equilibrio en la familia, entre las posesiones compartidas (comedor, televisor, radio, etc.), y las posesiones personales (ropa, juguetes, lentes, etc.). Algunas veces como papás queremos que lo que tienen los niños esté a la

disposición de todos, sin embargo estamos desaprovechando una oportunidad de desarrollar el respeto y la generosidad en ellos.

- Los hijos tienen que aprender a reconocer lo que significa ser dueño de algo y valorar o apreciar las consecuencias que puede haber en esa persona si no le reconocen como dueño.
    - Según el temperamento y carácter del niño, en algunas ocasiones hay que insistir más en el concepto de propiedad o en la reacción que puede provocar el no respetar las cosas de los demás
- La finalidad que buscamos en inculcar el valor del respeto de los hijos pequeños, es que piensen en las consecuencias de sus actos antes de realizarlos, porque se propicia una reflexión de que otra persona va a ser afectada.

DUDAS Y COMENTARIOS

(15 min.)

Este espacio es para que se puedan responder aquellas dudas que tengan los participantes o escuchar comentarios que puedan enriquecer el tema.

ACTIVIDAD EXPERIENCIAL

(20 min.)

Se realizará una dinámica llamada: Ciegos, sordos y mudos.

Objetivo:

Analizar cómo nos relacionamos en el trabajo y la forma en que nos comportamos con respeto entre compañeros de equipo.

Tamaño de Grupo:

30 participantes.

Material:

Una cartulina por grupo. Es preferible no dar más y dejar el resto a la iniciativa de los participantes.

Desarrollo:

1. Se forman 5 grupos de 6 personas y cada uno escoge hacer de: Ciego, mudo, sin brazo, sin pierna, o sin ninguna discapacidad. A cada grupo se le asigna un observador.

2. Se pone una 'tarea' que puede ser: Caminar unos 30 metros, fabricar una caja o conseguir un regalo (flor, dulce, etc.), hacer una torre y elegir a quién se lo van a dar. (5 min.)

3. Salen del salón a cumplir la tarea. (10 min.)

4. Al regresar al salón se entregan los regalos de manera ordenada; momento de alegría.

5. Plenario. Comentarios y enseñanzas. (5 min.)

-¿Cómo me sentí cumpliendo el “oficio”?

-¿Cómo nos vimos?

-¿Sobresalió la “tarea” o la relación humana?

-¿A quién le permití ser y quién me dejó ser?

-¿Hubo respeto en las relaciones para cumplir la tarea?

-¿Se dificultó?

EVALUACIÓN
(15 min.)

Entregar a los participantes el formato de evaluación de la sesión y dar el tiempo necesario para que lo contesten.

TAREA Y PROPÓSITO
(10 min.)

Contestar de forma escrita (de preferencia), las siguientes preguntas y comentarlas con su esposo o esposa:

- ¿Qué es el respeto?
- ¿Qué he hecho para formar y educar en el respeto?
- ¿Qué puedo hacer para inculcar el valor del respeto?

MATERIAL DIDÁCTICO

Pliegos de papel rotafolio y marcadores, o

pizarrón y gises, o

pintarrón y marcadores,

5 cartulinas o pliegos de papel imprenta.

4.5 EDUCACIÓN DE LA VIRTUD DE LA JUSTICIA

INTRODUCCIÓN Y DIAGNÓSTICO
(15 min.)

Vamos a comenzar hoy recordando un poco lo visto la sesión anterior, ¿Quién se acuerda de qué trató? ¿Qué es el respeto? ¿Por qué es importante educarlo? ¿Qué fue lo que más te gustó de la sesión pasada? ¿Recuerdan que tenían una pequeña tarea? ¿Quién hizo su tarea? ¿Crees que te fue útil? ¿Por qué? (hacer las preguntas que sean necesarias para favorecer la participación y saber si hicieron su tarea).

Hablaremos hoy sobre la formación de la virtud de la justicia. ¿Por qué piensan que hablaremos de esta virtud? ¿Crees que necesitamos de ella? ¿Será necesario que dediquemos un tema especial a ella? Propiciar la participación de los asistentes para conocer lo que saben y piensan acerca de esta virtud.

A cada persona le corresponde vivir en buenas condiciones. Es justo que tenga alimentos, un hogar, y la oportunidad de hacer lo mejor de la vida. Para lograrlo tiene que esforzarse. La justicia tiene que garantizar que el resultado del esfuerzo se respete. Cuando existen dudas sobre lo que corresponde a cada quien, hay reglas y leyes para decidirlo. Debemos procurar que se apliquen.

- La justicia no es automática. Si quieres conseguirla, mantente firme en la lucha. Con seguridad podrás alcanzarla.
- La justicia nos protege y resguarda a los demás. Seguir el reglamento de tránsito, por ejemplo garantiza que los conductores (y sus acompañantes), lleguen bien a su destino.

Pero, ¿qué es la justicia? ¿Realmente como papá y mamá practico la justicia? ¿Cómo puedo educar y formar esta virtud en mis hijos? Para responder a éstas y otras preguntas estamos aquí el día de hoy

La justicia es una de las pocas virtudes que "está de moda" en nuestros días y también es una de las más complejas, porque se puede tomar de distintos modos y en diferentes lugar, como en casa, escuela, trabajo, gobierno. Por lo tanto tiene ciertas dificultades y otras ventajas:

1. Esta virtud pone orden en nuestras relaciones con los demás; hace que exijamos el respeto de nuestros derechos; hace que cumplamos con nuestros deberes. Si hubiera un buen desarrollo de esta virtud en cada miembro de la sociedad, habría un bienestar completo.

2. Consecuencia indirecta de la concordia producida por la justicia, es la paz.

Así como la virtud de la honestidad, la justicia tiene una serie de virtudes relacionadas o derivadas, cada una de las cuales tiene un interés muy especial para los formadores, como: Obediencia, piedad, sinceridad, amistad, fidelidad.

DESARROLLO
(55 min.)

Al hablar de justicia es necesario tener en cuenta tres aspectos que siempre están presentes en cualquier acto justo: (son palabras poco utilizadas en el lenguaje común, más fácil de entender)

- Alteridad: Quiere decir, que solo se realiza respecto a otras personas.
- Derecho estricto: Significa que no se trata de un regalo, sino de dar exactamente lo que es debido, aunque a veces puede resultar

exigente y causar molestia, por eso conviene que se requiera con amabilidad.

- Igualdad: Es una adecuación exacta, ni más ni menos, entre lo debido y lo entregado.

También conviene saber que la justicia encuentra su pleno cumplimiento en tres estratos:

La relación de los individuos entre sí	Relación del todo social (sociedad), con los individuos	Relación de los individuos para con lo social
Conmutativa	**Distributiva**	**Legal**
Regula los intercambios entre las personas en el respeto exacto de sus derechos. **Ejemplo**: Compra de alimentos, muebles, servicios, etc.	Regula lo que la comunidad debe a los ciudadanos en proporción a sus contribuciones y a sus necesidades. **Ejemplo**: Los beneficios y programas que ofrece el gobierno (entendido como quien representa a la comunidad). Este es el tipo de justicia que ejercen los padres con sus hijos.	Lo que el ciudadano debe equitativamente a la sociedad, es decir, lo que le toca devolver a la sociedad. **Ejemplo**: Pago de impuestos y cuotas por servicios del bien común.

Ser justo no es actuar de manera aislada, sino el hábito de actuar constantemente según las normas de la justicia, por lo tanto esta virtud no depende directamente de la inteligencia, sino de la voluntad (Pues podemos saber que algo es injusto y aun así seguir haciéndolo: Sobornar a servidores públicos).

Para poder determinar algunas pautas para inculcar el valor de la justicia, es necesario primero:

- Pensar en los principales objetivos para lograr un desarrollo razonable de la justicia.
- Tener en cuenta las características de los hijos de acuerdo a su edad, desarrollo de su pensamiento y las relaciones que mantiene con los demás.

Edad	Características
Menos de 6 años	→ Puede querer una cosa ajena y sencillamente por eso tomarla, sin considerarlo injusto. → Difícilmente puede actuar de modo justo, pero puede aprender lo que no está bien o lo que es injusto. → Aprende la justicia como consecuencia de una actitud obediente hacia los adultos.
De 6 a 8 años	→ Las reglas más importantes son las que le dicen sus padres. Por lo tanto es importante destacar las normas en casa y que marquen con claridad lo injusto, por medio del cariño, comprensión y exigencia. → Comprende la conveniencia de establecer acuerdos con los demás. → Es el momento de insistir en las reglas del juego. → Va descubriendo la necesidad de que todos sean tratados iguales. → Los objetivos a trabajar en esta edad pueden ser: 1. Aprender a establecer acuerdos (con hermanos o amigos), y cumplirlos. 2. Aceptar las reglas del juego, una vez conocidas. 3. Respetar la propiedad ajena: No robar, no romper, etc. 4. Respetar ciertas necesidades y derechos ajenos: El silencio para estudiar, llamar a la puerta antes de entrar, no interrumpir en una conversación, etc. → Se preparan para captar que a todo derecho corresponde un deber.
De 9 a 13 años	→ Reconoce que para convivir con los demás hace falta actuar justamente con ellos y tener un esquema básico de colaboración con ellos. → Empiezan a discutir las reglas entre el grupo y únicamente acudirán a los padres cuando ocurra algo que no puedan controlar. → En ocasiones prefieren abandonar el juego antes que buscar la intervención de sus padres. → Empieza a darse cuenta que lo más justo no es un trato igualitario, sino de equidad (dar a cada uno aquello que tiene derecho), y empezamos a escuchar: ¡Es que no es justo! → La justicia permite y facilita la convivencia, origina orden y cierto bienestar. → Se darán cuenta de lo injusto por la sensación de "rebeldía" que las situaciones de injusticia le producen. → Notan que el orden aceptado ha sido destruido. → Quieren ser justos, pero no saben lo que es justo. Por la obediencia es como se aprende a ser justo.

	→ La atención a los hijos en esta edad se centra en: 1. Seguir insistiendo en situaciones justas explicando lo que es injusto. 2. Ayudarles a comprender mejor los motivos de ser justos. 3. Aclararles la diferencia entre las condiciones y circunstancias de distintas personas. 4. Enseñarles a rectificar. **Es importante tomar en cuenta en esta edad:** → Ayudar a reflexionar sobre la actuación adecuada, después de sufrir algún acto injusto de otro. → Hablar de los demás con respeto, buscando lo positivo. No decir calumnias o murmurar, pues es atentar contra la justicia. → Habituarlos a devolver lo que les ha sido prestado, en las mismas condiciones en que fue recibido. → Hacerles ver las posibilidades que tienen los demás de realizar algún acto bueno y ayudar a cumplir responsablemente. → Cumplir las órdenes expresas de sus padres y otras autoridades. → No realizar actos injustos que parecen no tener importancia, porque se establece un ambiente difícil para realizar actos buenos. → Tener la capacidad de pedir perdón y reparar el daño.
Adolescentes	→ Tienden a ser idealistas, buscan grandes soluciones para problemas importantes y se preocupan por la justicia como ideal, más que como conjunto de actos con las personas más próximas. → Habrá que enseñarles lo que es su deber en su papel de hijo, hermano, compañero, ciudadano, para que llegue a tener una relación adecuada, entre sus preocupaciones y su actuación de cada día. → No se trata de exigirles que se comporten de un modo u otro, sino de ayudarles a comprender lo que es justo en cada momento. → Reconoce su deber hacia el orden social (lo que a ellos le toca hacer para que la sociedad se desarrolle adecuadamente). → Conviene enseñarles lo que es la ley civil y la ley natural, para ayudarles a tomar una postura respecto a los problemas de justicia que surgen todos los días.
Jóvenes	→ La voluntad es más fuerte y permite la realización de actos justos en distintas situaciones, que ya son comprendidos por ellos.

La persona más justa será la que capte cuáles son los derechos y cuáles son los deberes propios y de los demás, de acuerdo con la situación de los miembros de la misma familia, de padres, de ciudadanos, de personas de una misma sociedad.

Los motivos para ser justos

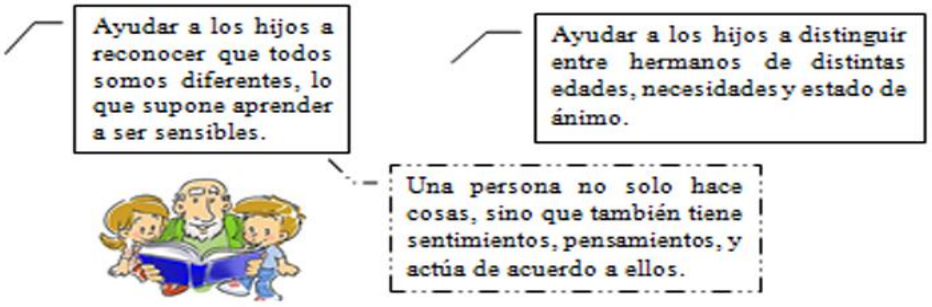
El niño pequeño reconoce la conveniencia de un orden en el estado de las cosas, y una motivación principal que podemos ofrecerle para ser justos, es reconocer lo que es ese orden en cada momento y por qué debe existir.

No basta la explicación, también debe haber un apoyo afectivo de los padres, una actitud exigente en algún momento y más cariño en otro.

El apoyo de los hermanos es muy valioso porque aprenden a:

- Respetar a los otros.
- Defenderse de los propios.
- A llevar una relación de iguales.

Ser justos con cada uno de acuerdo a su condición y circunstancias



En una familia todos somos diferentes, por lo tanto no podemos educar a los hijos en una virtud de una misma manera, tenemos que fijarnos es sus diferencias particulares: Edad, sexo, carácter, personalidad, etc.

La justicia de los padres

Lo mencionado hasta ahora es muy interesante, pero ¿actúo justamente con mis hijos? es la pregunta que muchos nos hacemos en el día a día con ellos. A continuación veremos unos pequeños consejos que nos ayudarán a descubrirlo.

- Debemos intentar ser más objetivos en las relaciones con los hijos, pues en algunos momentos actuar con justicia puede ser enormemente difícil para ambos.

- Por lo tanto siempre debemos manifestarles nuestro cariño.

- Actuar bien o con justicia supone intentar superar cualquier simpatía o antipatía que pueda haber respecto al hijo.

- Cada hijo es diferente y necesita un trato diferente.

- Las normas o reglas de la familia deben relacionarse entre sí para ayudar al desarrollo de sus miembros:
  - Derecho a participar de acuerdo con la capacidad de cada uno.
  - Derecho a convivir en el orden (una casa ordenada).
  - Derecho a la intimidad (tener un espacio para cada quien).

Todos los anteriores derechos deben compensarse con un deber correspondiente de acuerdo a las características de cada hijo.

- Cuando lo hijos no cumplen lo que deben, es necesario corregir de manera adecuada, buscando la mejora del hijo.

- La corrección más adecuada es la reparación: Si un niño rompe un vidrio, no se trata de que no vea televisión durante una semana, sino de exigirle a pagar el vidrio.

- No quedarnos en ser justos sin más, sino para conseguir la mejora personal del hijo.

- Aprender a rectificar como padres; ser justo no es fácil, en especial cuando no contamos con una información completa o cuando estamos influidos por algún sentimiento no controlado.

Los hijos deben entonces, adquirir la virtud de la justicia, no solo para que actúen bien en el seno de la familia y con sus amigos, sino también como ciudadanos responsables.

DUDAS Y COMENTARIOS
(15 min.)

Este espacio es para que se puedan responder aquellas dudas que tengan los participantes o escuchar comentarios que puedan enriquecer el tema.

ACTIVIDAD EXPERIENCIAL
(20 min.)

Se realizará la dinámica: Paseo en la jungla

Objetivo:

Potenciar la comunicación del grupo, simulando situaciones difíciles para desarrollar la toma de decisiones.

Tamaño de Grupo:

30 participantes.

Material:

No se precisa de ningún tipo de recursos materiales.

Desarrollo:

Consiste en decidir la posición y el orden para atravesar una jungla imaginaria. Se dice al grupo: "Todo el mundo imagina que está en la jungla. Para atravesarla, dada la dificultad y los peligros, tienen que dividirse en hileras de cuatro personas. Cada jugador/a elige una posición según sus preferencias: Primera, segunda, tercera o última posición". Luego, el coordinador indica que cada participante tiene que ir a una de las cuatro esquinas, que se corresponden con las cuatro posiciones elegidas. Es decir, todos/as los que eligieron la primera posición estarán en una esquina, y así sucesivamente. En cada grupo se habla de por qué se tomó esa decisión.

Al terminar se hace la reflexión a partir de las siguientes preguntas: ¿Qué argumentos se utilizaron para tomar la decisión? ¿Cómo se toma la decisión con los cambios? ¿Qué puedo tomar de la capacidad para la toma de decisiones en mi familia?

NOTA

Una variante puede ser que cada participante elija individualmente su posición. A continuación se forman grupos espontáneamente, en los que probablemente se repitan las posiciones. Cada grupo tiene que discutir y concretar en qué posición atravesarán la jungla.

EVALUACIÓN
(15 min.)

Entregar a los participantes el formato de evaluación de la sesión y dar el tiempo necesario para que lo contesten.

TAREA Y PROPÓSITO
(10 min.)

Contestar de forma escrita (de preferencia), las siguientes preguntas y comentarlas con su esposo o esposa:

- ¿Qué es la justicia?
- ¿Qué he hecho para inculcar la justicia?
- ¿Qué puedo hacer para formar en la justicia?

MATERIAL DIDÁCTICO

Pliegos de papel rotafolio y marcadores, o

pizarrón y gises, o

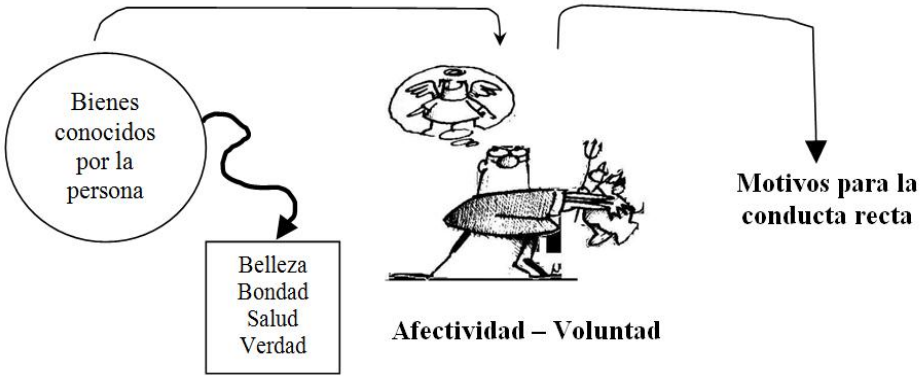
pintarrón y marcadores.

4.6 EDUCACIÓN DE LOS VALORES FAMILIARES Y SOCIALES

INTRODUCCIÓN Y DIAGNÓSTICO
(15 min.)

Vamos a comenzar hoy recordando un poco lo visto la sesión anterior, ¿Quién se acuerda de qué trató? ¿Qué es la justicia? ¿Por qué es importante formarla y educarla? ¿Qué aspectos recuerdas que intervienen en la familia? ¿Qué fue lo que más te gustó de la sesión pasada? ¿Recuerdan que tenían una pequeña tarea? ¿Quién hizo su tarea? ¿Crees que te fue útil? ¿Por qué? (hacer las preguntas que sean necesarias para favorecer la participación y saber si hicieron su tarea).

Hasta ahora hemos visto una serie de virtudes que debemos cultivar en nuestras familias, pero recordemos que las virtudes deben estar basadas en los valores ¿recuerdan qué son los valores? Según lo que vimos antes, son verdaderos bienes que siendo conocidos por una persona, son apreciados, deseados y perseguidos. Son bienes específicos de diversa índole que al ser apreciados se convierten en motivos para nuestra conducta, pidiendo la intervención de nuestra afectividad y voluntad.



El descubrimiento de los verdaderos valores humanos tiene una gran importancia para la motivación de la voluntad humana (es decir, el fin de lo que hace el ser humano), pero en este descubrimiento el hombre

debe jerarquizarlos y poner primero los espirituales o inmateriales antes que los materiales.

El descubrimiento de los valores corresponde a lo inmaterial, a los que hacen referencia al espíritu, a la verdad (valores intelectuales), al bien (valores morales o éticos), y a la belleza (valores estéticos).

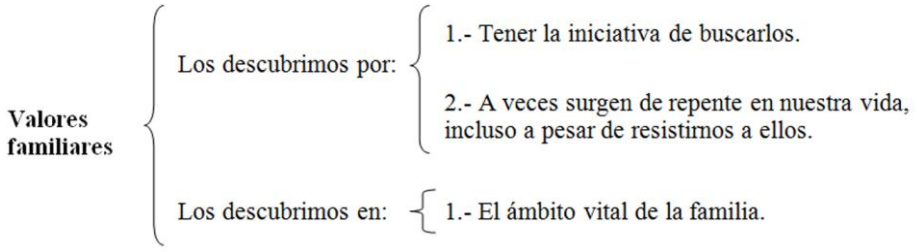
¿Y por qué se habla de valores familiares y sociales? ¿Podemos hacer una diferencia entre ellos? Propiciar la participación y registrar las participaciones, te puedes apoyar en el siguiente cuadro.

VALORES	
Familiares	**Sociales**

DESARROLLO
(55 min.)

Los valores familiares

¿Cómo descubrir los valores que sean nuestra motivación para ser mejores? Propiciar la participación. La forma de encontrarlos son:



Por lo tanto, es muy importante que los padres seleccionemos ciertos valores y nos comprometamos con ellos, para que cada hijo trate de

descubrir a qué valores merece la pena apostarles la vida. Decidirse o elegir ciertos valores significa hacerlo entre los que más convengan en una familia concreta (a mi familia), con sus circunstancias actuales, buscando siempre el desarrollo personal de cada miembro para la mejora familiar.

¿Qué implica la elección de esos valores?

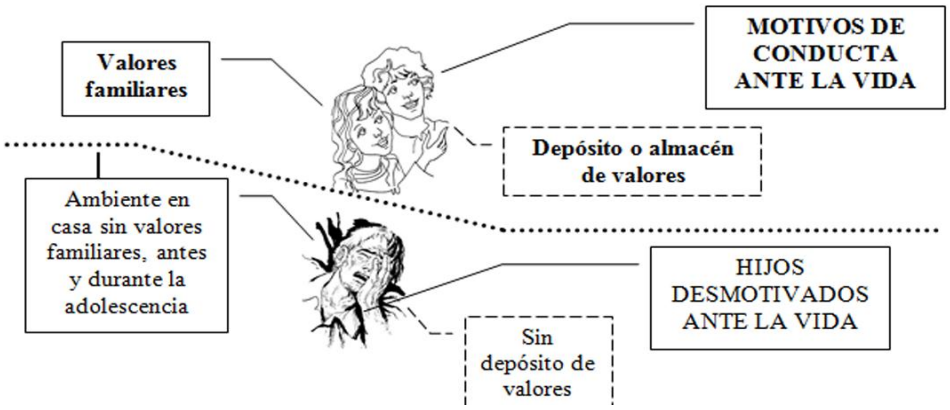
- Comprometerse con los valores elegidos.
- Organizar la vida familiar en función de ellos.
- Haberlos interiorizado profundamente.
- Que los padres los vivan con naturalidad y gracia, con buen humor y sonriendo habitualmente.

Así podrás... ponerlos de moda en tu familia y... serán atractivos y contagiosos a tus hijos.

Los valores familiares estarán presentes en la conducta de los hijos, cuando los padres además de vivirlos y de acercarlos, promueven y mantienen vigentes algunas normas y costumbres familiares que muestran la presencia viva de estos valores destacados.

Ningún niño cuestiona los valores familiares inicialmente, solo a medida en que crece y madura su libertad personal, va siendo capaz de comprometerse en las elecciones personales que hace. Por ello, los padres han de ofrecerle ese marco de referencia a través de su comportamiento que sirva de orientación: Un mínimo de normas y costumbres que sean parte importante de su ambiente familiar acogedor desde pequeñitos.

Así cuando el hijo adolescente o joven, da prioridad a algunos valores como fundamento de su vida, tiene un depósito (almacén), de los valores que anteriormente asumió e integró casi sin darse cuenta, contagiado de sus padres. Estos valores fueron descubiertos por él en la convivencia del hogar y se van traduciendo en los motivos de su conducta, con lo que su vida estará orientada a los verdaderos valores.



Dentro de los valores familiares más importantes encontramos:

Valor	Consiste en...
Amor	Es el valor fundante (o por el cual se funda), de la familia por la decisión de los padres de unirse para siempre. Es un amor que se derrama en los hijos y que crece a medida que abarca a los miembros de la familia.
Respeto	Valor indispensable del amor verdadero, ya que no puede haber amor donde falta el respeto. Debe vivirse por todos, comenzando por los padres. Cuando hay falta de respeto entre los padres su amor se debilita hasta acabarse, además los hijos que son testigos de esto no aprenderán a vivir el respeto entre hermanos y con otras personas.
Confianza	Es una compañera inseparable del respeto, ya que entre ambos se equilibran evitando los excesos en los dos sentidos: No debe haber tanto respeto que se pierda la confianza, ni tanta confianza que lleve a faltas de respeto.
Apertura	Ayuda a la creación de un ambiente familiar apropiado para el desarrollo de la intimidad de las personas que en él conviven, porque hay respeto y confianza.
Unidad	Compartir los mismos valores entre los miembros de la familia, como: La concordia (unión de los corazones de quienes forman parte de la familia), y la armonía en la convivencia familiar.

En sentido contrario a la unidad tenemos a las “familias archipiélago”, porque son un conjunto de islas (personas), cercanas entre sí, pero separadas por un mar (egoísmo), que les divide. Viven bajo el mismo techo para cubrir sus necesidades materiales (donde dormir, comer, etc.), pero nadie busca la convivencia con los demás y nadie sabe nada de los demás. Por lo tanto la armonía y la unidad son imposibles, pues cada quien busca sus propios intereses egoístas.

Paz	Resulta del aprecio entre los miembros de la familia, la dignidad personal que comparten, del respeto que deben a los derechos de los demás, de la seguridad, del amor que se profesan los miembros de la familia entre sí, libre de envidias y de la competencia por la preferencia de los padres o de los hijos.
Sinceridad	Es un valor muy importante en el ambiente de intimidad que comparten quienes forman parte de una familia, expresarse de manera libre, sin fingimiento.
Discreción	Resguarda la intimidad familiar, protege a la familia de quienes remueven y buscan conocer las vidas ajenas para enterarse de lo que no les corresponde saber.
Intimidad familiar	Es un valor que se debe cultivar por los miembros de la familia, a través de la comunicación y el mutuo conocimiento.
Cariño y comprensión	Se fomentan a través de la vivencia de los valores anteriores y que la persona necesita encontrar en la familia.
Tolerancia	Es el respeto y consideración hacia las opiniones o acciones de los demás, ya que somos diferentes, es común que en las familias haya diversos puntos de vista y que todos nos equivoquemos alguna vez. Sin embargo no debemos tolerar lo intolerable como las faltas de respeto, la infidelidad, agresiones violentas, etc.
Perdón	Es el valor que necesitamos cultivar para superar aquellas conductas que no pueden, ni deben tolerarse. El perdón solo puede otorgarse cuando la persona que ha ofendido reconoce su falta, demuestra que lamenta haberse comportado de esa manera, expresa su conducta y pide perdón. Requiere de la virtud de la humildad para vencer el orgullo, el afán de revancha y la soberbia. Cuando el perdón se solicita y otorga debidamente, pueden restaurarse las heridas que dejan los agravios entre los miembros de una familia y producir un incremento de amor entre ellos.
Reconocimiento y gratitud	Todos necesitamos del reconocimiento a lo bueno que tenemos y la gratitud es muy importante como acto de justicia, además motiva a la generosidad. La gratitud es una manifestación de amor que implica el saber recibir y saber dar.
Buen ejemplo y exigencia	De los padres, para lograr el desarrollo personal de los miembros de la familia; quienes deben usar esa exigencia con ellos mismos y entre ellos -con cariño-, para el cumplimiento de los deberes familiares, así como

Los valores sociales

La familia es la primera escuela de valores sociales, porque ahí aprendemos a relacionarnos con los demás, a respetar sus derechos y a hacer respetar los propios, a crear un clima de armonía entre los miembros de la familia. Por tanto la vivencia de los valores familiares se trasladan a seguirlos practicando en la comunidad o sociedad, meramente como una extensión de lo íntimo (familia), a lo externo (comunitario).

Sin embargo encontramos otros valores sociales muy importantes de cultivar y enseñar en la familia, como son:

Valor	Consiste en...
Libertad y respeto	La libertad es un valor de las personas que debe ser respetado por los demás. En este caso, el respeto es el valor social y en cuanto se respeta la libertad de los ciudadanos, la libertad se convierte también en valor social y no solo personal.
Familia	Como institución básica de la sociedad, es un valor que debemos defender para tener una sociedad más sana.
Democracia	Se basa en que las personas tienen el mismo valor, la misma dignidad y por lo tanto, tienen los mismos derechos. De ahí se deriva el derecho de cada persona a decidir con los demás, lo que le conviene a la sociedad en su conjunto, independientemente de los intereses particulares.
Bien común	Es el conjunto de condiciones de la vida social que permiten a los grupos y a cada uno de sus miembros, conseguir más plena y fácilmente su propia perfección.
Política	Es un valor cuando se ordena al bien común, donde se busca el poder para servir a un grupo social determinado.
Liderazgo positivo	Debe ser ejercido por quien pretende servir. Quien lo profesa debe conducir a los demás al verdadero bien a través de sus cualidades de líder.
Servicio	En una sociedad todos sirven a todos. Nadie es totalmente independiente, necesita de los demás y los demás necesitan de él. Cada persona tiene su modo de ser, de actuar, talentos y capacidades que otros no tienen y con los que puede prestar un servicio necesario a otras personas.
Paz	Valor social que familia, sociedad y el mundo entero aspira. Es el fruto de muchos valores, como: Justicia, respeto, tolerancia, perdón, etc.

En sentido contrario a la paz está la rivalidad, que surge cuando dos o más personas, grupos sociales o países se pelean por un bien, generalmente material.

Solidaridad	Es uno de los valores que más y mejor expresa la humanidad de la persona. Es una combinación perfecta entre la afectividad y la racionalidad del ser humano, es impulsado a actuar en favor de otras personas en extrema necesidad. Es el mismo valor del servicio que surge en situaciones de emergencia.
Diálogo, comunicación y acuerdos	Son valores sociales muy importantes para poder actuar como grupo social y no individualmente. Para lograrlos necesitamos tener una apertura de escuchar al otro, considerando que las demás personas tienen algo valioso que decir, para llegar a acuerdos justos que beneficien a todos.
Amistad	Es un valor universal, incluido e integrado en las relaciones que tengan una cierta intimidad. Supone interesarse por la persona, preocuparse por su bien, ayudarle a ser mejor, compartir sus alegrías, gozos y tristezas.

Es muy importante distinguir de la amistad, la complicidad, sobre todo en un sentido negativo, ya que mientras la amistad une a dos personas para hacer algo bueno, la complicidad une a dos personas para hacer algo moralmente o legalmente malo, que no puede redundar en la mejora personal de ninguno de los dos.

Podríamos mencionar algunos otros valores sociales que nos ayudan a mejorar en la convivencia social, como:

- La cortesía.
- La cooperación.
- La tolerancia.

DUDAS Y COMENTARIOS

(15 min.)

Este espacio es para que se puedan responder aquellas dudas que tengan los participantes o comentarios que puedan enriquecer el tema.

ACTIVIDAD EXPERIENCIAL
(20 min.)

Se realizará la actividad llamada: Recursos desiguales

Objetivo:

Reconocer los valores sociales y familiares que se desarrollan en el cumplimiento de la tarea.

Tamaño de Grupo:

30 participantes.

Material:

6 sobres diferentes que contengan lo siguiente;

- Sobre 1 y 4: tijeras, 1 hoja blanca y 3 hojas rosas,
- Sobre 2 y 5: pegamento, 1 hoja blanca y 3 hojas amarillas,
- Sobre 3 y 6: regla, 1 hoja blanca y 3 hojas verdes.

Además cada sobre tendrá una hoja de instrucciones (se anexa al final).

Desarrollo:

Se dividirá el grupo en 6 equipos de 5 personas cada uno y se les dirá que cada equipo deberá realizar una tarea que viene en cada sobre, los grupos deberán realizar la tarea a costa de lo que sea necesario, el que alcance el primer lugar, habiendo cumplido la tarea a la perfección, ganará el juego y no se podrá utilizar ningún material que no provenga de los sobres. (Tendrán 15 min.)

Todos los equipos empezarán a realizar las actividades mencionadas en las instrucciones al mismo tiempo, una vez terminada la tarea se hace una reflexión sobre la experiencia que tuvieron y las virtudes que se desarrollaron (o las que no se presentaron).

EVALUACIÓN
(15 min.)

Entregar a los participantes el formato de evaluación de la sesión y dar el tiempo necesario para que lo contesten.

TAREA Y PROPÓSITO

(10 min.)

Contestar de forma escrita (de preferencia), las siguientes preguntas y comentarlas con su esposo o esposa:

- ¿Qué valores familiares hay en mi hogar?
- ¿Qué valores sociales hay en mi familia?
- ¿Qué valores familiares y sociales necesito reforzar en casa?
- ¿Qué puedo hacer para reforzarlos?

MATERIAL DIDÁCTICO

Pliegos de papel rotafolio y marcadores, o
pizarrón y gises, o
pintarrón y marcadores,
6 sobres, 2 tijeras, 6 hojas blancas,
6 hojas rosas, 2 pegamentos,
6 hojas amarillas, 2 reglas y 6 hojas verdes.
6 hojas con las instrucciones

ANEXO

HOJA DE INSTRUCCIONES

Su grupo debe hacer lo siguiente:

1. Un cuadro de papel blanco de 12 cm. por 12 cm.
2. Un rectángulo de papel amarillo de 12 cm. por 6 cm.
3. Una cadena de papel con 4 eslabones, cada uno de un color diferente.
4. Una pieza en forma de T en papel blanco y verde, de 15 cm. por 9 cm.
5. Una bandera de 12 cm. por 12 cm. de tres colores diferentes.

Les deseo suerte ¡Que gane el mejor!

4.7 EDUCACIÓN EN EL PATRIOTISMO

INTRODUCCIÓN Y DIAGNÓSTICO
(15 min.)

Vamos a comenzar hoy recordando un poco lo visto la sesión anterior, ¿Quién se acuerda de qué trató? ¿Cuáles son los valores familiares y sociales? ¿Por qué es importante educarlos y fomentarlos? ¿Qué fue lo que más te gustó de la sesión pasada? ¿Recuerdan que tenían una pequeña tarea? ¿Quién hizo su tarea? ¿Te fue útil? ¿Por qué? (hacer las preguntas que sean necesarias para favorecer la participación y saber si hicieron su tarea).

Continuando ahora con las virtudes, hablaremos sobre la formación del patriotismo. ¿Por qué piensan que hablaremos de esta virtud? ¿Crees que necesitamos de ella? ¿Será necesario que le dediquemos un tema especial? Propiciar la participación de los asistentes para conocer lo que saben y piensan acerca de esta virtud.

Algunos de nosotros vimos alguna vez en nuestros libros de texto de la primaria o de nuestros hijos, a una señora vestida de blanco muy seria con una Bandera en la mano representando a La Patria, pero ¿qué es La Patria? ¿Qué implica a cada uno de nosotros el patriotismo? Entre todos vamos a llenar el siguiente cuadro sobre lo que conocemos del patriotismo y aclarar las dudas que tenemos al respecto.

Puedes utilizar el siguiente cuadro o cambiarlo de acuerdo a tus necesidades. Puedes llevarlo hecho o hacerlo en ese momento (si hay pizarrón).

Patriotismo			
¿Qué es?	¿Quiénes son patriotas?	¿Cómo demostramos el patriotismo?	¿Cuándo demostramos el patriotismo?

Pero ¿por qué hablaremos del patriotismo si es en la escuela donde hacen los Honores a La Bandera y cantan el Himno Nacional? ¿Qué tenemos que ver los padres con esta virtud si en casa no cantamos el Himno o hacemos Honores a La Bandera? ¿Será que eso solo lo tienen los niños que van a la escuela y los soldados?

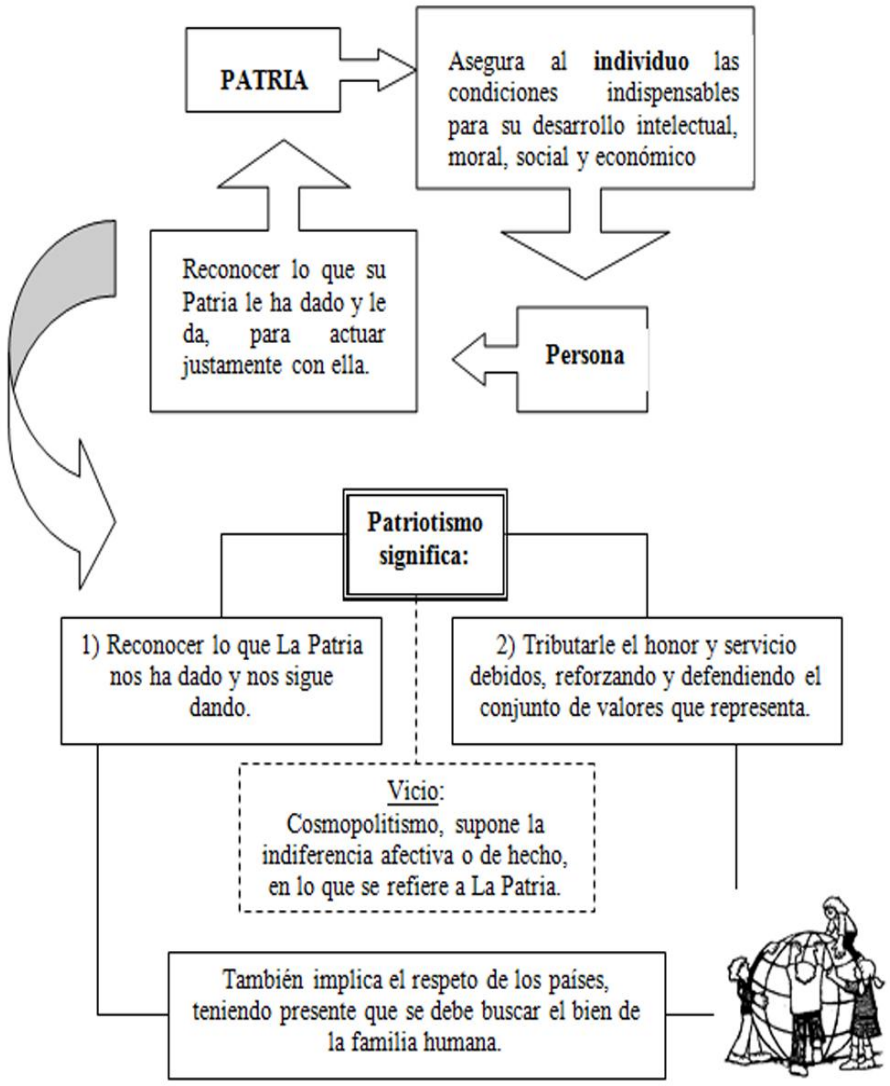
Pero entonces ¿por qué somos patriotas durante las fiestas patrias? ¿Por qué la escuela no lleva a sus alumnos al Grito de Independencia o al desfile del 20 de noviembre? ¿Tenemos algo que ver los padres en el patriotismo e inculcar a nuestros hijos el amor a La Patria?

Trataremos de responder a las dudas que hemos mencionado en este momento y aclarar en qué consiste el patriotismo y qué me corresponde hacer con esta virtud como madre y padre de familia.

DESARROLLO

(55 min.)

El patriotismo es “El valor que nos da el respeto y amor que debemos a La Patria, y una forma de manifestarlo es a través de nuestro trabajo honesto y la contribución personal al bienestar común, y por lo tanto, le dedica el honor y el servicio debido, fortaleciendo y defendiendo el conjunto de valores que representa, teniendo a la vez por suyos los intereses nobles de todos los países” El patriotismo nos hace vivir plenamente nuestro compromiso como ciudadanos y fomentar el respeto que debemos a nuestra nación.



La virtud del patriotismo supone el desarrollo de la capacidad intelectual de actuar con justicia en función de unos valores reconocidos y asimilados, sin embargo, primero se necesita desarrollar una base afectiva (querer a la Patria), de un modo especial en la niñez.

El sentimiento patriótico se forma por:

Una disposición de atracción al lugar de nacimiento en los primeros años de vida.	→	Se va extendiendo a estructuras más amplias y complejas: Municipio, provincia, región y nación.

El deber de los padres consiste en:

- Buscar los medios para que el hijo vaya aprendiendo cuáles son los valores específicos de su entorno inmediato.

- Ayudar al hijo a sentirse más unido a sus compañeros que viven estas experiencias.

Para lograr que exista un sentido de unidad producido por las experiencias en común que tenemos las personas, es necesario abrir la unidad en:

1. El conocimiento de otros aspectos culturales menos relacionados con la naturaleza.

2. Sentirse parte de una trayectoria histórica común, explicando aspectos de la historia local, como héroes, personajes famosos, así como enseñarles costumbres típicas, bailables, etc.

3. Poner atención a los valores que se puedan compartir con personas que habitan una región o el mundo entero.

4. Conseguir que los hijos se sientan vinculados a su entorno inmediato y, al mismo tiempo, se abran a los valores comunes a otros lugares.

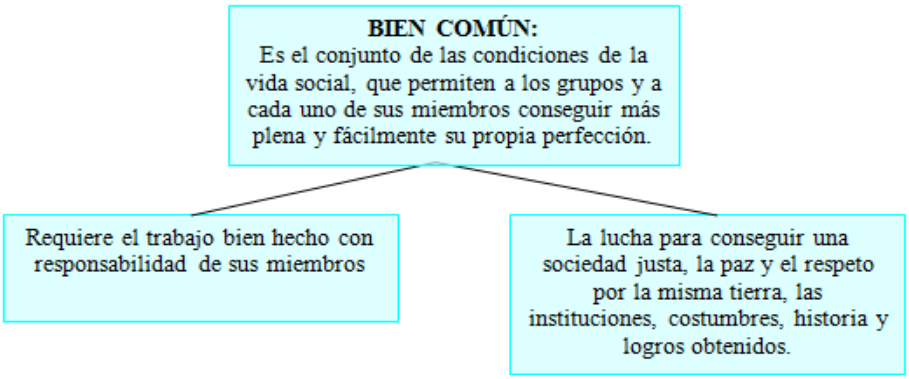
Uno de los problemas más importantes en la actualidad para que se desarrolle el patriotismo, es que muchos nos preguntamos si, ¿de verdad hay esos valores comunes en nuestra Patria que dirigen nuestra conducta, que se deban defender y con los que debemos ser leales?

Sin embargo no hace falta más que volver la vista atrás y nos daremos cuenta de tantas situaciones en donde compartir los valores con otras comunidades, ciudades o países, nos ha ayudado a salir adelante de una desgracia, como inundaciones, derrumbes, terremotos, huracanes, guerras, etc.

El gran reto que tenemos ahora, es que esos valores compartidos no solo se demuestren en tiempos difíciles (como los anteriores, puedes mencionar casos específicos de la región), sino en todo momento.

Reforzar y defender los valores

Los valores que se pueden vivir a nivel Patria pueden englobarse en lo que llamamos "el bien común".



Podemos lograrlo cuando como padres buscamos:

- Que los hijos encuentren los medios para conocer el patrimonio común; llevándolos a museos, hablando de su historia, destacando sus glorias y errores.

- Conseguir que sean capaces de comunicar estos conocimientos, invitándolos a que expliquen aspectos de la historia, a familiares y visitantes que no conocen el lugar.

- Puedan cuidar adecuadamente la tierra en la que viven; buscar el orden y la limpieza (no tirar basura en la calle, no pintar paredes, etc.).

- Sentirnos responsables de cuidar lo que es de todos los miembros del país y poder estar orgullosos de los logros o reconocer lo que hace falta mejorar y corregirlo.

- Enseñarles las costumbres e instituciones de La Patria.

Necesitamos de **símbolos y acontecimientos** para sentirnos miembros de una Patria

- Escudo Nacional.
- Himno Nacional.
- Bandera Nacional.
- Fiestas nacionales.
- Los éxitos de una persona destacada: deportista, científico, etc.
- Partido de fútbol internacional.
- Programas sobre las diferentes regiones del país.
- Desfiles militares.
- Reuniones nacionales de profesionistas, deportistas, etc.

Algunos puntos que conviene platicar con los hijos, sobre el patriotismo

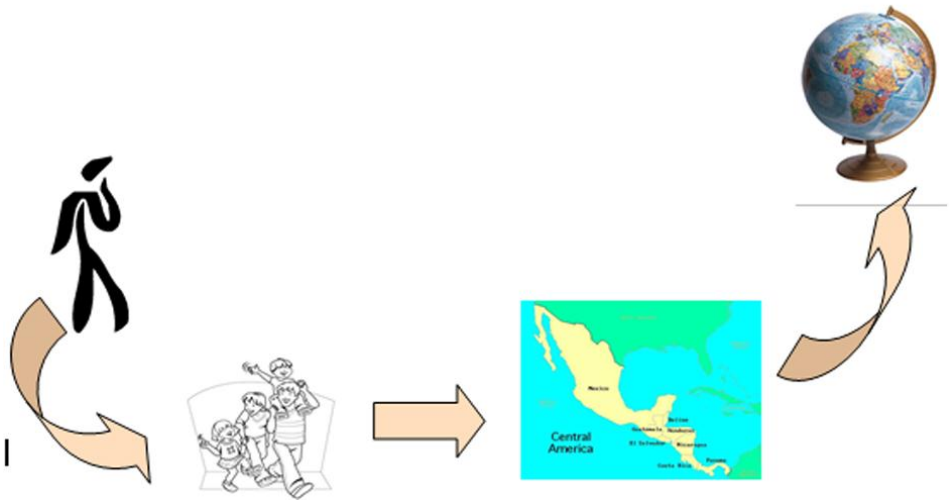
- Solamente se puede lograr una situación económica estable en un país si cada persona trabaja responsablemente, pensando no solo en sus derechos legítimos, sino también en sus deberes y en el bien común.

- La justicia requiere que cada uno cumpla con las leyes comunes para vivir el patriotismo, y esas leyes son: Pagar impuestos, ejercer el derecho al voto, etc.

- Cada uno debemos aprovechar los medios adecuados para lograr mayor justicia a todos los niveles, por lo tanto, debemos tener una activa participación en: Asociaciones de padres, asociaciones de vecinos, gobierno local, etc., de acuerdo a las capacidades personales de los ciudadanos.

- La paz es el resultado de la fraternidad vivida por los miembros de una sociedad. Por lo que hay que buscar el modo de vivir con los demás, respetando la diversidad de opiniones, poniéndose de acuerdo para lograr mejoras y defendiéndose de actos violentos que perjudiquen la paz.

El patriotismo no debe quedar restringido a la preocupación por el propio país. La responsabilidad del ser humano es para con sus semejantes, por lo tanto, es para todo el mundo.



DUDAS Y COMENTARIOS
(15 min.)

Este espacio es para que se puedan responder aquellas dudas que tengan los participantes o escuchar comentarios que puedan enriquecer el tema.

ACTIVIDAD EXPERIENCIAL
(20 min.)

Se realizará la actividad: Casa, cisne y flor

Objetivo:

Explorar la mecánica del intercambio social y sus posibilidades a la cooperación o el dominio.

Tamaño de Grupo:

30 participantes.

Material:

Hojas blancas, de papel imprenta o de doble uso; lápices o colores.

Desarrollo:

Se solicita a los participantes que en una hoja tamaño carta, dibujen una casa, un cisne y una flor, ya sea; aislados o que tengan una relación entre sí. Es importante decirles que el dibujo debe ser reservado, que nadie lo vea. Terminando el dibujo se les pide que lo guarden para que nadie lo vea.

Enseguida se forman parejas (de preferencia que no estén sentados muy cercanos), y se les indica que a partir de ese momento ya no pueden hablar, solo seguir instrucciones que son: En una hoja tamaño carta y con un solo lápiz tomado por las dos personas al mismo tiempo, tienen que dibujar entre los dos un casa, un cisne y una flor, tratando de que cada uno use como modelo el primer dibujo que hicieron de manera individual. En silencio.

Cuando terminen se muestran sus modelos individuales y se destacan semejanzas y diferencias, discutiendo en el grupo las dificultades que tuvieron y cómo las resolvieron para cumplir con la tarea, haciendo énfasis en la necesidad de la participación de todos para lograr el objetivo.

EVALUACIÓN
(15 min.)

Entregar a los participantes el formato de evaluación de la sesión y dar el tiempo necesario para que lo contesten.

TAREA Y PROPÓSITO
(10 min.)

Contestar de forma escrita (de preferencia), las siguientes preguntas y comentarlas con su esposo o esposa:

- ¿Qué es la virtud del patriotismo?

- ¿Cómo puedo inculcar la virtud del patriotismo?
- ¿Por qué es importante formarla?

MATERIAL DIDÁCTICO

Pliegos de papel rotafolio y marcadores, o

pizarrón y gises, o

pintarrón y marcadores,

hojas blancas, de papel imprenta o de doble uso,

lápices o colores.

4.8 ¡QUE SEAN BUENOS CIUDADANOS!

INTRODUCCIÓN Y DIAGNÓSTICO
(25 min.)

Vamos a comenzar hoy recordando un poco lo visto la sesión anterior, ¿Quién se acuerda de qué trató? ¿Qué es la virtud del patriotismo? ¿Por qué es importante inculcarlo? ¿Qué fue lo que más te gustó de la sesión pasada? ¿Recuerdan que tenían una pequeña tarea? ¿Quién hizo su tarea? ¿Crees que te fue útil? ¿Por qué? (hacer las preguntas que sean necesarias para favorecer la participación y saber si hicieron su tarea).

Continuaremos en esta sesión con un tema muy relacionado con la formación del patriotismo en la familia, pues se trata de: SER BUENOS CIUDADANOS.

Cuántas veces nos hemos quejado sobre la basura que hay en las calles, el mal estado de las plazas, la falta de aseo de los monumentos, el aspecto descuidado de nuestra comunidad o de tantas otros aspectos que nos desagradan. Y ¿qué he hecho yo para corregir esto que no me gusta? ¿Acaso he contribuido a un mal aspecto de mi comunidad?

El vivir la virtud del patriotismo nos lleva a comportarnos como buenos ciudadanos, y ¿qué es ser buenos ciudadanos? Dirigir la pregunta a participantes específicos de la sesión e ir registrando las aportaciones.

La participación del hombre (Ser social por naturaleza), en la vida social se realiza desde su condición o de su papel de ciudadano. Y el ser buen ciudadano se va desarrollando desde la niñez y no se podría hablar de personas responsables si desatienden sus deberes cívicos (que suelen tener poco valor), ya que se da más importancias a que los niños y niñas sean buenos profesionistas a ser buenos ciudadanos.

En algunas sociedades y culturas pasadas la preparación para la vida consistía en la preparación del futuro ciudadano, como consecuencia, los adultos conocían y vivían sus responsabilidades sociales.

Sin embargo, la falta de preparación de los hijos para actuar como ciudadanos es una de las causas principales de muchas conductas antisociales: No respetar las normas de tráfico, arrojar papeles u objetos en el campo o la calle, no pagar impuestos, etc.

DESARROLLO

(45 min.)

¿Qué es un ciudadano?

Ciudadano es el que vive en la ciudad, comunidad, pueblo, ranchería y que participa de la vida común que existe en ella.

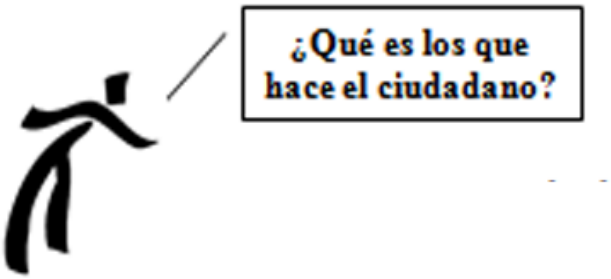
3.- Sentirse responsable del bien común y defenderlo. 4.- Oponerse a todo lo que perjudique el bien común. 5.- Utilizar el diálogo social.	3.- Al saber que talarán un área cerca de mi comunidad y que es importante para el ecosistema y la población en general, busco las formas legales para defender mi postura. 4.- Cuando sé que hay una persona vendiendo droga, mi deber es denunciarlo para evitar que perjudique a la comunidad. 5.- Si tengo una propuesta a la comunidad, no debo imponer lo que yo considero necesario, sino buscar el medio correcto para platicar sobre las posibilidades de que se lleve a cabo.
1.- Buscar el bien común y colaborar en su logro. 2.- Anteponer el bien común al bien individual.	1.- Si en mi comunidad hay lotes baldíos con mucha basura, entonces organizo un grupo para limpiarlos y evitar las enfermedades que se puede producir por la basura descompuesta. 2.- Cuando se hace una obra de vialidad (empedrado, pavimentación, puente, etc.), cerca de mi casa, tengo problemas por la tierra, cortes de agua o no hay paso; pero al saber que la obra beneficiará a muchos otros, tolero los problemas que me pueda causar.

No basta que algo sea común para buscarlo y defenderlo; hace falta que sea un bien verdadero, es decir, algo que ayude a la mejora personal o que, al menos no sea un obstáculo para lograrla. Como el aborto, no porque muchas personas estén en favor, quiere decir que el aborto sea un verdadero bien, pues no busca la mejora personal o el perfeccionamiento.

Como ciudadanos miembros de una comunidad, no solo tenemos deberes, sino también derechos, que se derivan de la dignidad de la persona (el valor que tenemos por ser mujeres u hombres). Los derechos de los ciudadanos deben:

- Ser escuchados.
- Comprendidos.
- Respetados.
- Ayuda para su desarrollo personal.

- Ser escuchados por el Estado.



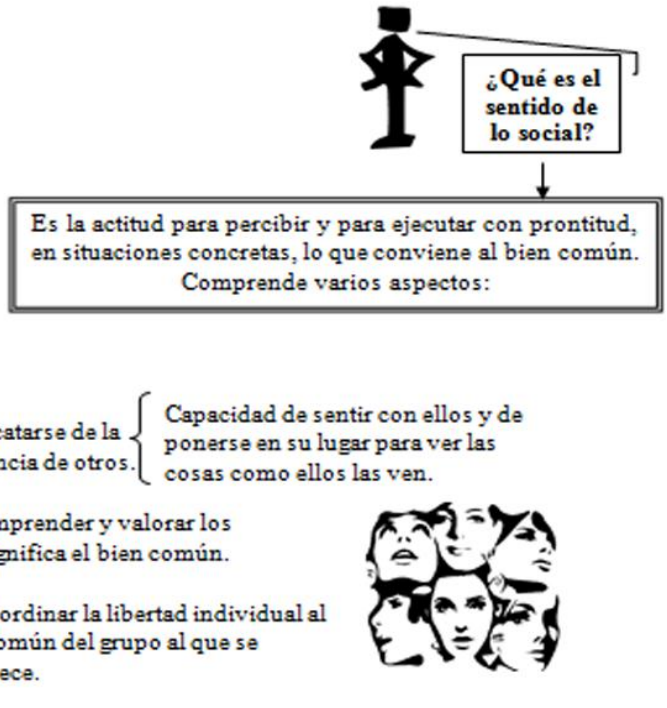
1. Está presente en los lugares y momentos en los que puede influir en el logro del bien común: Juntas de vecinos, reuniones de padres en la escuela de los hijos, etc.

2. Convive con personas de las diferentes comunidades a las que pertenece y procura mejorar esa convivencia por medio del diálogo y la actitud de servicio, en el barrio, escuela, grupo cultural, etc.

3. Colabora con otras personas para resolver problemas de interés común; que la escuela ofrezca una educación integral y de calidad, promover espacios para el deporte, crear una asociación de padres para defender a los hijos de los riesgos de la drogadicción, promover una biblioteca, etc.

La conducta de un buen ciudadano se adquiere por los buenos hábitos aprendidos en la infancia, la adolescencia y juventud; en la familia y escuela a través de la formación cívica o educación ciudadana, que tiene por objetivos:

- Afirmar el sentido de lo social.
- Desarrollar la responsabilidad social.
- Estimular la adquisición de las virtudes cívicas.
- Fomentar el protagonismo social (liderazgo).



La conducta cívica es la práctica de las virtudes cívicas o sociales, como:

- Magnanimidad.
- Justicia.
- Solidaridad.
- Generosidad.
- Afabilidad.
- Amistad.
- Respeto.
- Tolerancia.
- Comprensión.

Magnanimidad

Es una virtud que lleva a superarse y excederse en el cumplimiento de los propios deberes (ciudadanos, en este caso), es decir, lleva a darse a los demás sin medida porque antepone el bien común al bien individual.

Cuando anteponemos nuestra comodidad para el beneficio de la comunidad, como puede ser la construcción de un puente, presa, calle, etc.

Solidaridad

Es la unión entre los miembros de la sociedad y los grupos que la integran, para asumir las responsabilidades y realizar las tareas que requieren el bien común y la perfección de la vida humana.

Como la unión de grupos y sociedad para la reconstrucción de comunidades o ciudades que han sufrido algún desastre natural (huracán, temblor, lluvias, etc.).

Es una virtud que ayuda al logro de los fines de la sociedad: Conseguir el bien común y la perfección de la vida humana.

Algunos medios para realizar la formación en la familia

1. **El buen ejemplo de los padres:** Por medio del cumplimiento de sus deberes y la práctica de las virtudes sociales. Los padres necesitamos ser ciudadanos ejemplares, buscando el bien común y dando un poco de lo que la sociedad nos ha dado.

2. **Tener un plan educativo concreto:** Es necesario iniciar a los hijos en la vida ciudadana a partir de que entran a la escuela con actividades como (de acuerdo a su edad):

a. Que conozcan y respeten las normas de tráfico como peatones o conductores de una bicicleta.

b. Que vivan la reglas de respeto y cortesía al viajar en autobús, esperar en la fila, ceder sus asiento a personas mayores, etc.

c. Que auxilien a cualquier persona con algún problema en la vía pública, como indicar una dirección, ayudar a un invidente a cruzar la calle, etc.

3. Fomentar las conductas relacionadas con virtudes sociales concretas: Las virtudes más adecuadas entre los 6 y los 12 años de edad son las siguientes: solidaridad, justicia, afabilidad, generosidad. A partir de los 12 años se pude insistir más en la magnanimidad, amistad, tolerancia, comprensión. Algunos ejemplos son:

a. Solidaridad en la familia…

- Atender algunas tareas cuando los padres no están en casa.
- Ayudar en los estudios a un hermano.
- Sentirse unido a los padres y hermanos ante un problema especial (enfermedad, pérdida de trabajo, etc.), al consolar, animar, renunciar a algún gusto, etc.

b. Solidaridad con los compañeros de escuela y con los amigos…

- Defender a un compañero o amigo que ha sido víctima de una injusticia.
- Ayudar a los compañeros de clase que van mal en alguna materia.
- Prestar apuntes al compañero enfermo.

c. Solidaridad con los profesores…

- Tener una actitud positiva durante el desarrollo de las clases: Atento, cordial, preguntar, etc.

- Ayudarle en algunas tareas: Repartir o recoger el material de trabajo, ordenar el salón de clase.

d. Solidaridad con los vecinos y el entorno…

- Participar en algún proyecto para mejorar el entorno: Plantar árboles, visitar familias necesitadas, etc.

4. Hacer un plan de acción con las virtudes sociales, como por ejemplo:

a. Proponer a los hijos durante una visita al parque o jardín que observen posibles fallas y desperfectos (fugas de agua, basura por el suelo, etc.).

b. Animarles a que comuniquen estas deficiencias en la delegación o el ayuntamiento, para que se arreglen.

c. Pedirles que aprovechen la oportunidad para sugerir alguna mejora al parque.

d. Educar a los hijos con un sentido social y político: Estar enterados de los sucede en la región, el país y el mundo, ejercer el derecho y el deber de votar, etc.

DUDAS Y COMENTARIOS

(15 min.)

Este espacio es para que se puedan responder aquellas dudas que tengan los participantes o escuchar comentarios que puedan enriquecer el tema.

ACTIVIDAD EXPERIENCIAL

(20 min.)

Objetivo:

Establecer un plan de acción de la educación cívica de nuestros hijos, para que lleguen a ser buenos ciudadanos.

Tamaño de Grupo:

30 participantes.

Material:

No se necesita ningún material.

Desarrollo:

dividir al grupo en 6 equipos de 5 personas para que dialoguen la forma en cómo trabajarán con sus hijos, a través de un plan de acción que les ayude en la educación cívica de sus familias (15 min.) y proponerla al grupo (5 min.).

EVALUACIÓN

(15 min.)

Entregar a los participantes el formato de evaluación de la sesión y dar el tiempo necesario para que lo contesten.

TAREA Y PROPÓSITO

(10 min.)

Contestar de forma escrita (de preferencia), las siguientes preguntas y comentarlas con su esposo o esposa:

- ¿Qué es ser buenos ciudadanos?
- ¿Qué he hecho para inculcar en mis hijos el bien común?
- ¿Qué puedo hacer para formar ciudadanos atentos a las necesidades de la comunidad?

MATERIAL DIDÁCTICO

Pliegos de papel rotafolio y marcadores, o

pizarrón y gises, o

pintarrón y marcadores.

5. EL EJERCICIO DE LA AUTORIDAD EN LA FAMILIA

5.1 LA MISIÓN DE LOS PADRES

INTRODUCCIÓN Y DIAGNÓSTICO
(15 min.)

Vamos a comenzar recordando un poco lo visto la sesión anterior, ¿Quién se acuerda de qué trató? ¿Qué significa ser "buenos ciudadanos"? ¿Qué fue lo que más te gustó de la sesión pasada? ¿Recuerdan que tenían una pequeña tarea? ¿Quién hizo su tarea? ¿Hubo algún cambio en tu comportamiento respecto a la sociedad? ¿Tienes alguna duda de lo que platicamos la sesión pasada? ¿Qué opinas sobre los planes de acción para educar a nuestros hijos como buenos ciudadanos? ¿Crees que te fue útil? ¿Por qué? (hacer las preguntas que sean necesarias para favorecer la participación y saber si hicieron su tarea). Recuerda la importancia de hacer las preguntas dirigidas a los participantes, es decir, no hacer la pregunta al aire, sino pedirle a alguien en específico que nos responda para que participen todos los miembros del grupo.

El día de hoy comenzaremos con un nuevo módulo, y el tema que nos ayudará a descubrir o a fortalecer uno de los papeles importantes que tenemos dentro de la familia: El ser Padres. Reflexionaremos sobre la Misión de los Padres tomando en cuenta los puntos que implica.

Y para saber cuáles son los puntos o aspectos que vamos a reflexionar, ayúdenme a hacer una lista de cuál es la misión de los padres. Cuando hablamos de misión queremos saber cuál es el motivo, propósito,

fin o razón de ser de los padres, es decir, lo que los padres debemos hacer, cuál es nuestro deber como papás. En hojas de rotafolio anotar todas las aportaciones de los asistentes sobre el deber ser de los padres (al final de la sesión serán palomeados los puntos que sí se reflexionaron sobre la sesión y hacer hincapié en que ellos ya lo sabían, solo lo estamos recordando y reflexionando entre todos para aprender más de las experiencias de todo el grupo).

DESARROLLO
(55 min.)

La misión de los padres: Formar y educar a sus hijos

Cuando hablamos de educación a veces la entendemos como el nivel de estudios que tenemos o si sabemos comportarnos socialmente; sin embargo podemos decir en general, que educar es preparar para la vida, para una vida feliz y un futuro imprevisto; a partir de la situación y edad específica de cada uno de los hijos.

Y para esto necesitamos desarrollar:

- La libertad.
- La intimidad en diferentes ámbitos.
- Los objetivos educativos y la intencionalidad de los padres.
- El ejemplo.

¿Y cómo podemos hacer esto? De acuerdo a nuestras experiencias, ¿cómo lo hemos hecho? ¿Cómo hemos visto que lo han hecho? ¿Cómo podemos mejorar lo que hacemos o hicimos?

1. La libertad como superación personal- integralidad de la personalidad.-

En esta ocasión vamos a ver cómo la libertad que tenemos nos puede ayudar a la superación y conquista personal, es decir, dejar atrás lo que nos impide ser mejores para trascender.

Para llegar a esa trascendencia necesitamos descubrir lo que nos impide la conquista personal, es decir, lo que impide el autodominio y el servicio a los demás; y lo podemos hacer conociendo lo que nos afecta tanto en lo exterior (trabajo, vivienda, convivencia social, etc.), como en el interior, que en este caso son habilidades y conocimientos que no hemos desarrollado aún.

Por lo tanto, para superarnos necesitamos conocer, en primer lugar, estas limitaciones; de aceptarlas como lo que son, y de establecer una lucha interior que busque superar poco a poco algunas de las limitaciones descubiertas.

Hagamos una lista de aquello externo o interno que no permite que alcancemos un mejor desarrollo y crecimiento como persona. Este trabajo es de manera personal.

1.2 Libertad como conquista personal

Es decir, tenemos que desarrollar la libertad de cada uno de nosotros como un fruto o consecuencia de la conquista personal, lo que necesita de una lucha constante, ya que el resultado que queremos alcanzar es la madurez de la persona.

Esa conquista personal se basa en la decisión, sabiendo elegir (antes), y sabiendo responder a las consecuencias (después). Y para enseñar a decidir, hay que acostumbrar a resolver.

Educar, consiste en ayudar a cada persona, cada miembro de la familia, a superar los obstáculos, que resulta el entrenamiento para decidir correctamente y para ser, luego, responsable de la decisión tomada. Estos obstáculos pueden ser:

a. Personas demasiado reflexivas que nunca llegan a la acción.

b. Personas que se lanzan a la acción sin reflexión ni decisiones previas.

c. Personas que deciden libremente después de haber analizados las opciones, pero no realizan lo decidido.

Y podemos elegir mejor si tenemos una adecuada información acerca de las posibles alternativas o si dominamos más técnicas. Y que nuestras actitudes sean positivas y nuestros criterios sean rectos.

La libertad no consiste solo en saber elegir, sino en conseguir lo elegido, cada logro de una determinada meta.

2. La educación de la intimidad

La intimidad es el ámbito interior oculto a los extraños, significa un mundo interior, el santuario de lo humano, un lugar donde solo puede entrar uno mismo. Lo íntimo es tan central al hombre que hay un sentimiento natural que lo protege: El pudor (que cubren u ocultan espontáneamente lo íntimo frente a las miradas extrañas). “A mayor intimidad, mayor libertad, porque el hombre es más dueño de sí”.

Por lo tanto, cada persona ejercita su libertad e intimidad buscando un sentido a su vida, a su libertad. Y posiblemente se descubrirá a sí mismo como un ser llamado a aportar, a ser generoso, a estar disponible.

a. Implicaciones en el ámbito familiar

Educar la intimidad dentro de la familia, implica que como padres debemos ayudar al desarrollo de esta característica en cada miembro de la familia; lo que significa en primer lugar, continuar con el propio desarrollo de la intimidad a través de la libertad regida por objetivos valiosos: Autonomía y responsabilidad personal.

En la familia nos educamos juntos, unos con otros, por lo que las relaciones son un aspecto fundamental para la educación de la intimidad y la libertad de los miembros de la misma.

b. En las relaciones conyugales

Las relaciones conyugales marcan la pauta de las demás relaciones de la familia, y los logros que se puedan obtener están hechos por los detalles que facilitan la autonomía y la entrega del otro.

Cada cónyuge debiera respetar cuanto favorezca el desarrollo de la libertad del otro; ya que la entrega al otro es más valiosa cuando procede de un ser más libre, para lo que se necesitan actitudes de respeto, confianza, aceptación, entendimiento y comprensión.

Los detalles que favorecen la relación humana entre esposo y esposa son muchos y diversos; y son aquellos que nos permiten:

- Escuchar.
- Cultivar el buen humor.
- Ponerse de acuerdo.
- Sugerir.

- Saber perdonar.
- Saber olvidar.
- No echar en cara.
- Sorprender agradablemente.
- Cultivar pasatiempos.
- Detectar tiempos libres comunes para compartir.

c. En las relaciones padres – hijos

La autonomía de los hijos podrá encontrar seguridad en el modo de vivir la vida y el modo de vivir la autoridad sus padres.

Los padres con autoridad son amorosos, comprensivos y exigentes, sobre todo son contagiosos: Saben estimular el propio modo de hacer. Los padres son ejemplares en la medida en que no pretenden serlo; en la medida en que, por su lucha personal son conscientes de lo que les falta.

A veces, los hijos no descubren la calidad humana de sus padres y este descubrimiento puede producirse al azar (con ocasión de un conflicto superado), o con la ayuda de personas ajenas a la familia.

Por lo tanto, un clima familiar que favorezca la educación exige, necesariamente, CONFIANZA, apoyada además por la naturalidad, la sinceridad y la oportunidad.

3. Los objetivos educativos y la intencionalidad de los padres

En relación con sus hijos, los padres consideran diferentes modos de actuar y eligen entre ellos el que crean más conveniente. Su elección está basada en función de algún criterio o se realizará al azar.

Si eligen al azar, su comportamiento será imprevisible, porque no hay reglas para regir sus actuaciones. Estarán influidos por el ánimo del momento, por caprichos pasajeros, por situaciones emotivas y, en consecuencia, no producirá una clara mejora.

Por el contrario, el padre que decide qué quiere hacer y luego lo realiza, actuará con estilo personal y estará dirigiendo un proceso de mejora. Los padres deben saber adónde van y actuar en consecuencia. Sin embargo, deberán respetar a sus hijos y saber medir la conveniencia de influir de un modo u otro, porque siempre van a influir sobre seres libres.

4. El ejemplo

El ejemplo de los padres es muy importante para la formación y la educación de los hijos, sin embargo se requiere el apoyo de la intencionalidad de los padres para provocar una mejora en los hijos y para contrarrestar las influencias perjudiciales.

Por lo tanto, el ejemplo debe basarse en unos criterios que deben ser conocidos por los hijos. En parte, los niños captarán el sentido de las acciones de sus padres por su cuenta, pero en otros aspectos habrá que explicárselo. Uno de los papeles más interesantes del padre o la madre es el de hablarles del sentido de las acciones, tanto a nivel familiar como personal, en la búsqueda de reforzar la congruencia de vida a través del ejemplo.

DUDAS Y COMENTARIOS

(15 min.)

Este espacio es para que se puedan responder aquellas dudas que tengan los participantes o escuchar comentarios que puedan enriquecer el tema.

ACTIVIDAD EXPERIENCIAL
(20 min.)

Objetivo:

Que los participantes expongan su punto de vista personal acerca de los temas revisados en la sesión.

Tamaño de Grupo:

30 participantes.

Material:

No es necesario ninguno.

Desarrollo:

Realizar 8 equipos de 4 personas cada uno y dar las instrucciones antes que las personas se dispersen. A cada equipo se le pedirá que comenten sobre cada uno de los siguientes puntos, de acuerdo a la experiencia personal (durante 10 minutos):

1. Educación.
2. La libertad como superación personal.
3. Libertad como conquista personal.
4. La educación de la intimidad y sus implicaciones:

a. En el ámbito familiar.

b. En las relaciones conyugales.

c. En las relaciones padres – hijos.

5. Los objetivos educativos y la intencionalidad de los padres.
6. El ejemplo.

Al finalizar el trabajo, volvemos a un solo grupo y comentaremos el punto que les tocó platicar por grupo, cada equipo tiene 3 minutos para comentar a los demás los aspectos que a ellos les parecieron más

importantes. Al término de los equipos el guía hará un cierre retroalimentando lo expuesto por todos.

Recuerda que es importante estar observando y monitoreando (ir a cada grupo y ver si se está trabajando correctamente), y fomentar la participación de todos los asistentes.

EVALUACIÓN

(15 min.)

Entregar a los participantes el formato de evaluación de la sesión y dar el tiempo necesario para que lo contesten.

TAREA Y PROPÓSITO

(10 min.)

Contestar de forma escrita (de preferencia), las siguientes preguntas y comentarlas con su esposo o esposa:

- ¿Cuál es mi misión como padre y madre de mi familia?
- ¿Qué acciones puedo llevar a la práctica para cumplir con esa misión?

MATERIAL DIDÁCTICO

Pliegos de papel rotafolio y marcadores, o

pizarrón y gises, o

pintarrón y marcadores.

5.2 LA AUTORIDAD DE LOS PADRES COMO SERVICIO FORMATIVO

INTRODUCCIÓN Y DIAGNÓSTICO
(15 min.)

Vamos a comenzar recordando un poco lo visto la sesión anterior, ¿Quién se acuerda de qué trató? ¿Recuerdan que tenían una pequeña tarea? ¿Quién hizo su tarea? ¿Tienes alguna duda de lo que platicamos la sesión pasada, sobre la misión que tenemos los padres de familia en la formación de nuestros hijos? (hacer las preguntas que sean necesarias para favorecer la participación y saber si hicieron su tarea). Recuerda la importancia de hacer las preguntas dirigidas a los participantes, es decir, no hacer la pregunta al aire, sino pedirle a alguien en específico que nos responda para que participen todos los miembros del grupo.

El día de hoy hablaremos del ejercicio de la autoridad en la familia o la forma en que aplicamos la autoridad. Al ser este uno de los temas más interesantes e importantes en nuestra función como madres y padres de familia, le destinaremos varias sesiones, pues tendremos que dividirlo para que sea más claro. El día de hoy hablaremos sobre:

1. Qué es la autoridad.
2. Cómo se puede ejercer (o aplicar), la autoridad.
3. Quiénes ejercen la autoridad.

Cuántas veces hemos escuchado o nosotros mismos hemos dicho: “Es que los niños ya no obedecen” o “No se reconoce la autoridad de nadie” y nos preguntamos ¿por qué pasa eso? ¿Qué no estoy haciendo bien? ¿De quién es realmente la responsabilidad?

Trataremos de responder éstas y otras preguntas o dudas que surjan durante la sesión, sin embargo necesitamos definir primero ¿Qué es la autoridad? ¿Qué entiendes tú por autoridad en la familia? Promover la participación de los asistentes para conocer su opinión y conocimientos sobre el tema, te puedes apoyar del siguiente cuadro para registrar las aportaciones.

Qué es la autoridad	Cómo se puede ejercer la autoridad	Quiénes ejercen la autoridad
➲		

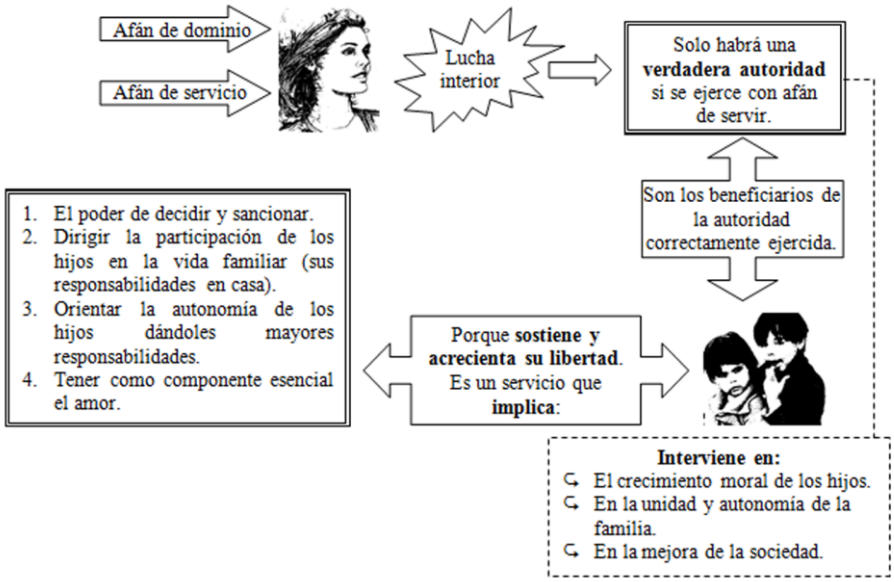
Recuerda que para el éxito de las sesiones es importante tu participación a través de reflexiones y experiencias, que siempre nos aportarán aprendizajes valiosos para el grupo.

DESARROLLO
(55 min.)

¿Qué es la autoridad?

Para comenzar la sesión es importante que definamos el significado de autoridad, que es la potencia que sirve para sostener y acrecentar la formación. Sin embargo el proceso de la autoridad solo lo podemos entender en la relación de quien la ejerce o practica, y quien la recibe para su perfeccionamiento (crecimiento).

La autoridad es resultado de:



La autoridad no solo es una cualidad interior de la persona que la ejerce; con sus posibilidades y limitaciones. También debemos considerar a las personas con quienes se ejerce (los hijos -sus posibilidades y limitaciones-), y el ambiente en el que se ejerce.

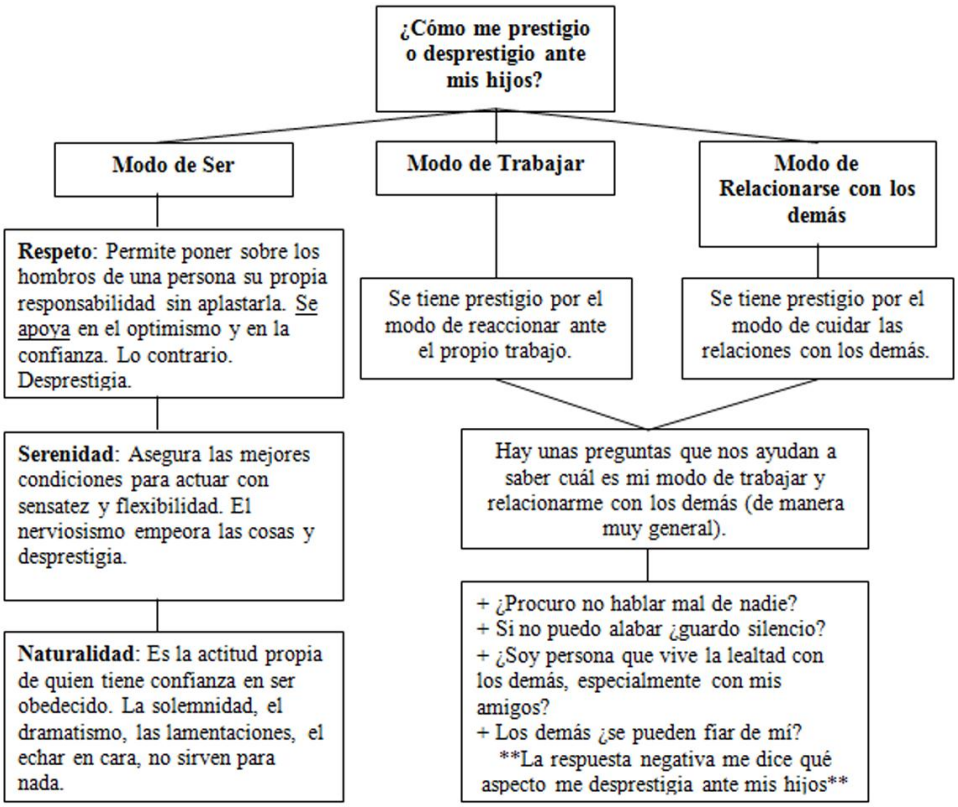
El lugar natural en el que se practica la autoridad es la familia, porque es el contexto adecuado para el crecimiento y desarrollo moral de sus miembros; y la autoridad es un medio muy importante que colabora con esta finalidad de la familia.

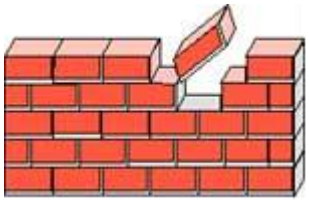
Ejercer la autoridad educativa

Tener autoridad no es lo mismo que ejercerla o practicarla. Las madres y padres de familia tienen autoridad por el hecho de ser coautores de sus hijos (al procrearlos), sin embargo, para ejercerla de modo correcto es necesario:

1. Estar luchando personalmente para conseguir en su propia vida lo que se quiere hacer, crecer o incrementar en los hijos. Por lo tanto, el ejemplo y la autoridad se complementan en la superación personal. Se trata de crecer juntos padres e hijos.

2. Crear un prestigio (reputación), fundado en el bien ser y el bien hacer; los padres se prestigian o desprestigian por su modo de ser, por su modo de trabajar y por su modo de relacionarse con los demás.





En el ejercicio correcto de la autoridad de los padres, hay cinco fases que explicaremos a continuación, en las cuáles encontraremos algunos puntos que nosotros ya realizamos, y otros que serían importantes reflexionar para incluir en nuestro ejercicio de la autoridad. Si alguna de ellas se omite, puede surgir el autoritarismo (ejercicio

arbitrario –capricho decidido por la voluntad, sin la razón- de la autoridad), y el abandonismo (no ejercer la autoridad para nada). Y nuestra "construcción" no estaría completa.

I. Pensar.

Como mamás y papás debemos encontrar el tiempo para pensar:

- En qué cosas es necesario ser exigente y en qué cosas no.
- En qué aspectos se puede ser flexible o cómo equilibrar la flexibilidad y la exigencia.
- Cuándo conviene actuar directamente o cuándo es mejor que intervengan los hijos mayores o alguna otra persona.
- En función de qué objetivos se exige o se orienta a cada hijo (qué es lo que busco para cada uno de ellos).

II. Saber informarse:

No es suficiente saber lo que es la autoridad y cómo ejercerla, debemos tomar en cuenta lo que piensan cada uno de nuestros hijos, pensar cómo les afecta a ellos y a la vida familiar.

Los hijos también necesitan estar informados, es decir, saber el porqué de las decisiones de autoridad de la familia, y que en la medida de lo posible participen al tomarlas, así estaremos reforzando su participación en la vida familiar.

III. Decidir:

El poder ejercer una adecuada autoridad es también el deber de tomar acertadas decisiones antes de mandar, decisiones que busquen el desarrollo de los miembros de la familia.

IV. Comunicar claramente:

Una comunicación clara a los hijos, facilita la obediencia. No basta dar órdenes o decir lo que ha de hacer un hijo, ni hacerle una sugerencia. Es necesario comprobar que el mensaje ha sido entendido y bien aceptado.

V. Hacer cumplir:

No puede reducirse la autoridad al derecho de dar órdenes y al poder de exigir obediencia. Si no se cumple lo que se manda, tampoco se puede hablar de autoridad. Podemos aprobar o desaprobar comportamientos de nuestros hijos en relación a los propósitos de la educación familiar que tenemos.

¿Quiénes ejercen autoridad?

Los padres ejercen la autoridad en la familia, una autoridad que es compartida entre mamá y papá, pues cada uno tiene un modo diferente de influir positivamente en los hijos. Por lo tanto cada uno debe reforzar la autoridad y el prestigio del otro cónyuge ante los hijos, reconociéndole las cualidades, hechos y comportamientos que, por ser positivos, pueden pasar inadvertidos.

Es importante hacer notar la gran influencia materna en la educación y desarrollo de los hijos, debido al mayor número de horas que pasan con los hijos. Esta situación también supone un mayor desgaste de su autoridad.

Respecto al ejercicio compartido de la autoridad, hay algunas sugerencias:

- Que los papás se pongan de acuerdo para establecer previamente las reglas del juego, es decir, las normas conocidas, aceptadas y exigibles (que todos puedan cumplir).
- Exigirse a sí mismo lo que comprensivamente se exige a los demás. Con el ejemplo de lo que hacemos es más fácil exigir y pedir que hagan las cosas.
- Considerar inseparable la comprensión, exigencia, participación y responsabilidad de los integrantes de la familia.
- Es importante ser sobrios (moderados) en el ejercicio de la autoridad.
- Resistir a las dificultades y frustraciones, sin desanimarse.
- Destacar siempre, en primer lugar, lo positivo.
- El ejercicio de la autoridad educativa-formativa requiere de un clima de confianza, en armonía con la exigencia.

DUDAS Y COMENTARIOS

(15 min.)

Este espacio es para que se puedan responder aquellas dudas que tengan los participantes o escuchar comentarios que puedan enriquecer el tema.

ACTIVIDAD EXPERIENCIAL

(20 min.)

Objetivo:

Reflexionar acerca de las condiciones necesarias para ejercer la autoridad dentro de un grupo para poder aplicarlo a la familia.

Tamaño de Grupo:

30 participantes.

Material:

15 objetos que puedan servir como objetivo a recoger (pelotas pequeñas, vasos, bolas de papel periódico chicas, etc.).

Desarrollo:

Se divide al grupo en 6 equipos de 5 personas y se les dicen las instrucciones del juego:

1.- Se escogerá a un(a) guía del equipo.

2.- Se formarán en una fila con las manos en los hombros del compañero de adelante (uno detrás del otro), y el guía al final.

3.- El objetivo del juego es que los equipos recolecten todos los objetos posibles que estarán en el suelo, pero solamente el guía podrá ver y sin hablar los dirigirá para que logren tomar el objetivo.

4.- La forma de dirigirlos será la siguiente:

- Para que avancen; 2 golpes seguidos con ambas manos sobre los hombros del compañero de adelante.
- Para girar a la derecha; 2 golpes seguidos con la mano derecha sobre los hombros del compañero de adelante.
- Para girar a la izquierda; 2 golpes seguidos con la mano izquierda sobre los hombros del compañero de adelante.
- Para parar y agacharse (solo el de adelante), para tomar el objeto; un golpe con ambas manos sobre los hombros del compañero de adelante.

5.- Ganará el equipo que logre reunir más objetos.

Al finalizar se promoverá la participación de los asistentes con preguntas como: ¿Cómo te sentiste? ¿Qué crees que faltó? ¿Por qué se dificultó? Y así más preguntas que te permitan la reflexión de los padres de familia ante las indicaciones dadas, la confianza puesta en el guía y cómo se

transmitió la información a la persona que tenía que juntar los objetos, ante todo cómo se puede relacionar con la autoridad que ejercen en cada uno de sus hogares con sus hijos.

EVALUACIÓN

(15 min.)

Entregar a los participantes el formato de evaluación de la sesión y dar el tiempo necesario para que lo contesten.

TAREA Y PROPÓSITO

(10 min.)

Contestar de forma escrita (de preferencia), las siguientes preguntas y comentarlas con su esposo o esposa:

- ¿Qué es la autoridad?
- ¿Cómo puedo cambiar la forma de ejercer la autoridad con mis hijos? Trata de dar ejemplos claros.

MATERIAL DIDÁCTICO

Pliegos de papel rotafolio y marcadores, o

pizarrón y gises, o

pintarrón y marcadores,

15 objetos que me puedan servir para la actividad experiencial: Lápices, piedras, libros, etc.

5.3 LOS ESTILOS DE AUTORIDAD EN LOS PADRES Y SU COMPLEMENTARIEDAD

INTRODUCCIÓN Y DIAGNÓSTICO
(15 min.)

Vamos a comenzar hoy recordando un poco lo visto la sesión anterior, ¿Quién se acuerda de qué trató? ¿Qué es la autoridad? ¿Qué fue lo que más te gustó de la sesión pasada? ¿Recuerdan que tenían una pequeña tarea? ¿Quién hizo su tarea? ¿Hubo algún cambio en tu forma de ejercer la autoridad en tu familia? ¿Tienes alguna duda de lo que platicamos la sesión pasada? ¿Crees que te fue útil? ¿Por qué? (hacer las preguntas que sean necesarias para favorecer la participación y saber si hicieron su tarea).

Continuaremos con el tema de la autoridad, ahora hablando sobre la complementariedad entre mamá y papá al practicarla.

Después de la sesión pasada tenemos más o menos claro lo que significa e implica la autoridad en la familia, ahora es importante que descubramos la mejor manera de ejercerla, es decir, cómo hacer uso de ella de forma que promueva el desarrollo integral de cada miembro de la familia.

El cómo ejercer la autoridad no depende solamente de lo que significa y entendamos de ella, sino también de otros factores como:

1. El modo de ser y comportarse de mamá y papá.
2. El modo de ser y de comportarse como esposos y como padres.
3. Del número, la edad y las circunstancias particulares de los hijos.

4. La condición socioeconómica y cultural de la familia.

5. La disponibilidad de su tiempo.

6. La carga de su trabajo personal y del esposo(a).

7. Las influencias de otras personas, etc.

Por lo tanto es frecuente que nos encontremos con varios problemas al momento de ejercer la autoridad, en tu experiencia ¿cuáles son los problemas más frecuentes que se suelen presentar? Tratar entre todo el grupo de identificar qué factor puede ser el causante de ese problema. Te puedes apoyar del siguiente cuadro para registrar las aportaciones.

¿Cuáles son los problemas más frecuentes que se suelen presentar?	Indica el factor por el cual puede ser causado

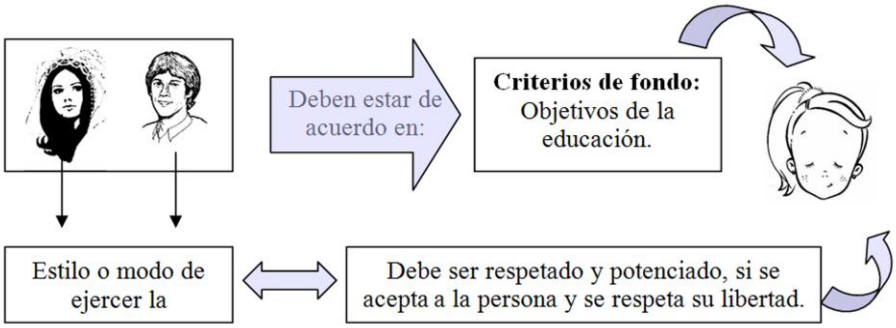
DESARROLLO

(55 min.)

La autoridad entre el padre y la madre debe compartirse, lo que significa tomar parte en algo común o repartir algo (tareas o responsabilidades), sin anular ni desaparecer las individualidades.

Por lo tanto, los cónyuges (mamá y papá), deben estar de acuerdo en los criterios de fondo (valores que se persiguen, el por qué), aunque no tengan modos idénticos de ejercerla (el cómo). Cada uno en su autonomía tiene derecho a emplear los medios que a su juicio persigan mejor los fines educativos (perfeccionen a las personas), con un estilo personal que debe ser respetado y potenciado por su cónyuge y por sus hijos.

Al ejercer la autoridad:



En teoría es fácil recomendarlo, sin embargo en la práctica, es fuente de conflictos y problemas. Desde hace un tiempo encontramos:

- El debilitamiento general de la autoridad. ¿Qué ejemplos podemos encontrar? Motivar la participación para llegar a puntos como faltas de respeto a maestros, adultos mayores, autoridad; ya no se valora el trabajo de maestros y policías, etc.

- Un debilitamiento de la autoridad paterna. Provocado por el distanciamiento del padre de su hogar, casi siempre por su trabajo, causando una ausencia moral, desinterés, abandono o delegación total de la autoridad en la mamá.

- Papás que desempeñan su autoridad con tal dedicación que llegan a absorber parte de la autoridad de las madres.

En todos los casos se crea un desequilibrio, ya que por lo general lo que es cerrado es nocivo, porque se comete injusticia y se falta a la caridad.

En todos los casos se crea un **desequilibrio**, ya que por lo general lo que es cerrado es nocivo, porque se comete injusticia y se falta a la caridad.

Injusticia con los hijos: Se les quita el derecho que tienen de conocer dos modelos de autoridad y recibir una influencia complementaria para su aprendizaje.

Injusticia con el cónyuge: Por la sobrecarga de trabajo y responsabilidades, o porque se le ignora o desprecia en el ejercicio de la autoridad

Falta de caridad: Se incumple en uno de los fines del matrimonio (la ayuda mutua), al impedirle o dificultarle al cónyuge el ejercicio de su perfeccionamiento.

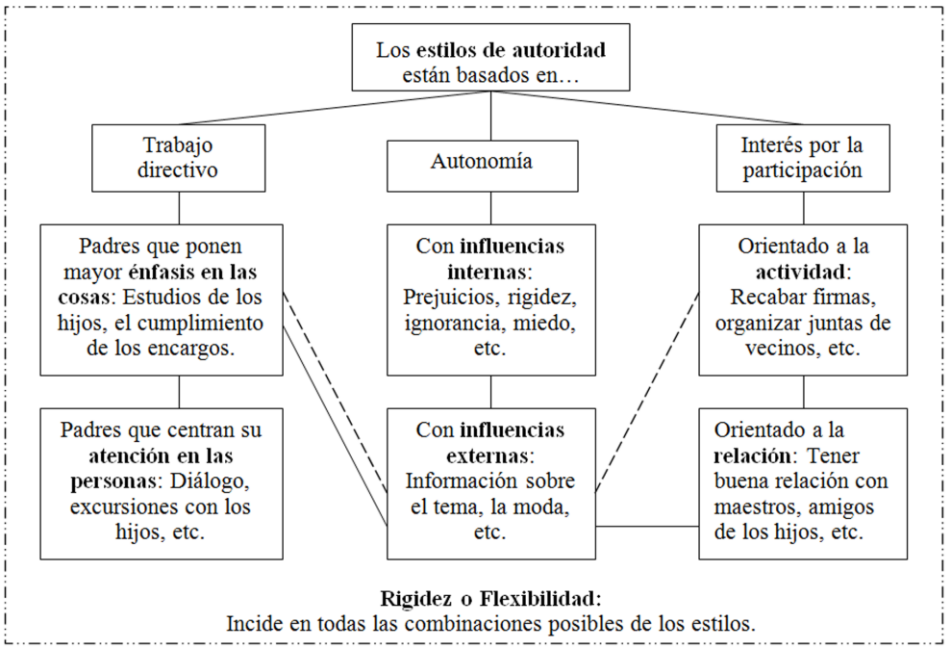
Ante el desequilibrio debemos recordar que la autoridad es complementaria, es decir, tomar en cuenta que: La autonomía del cónyuge, se rige por el respeto, es prudente, oportuna y delicada. Porque por encima de errores cometidos en el ejercicio de la autoridad, hay una prioridad ante los hijos: Que vean la armonía de sus padres. ¿Entonces siempre debo llevarme bien con mi cónyuge?

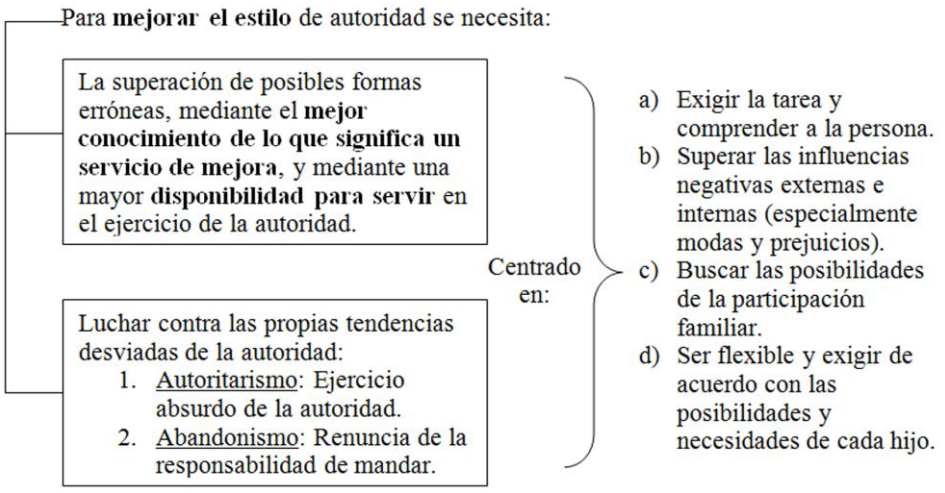
Quiere decir, aceptación de las diferencias y confianza en que, aunque el enfoque del cónyuge sea distinto, los hijos lo aceptan como autoridad.

Conviene que cada uno de los cónyuges ejercite totalmente su responsabilidad, que lleve a término las responsabilidades que han decidido entre los dos (si es necesario, el otro cónyuge debe ayudarle). Solo así se co-dirige.

¿Qué es el estilo de autoridad? Es una forma de trabajar, que implica el ejercicio de la autoridad, por lo tanto es personal y no podemos decir que uno es mejor que otro, solo son diferentes.

Cada estilo de autoridad depende de la persona que lo ejerce y la forma en cómo entiende la autoridad. Y para esto, recordar que su finalidad es servir (no dominar), y también mandar, pero mandar primero sobre sí mismo; tener un cierto nivel de autodominio.





DUDAS Y COMENTARIOS

(15 min.)

Este espacio es para que se puedan responder aquellas dudas que tengan los participantes o escuchar comentarios que puedan enriquecer el tema.

ACTIVIDAD EXPERIENCIAL
(20 min.)

Realizaremos la actividad: Dibujando a ciegas

Objetivo: Reflexionar acerca de los estilos de autoridad dentro de un grupo, para poder aplicarlo a la familia.

Tamaño de Grupo:

30 participantes.

Material:

Una bolsa de papel por equipo (o una mascada para cubrir los ojos). Se le puede pintar un rostro triste por ambos lados. Un papelote y un marcador para cada equipo.

Desarrollo:

El animador invita al grupo a formar espontáneamente 5 equipos de seis personas. Se ponen un nombre para identificarse y escuchan la explicación de la dinámica:

Todos los integrantes de cada equipo participarán por turno, dibujando con los ojos cubiertos. Cada dibujante agregará otros elementos a lo dibujado anteriormente, según lo que indique el animador. Mientras participa el primer voluntario, su equipo puede orientarlo con aplausos. Cuando dibuje en el lugar correcto, los golpes serán fuertes. Si está equivocado, los golpes serán más débiles. Los equipos contrarios pueden estorbar la ayuda con silbidos o tarareando una canción. El primer dibujante se cubre con la bolsa de papel y comienza a dibujar lo que le señala el animador. Una casa con dos ventanas y una puerta. Entrega la bolsa de papel al segundo participante.

Segundo: Un árbol junto a la casa.

Tercero: El sol sobre la casa.

Cuarto: Una vaca en el jardín de la casa.

Quinto: La cordillera detrás de la casa.

Sexto: El papá, la mamá y su hijo caminando hacia la casa.

Participa el equipo número 2. Lo hace de la misma manera que el anterior. La dinámica continúa igual hasta que intervienen todos los equipos. El motivo que se dibuja es siempre el mismo.

Puede ser a la par todos los equipos o uno por uno, según el tiempo que se tenga disponible.

Evaluación: ¿Cómo se sintieron durante la experiencia? ¿Qué momento les resultó más difícil? ¿Qué descubrieron de los demás? ¿Sintieron el apoyo de su equipo? ¿Cómo podría relacionarse la dinámica con los estilos de autoridad? ¿Qué características importantes para ejercer la autoridad mostramos durante la dinámica? ¿Cómo se sienten ahora?

EVALUACIÓN
(15 min.)

Entregar a los participantes el formato de evaluación de la sesión y dar el tiempo necesario para que lo contesten.

TAREA Y PROPÓSITO
(10 min.)

Propiciar una conversación cordial con el esposo(a) para analizar los estilos de autoridad de ambos y la forma de mejorarlos.

MATERIAL DIDÁCTICO

Suficientes pliegos de papel rotafolio y marcadores (6 de cada uno),
pizarrón y gises, o
pintarrón y marcadores,
una bolsa de papel por equipo.

5.4 LA MOTIVACIÓN, CORRECCIÓN DE LAS CONDUCTAS DE LOS HIJOS Y LA OBEDIENCIA

INTRODUCCIÓN Y DIAGNÓSTICO
(15 min.)

Vamos a comenzar hoy recordando un poco lo visto la sesión anterior, ¿Quién se acuerda de qué trató? ¿Qué son los estilos de autoridad? ¿Qué fue lo que más te gustó de la sesión pasada? ¿Recuerdan que tenían una pequeña tarea? ¿Quién hizo su tarea? ¿Hubo algún cambio en tu forma de ejercer la autoridad en tu familia? ¿Tienes alguna duda de lo que platicamos la sesión pasada? ¿Crees que te fue útil? ¿Por qué? (hacer las preguntas que sean necesarias para favorecer la participación y saber si hicieron su tarea).

Cuando hablamos sobre autoridad la mayoría de las veces creemos que es solo la forma de mandar y nos preguntamos si lo estamos haciendo bien como padres, si me estoy excediendo o si de plano no estamos haciendo nada bien.

La autoridad de los padres incluye –entre otras cosas-, el derecho a confrontar las acciones de los hijos con sus consecuencias para poder cumplir con el deber de educarlos y formarlos. Por lo tanto es una acción que llevamos a la práctica frecuentemente. Más debemos aclarar muy bien que solo podemos sancionar la conducta (la acción), y no a los hijos.

Antes de comenzar propiamente con lo que corresponde a la corrección y motivación de las conductas, analizaremos entre todos qué es lo más común que hacemos u observamos en las familias cuando hablamos de motivar o corregir las conductas de nuestros hijos. Puedes ayudarte del siguiente cuadro para registrar las aportaciones.

Correcciones adecuadas	Motivaciones adecuadas	Formas de prestigiarse ante los hijos
*	*	*

La motivación y corrección de las conductas de sus hijos son un medio de dirigirlos a la consecución de unos objetivos educativos-formativos, es decir, a su perfección, por lo tanto son necesarias. Forman parte de la autoridad – servicio de los padres-. **Deben estar relacionados con el hacer, no con el ser de los hijos. Las sanciones (positivas o negativas), son consecuencia de una conducta.**

A mayor edad de los hijos se necesita: Más orientación, más hacer pensar, más exigir autonomía y responsabilidad. Sin que por ello disminuya la necesidad de corregirlos cuando sea necesario.

El desarrollo del tema de hoy estará dividido en dos partes, ambas muy importantes: Primero estaremos hablando de las formas de motivar y corregir las conductas de nuestros hijos, y después, de cómo ayudarnos a formar la virtud de la obediencia de acuerdo a su edad.

DESARROLLO
(55 min.)

Las preguntas más frecuentes que tenemos sobre la educación-formación de los hijos, generalmente son acerca de la forma de ¿corregirlos o premiarlos? para no extralimitarnos o dejar de reprender las conductas inadecuadas. Por lo tanto necesitamos considerar algunas condiciones para el uso adecuado de las correcciones y de las motivaciones. Para actuar de manera justa y razonable cuando nuestros hijos rompen una regla o límite, y aplicar consecuencias lógicas a sus acciones. Así como reconocer sus esfuerzos y acciones positivas.

A. Condiciones para aplicar las consecuencias lógicas a las acciones de nuestros hijos:

- Hay que dar prioridad al aplicar las consecuencias, el elogio del trabajo bien hecho (al igual que las correcciones se hace sobre la acción y no a la persona). Ejemplo: “esto está bien hecho...”.
- Debe haber un orden en consecuencias lógicas de las acciones realizadas, ya que no podemos pasar de la motivación a la corrección en un solo paso, o viceversa:

  1. Motivación (tu comida favorita).
  2. Motivación disminuida (tu postre favorito).
  3. Privación de la motivación (no hay distinción de la comida de la familia).
  4. Corrección suprimida (no habrá castigo, pero tampoco premio).
  5. Corrección disminuida (recogerás la mesa).
  6. Corrección (recogerás la mesa y la cocina).

- Lo importante no es el qué, sino el cómo, ya que muchas veces nos dejamos llevar por el enojo de esos momentos y herimos más por la forma en que decimos las cosas, que por lo que decimos. Por eso debemos cultivar la serenidad, que es una condición para que podamos tener los resultados que buscamos en la educación-formación.
- Podemos adoptar el buen humor al corregir, sin llegar a las burlas ni ironías. El cariño utilizado para motivar a los hijos a mejorar es un buen camino.
- Buscaremos también la sobriedad: Lo que se pueda conseguir con un gesto no necesita una palabra. Si hay un clima de confianza bastan pocas palabras para entenderse.
- Establecer derechos y obligaciones de los hijos según la edad.
- No obligar al hijo mayor al constante sacrificio de sus gustos, con el fin de dar ejemplo permanente a sus hermanos.
- No intimidar o amenazar afectivamente (Ejem.: “No te quiero porque no haces tu tarea”).
- No quitar seguridad en lo que es el hijo y en lo que se le ama.

- No acumular amenazas, porque así se gasta la autoridad.
- No describirle al hijo con detalle las catástrofes que pudieron haberle ocurrido por lo que hizo.
- No arruinar la buena reputación de un hijo, donde ha sabido ganársela (escuela, grupo de amigos, trabajo).
- Evitar prohibirle las cosas automáticamente, sin reflexionar sobre lo que nos está pidiendo.
- Limitar las exigencias, establecer un mínimo de normas que son indispensables cumplir.
- Dar un tiempo suficiente para cualquier mejora en los hijos.
- Estar disponibles para ayudar a los hijos a ser más ordenados.
- Evitar castigos corporales (físicos).
- Evitar la retención permanente de regalos.
- Procurar que la consecuencia sea proporcional a la falta (si no tendió su cama, ahora lo deberá hacer antes de ver la televisión, en lugar de quedarse una semana sin ver Televisión por no tender la cama, pues no corresponde a la falta cometida).
- Pensar bien antes de corregir, y luego ser firmes, sin dejar de ser flexibles.
- Las consecuencias deben ser limitadas en el tiempo y orientadas hacia el futuro. Si son muy largas pierden el sentido y no se logra el objetivo.
- Las consecuencias deben explicarse al hijo, antes y después de aplicarlas para que sepa por qué se hizo.
- Evitar la debilidad, que sentimos como padres al ver a nuestros hijos cumplir las consecuencias que le dimos.

B. Lo que resulta más incierto:

- La eficacia de las consecuencias utilizadas depende del uso que le demos, pues si constantemente es utilizado, pierde su eficacia al convertirse en algo frecuente.
- Las consecuencias debe utilizarse de acuerdo con la edad, y sobre todo el tipo de carácter de los hijos, pues puede producir un sentimiento de humillación muy notable.

C. Lo que se debe intentar:

- Dar indicaciones breves.
- Cuando sea necesario privar de un juguete, que sea por un tiempo breve.
- Las advertencias deben ser razonables y decirlas de manera amable.
- El aislamiento en su recámara debe ser por un tiempo breve. Dando la impresión de tranquilidad y no de rechazo; explicándole que es para que se tome el tiempo de tranquilizarse y pensar mejor las cosas.
- Hacer participar a los hijos, de acuerdo a su edad, en la elaboración de un "reglamento" de la vida familiar.
- Establecer consecuencias "automáticas", es decir, cuando los hijos rompan una regla o límite, se aplica la misma consecuencia (considerando siempre la flexibilidad y las diferencias de los hijos).
- Revisión periódica de un sistema de consecuencias basadas en valores, en colaboración entre padres e hijos.

D. Las motivaciones (reconocimiento):

- Pensamos que es más fácil premiar que castigar, sin embargo también es difícil. Tendemos a relacionar regalos y premios; y el regalo principal es el amor de los padres.
- Las motivaciones no son regalos; son modos de aprobar un comportamiento o de reconocer que una tarea encomendada está bien hecha.
- Son estímulos o motivaciones, cuya finalidad es orientar positivamente un proceso de mejora.
- No todo lo que se hace debe recibir un premio. El exceso de premios perjudica.
- Los padres constantemente reconocen a los hijos con sus actitudes; sus gestos, su mirada, su alegría, sus comentarios y hasta su silencio.

- Las motivaciones deben estar relacionado con el hecho y con los gustos del hijo (puede ser a corto, mediano y largo plazo).

- Los reconocimientos deben estar relacionados con el "cómo obedece" y no depende el estado de ánimo, sino de las reglas establecidas y conocidas por todos.
- La sobriedad (moderación, equilibrio), también es aconsejable en los reconocimientos.
- Procurar que pase un tiempo entre un deseo y su satisfacción.
- El reconocimiento puede referirse a tareas cumplidas o a etapas del proceso, en relación al esfuerzo del hijo

No debemos olvidar una parte muy importante que debemos cultivar en nuestros hijos, la obediencia, entendida como virtud cuando se cumple porque se reconoce la autoridad de la persona que manda.

Sin embargo, en ocasiones no sabemos dar razones a nuestros hijos sobre los valores por los que deben obedecer a la autoridad (de maestros, autoridades civiles y principalmente de los padres).

Los motivos para ser obedientes

- Dar a conocer a nuestros hijos que obedecer a los padres, es buscar el propio bien, ya que ellos buscan que los hijos se desarrollen plenamente.
- La obediencia apoya a la fortaleza y perseverancia en la búsqueda de los fines que nos planteamos en nuestra vida.
- El niño pequeño obedece porque reconoce la autoridad de los padres, y eso le da seguridad, cariño, un sentido de estar a gusto.
- A partir de los 5 años comprenden la necesidad de las reglas del juego y es más fácil que las cumpla. Hay que combinar la exigencia hacia los hijos con la explicación del por qué se le pide.

- A partir de los 13 años, la obediencia es una consecuencia de una actitud reflexiva; y los motivos para obedecer deben coincidir con los valores que los jóvenes empiezan a vivir más conscientemente, como la justicia.
- Debemos ayudar a los hijos a aprender a obedecer a las autoridades ajenas, empezando por no desprestigiarlas, como cuando nuestros hijos nos dicen algo sobre su maestra y nosotros respondemos: “no le hagas caso, tu maestra está loca”.
- Buscar la obediencia en función de la autoridad porque la posee y porque la ejerce.

La obediencia se facilita si…

- Los padres actúan ordenadamente, es decir, sin cambiar de acuerdo a su estado de ánimo.
- Dando información clara al hijo sobre lo que queremos y asegurarnos que nos ha entendido: decirle cuándo y, quizá, cómo debe cumplir.
- Transmitirles el no quedarse con lo mínimo, sino motivarlos a hacer más de lo estrictamente necesario.
- Tener la capacidad de observación y sensibilidad para detectar los factores que produzcan una actitud rebelde y desobediente en los hijos.
- Sabemos que tenemos el derecho a ser obedecidos, pero más interés tendrán los hijos en obedecer en cuanto sepan que nos damos cuenta de sus esfuerzos.

Los padres tenemos una autoridad formal para poder educar a los hijos y ejercerla. La autoridad de los padres debe ser:

1. Una influencia positiva que sostiene y acrecienta la autonomía y la responsabilidad de cada hijo.
2. Un servicio a los hijos en su proceso educativo-formativo.
3. Un servicio que implica el poder de decidir y de sancionar.

4. Una ayuda, que consiste en dirigir hacia la participación de los hijos en la vida familiar y en orientar su creciente autonomía con responsabilidad.
5. Un componente esencial del amor a los hijos que se manifiesta de modos diversos en diferentes circunstancias, en la relación padres-hijos.

Cuando los padres no ejercemos la autoridad razonablemente, será probable que los hijos no crean necesario obedecer ni a sus padres ni a ninguna otra autoridad.

DUDAS Y COMENTARIOS

(15 min.)

Este espacio es para que se puedan responder aquellas dudas que tengan los participantes o escuchar comentarios que puedan enriquecer el tema.

ACTIVIDAD EXPERIENCIAL

(20 min.)

Objetivo:

Evaluar los niveles de obediencia de los hijos y descubrir las causas.

Tamaño de Grupo:

30 participantes.

Material:

Hojas blancas (de doble uso o de papel imprenta), lápices o colores.

Desarrollo:

Se dividirá el grupo en 6 equipos de 5 personas cada uno y se comentarán en cada grupo las motivaciones y correcciones que como padres debemos realizar con nuestros hijos. Posteriormente cada equipo compartirá las conclusiones a las que llegaron.

Te puedes apoyar en el siguiente cuadro y darlo a conocer a los grupos para que les sea más práctico.

EVALUACIÓN

(15 min.)

Entregar a los participantes el formato de evaluación de la sesión y dar el tiempo necesario para que lo contesten.

TAREA Y PROPÓSITO

(10 min.)

Propiciar una conversación y acuerdos cordiales con el esposo(a) y con los hijos para establecer un “reglamento de casa”.

MATERIAL DIDÁCTICO

Pliegos de papel rotafolio y marcadores, o

pizarrón y gises, o

pintarrón y marcadores,

hojas blancas (de doble uso o de papel imprenta).

Lápices o colores

6. FORMACIÓN DEL AMOR Y LA SEXUALIDAD

6.1 ¿QUÉ ES EL AMOR? DIMENSIONES AFECTIVA Y VOLITIVA

INTRODUCCIÓN Y DIAGNÓSTICO
(15 min.)

Vamos a comenzar hoy recordando un poco lo visto la sesión anterior, ¿Quién se acuerda de qué trató? ¿Qué significa motivar a los hijos? ¿Qué significa corregir a los hijos? ¿Qué fue lo que más les gustó de la sesión pasada? ¿Recuerdan que tenían una pequeña tarea? ¿Quién hizo su tarea? ¿Hubo algún cambio con en el establecimiento de un reglamento familiar? ¿Crees que te fue útil? ¿Por qué? (hacer las preguntas que sean necesarias para favorecer la participación y saber si hicieron su tarea). Recuerda la importancia de hacer las preguntas dirigidas a los participantes, es decir, no hacer la pregunta al aire, sino pedirle a alguien en específico que nos responda para que participen todos los miembros del grupo.

Hoy comenzaremos un módulo en el que trataremos el tema de formar para el amor y la sexualidad en la familia, ya que nos encontramos ante un ambiente social influenciado por los medios de comunicación y grupos sociales, hacia una vivencia de la sexualidad de una manera desordenada, que atacan directamente a las familias, las que deben estar al pendiente (más que antes), de las influencias negativas.

Por lo tanto este módulo se desarrollará en tres sesiones, donde abordaremos lo que realmente es el amor y su educación en la familia, así como lo que tantas veces nos hemos preguntado como papás: ¿cómo formar en la sexualidad?

Comenzaremos hoy recopilando las opiniones que hay en el grupo sobre los que significa el amor. Te puedes apoyar del siguiente cuadro:

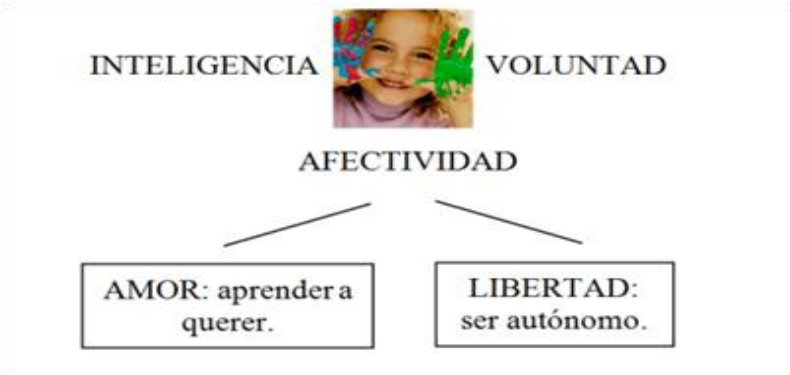
¿Qué es el amor?		
Para mí	**Para la sociedad**	**Para los medios de comunicación**
*	*	*

Es común que las personas usemos la palabra "amor" con cierta regularidad, pero por esta misma situación provocamos que se vaya perdiendo el sentido verdadero y completo que posee esta palabra tan pequeña, lo que ha provocado que no sepamos trasmitirlo adecuadamente a nuestra familia. Ustedes nos han compartido lo que significa el amor, y lo que perciben sobre el significado que dan la sociedad y los medios, ahora entre todos redescubriremos el sentido del amor y su relación con la inteligencia y la voluntad (que son las características que nos hacen ser personas). ¿Estamos interesados?

DESARROLLO

(45 min.)

Para hablar del amor en las personas, es importante que recordemos sus dimensiones más importantes:



La formación y educación como tal, es un proceso que ayuda a la persona a ir creciendo y mejorando cada día en el amor y la libertad, porque…

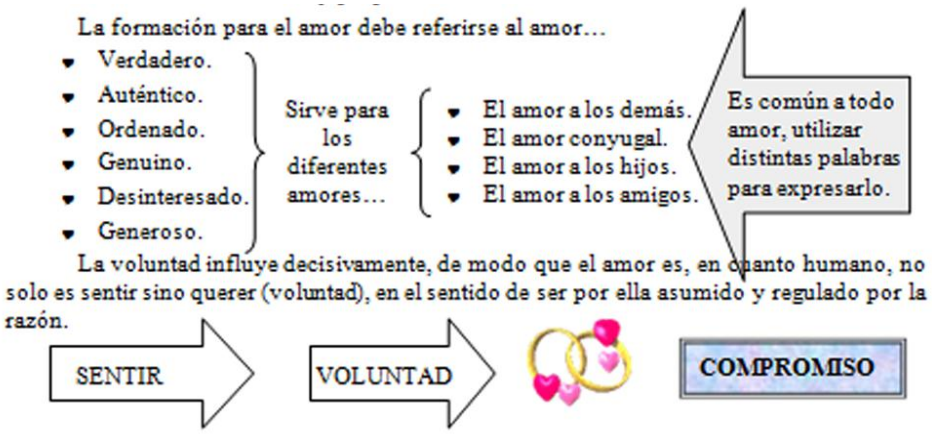
I. La libertad del hombre es un proceso de mejora en el que se van ganando autonomía y responsabilidad (derechos y obligaciones), para servir mejor a los demás, tratando de superar las limitaciones internas y externas.

II. La formación para el amor consiste en mejorar la capacidad de dar y recibir, pues el amor implica darse y hace referencia a una relación interpersonal (entre personas), por lo tanto podemos decir que, hay amor si hay voluntad de dar.

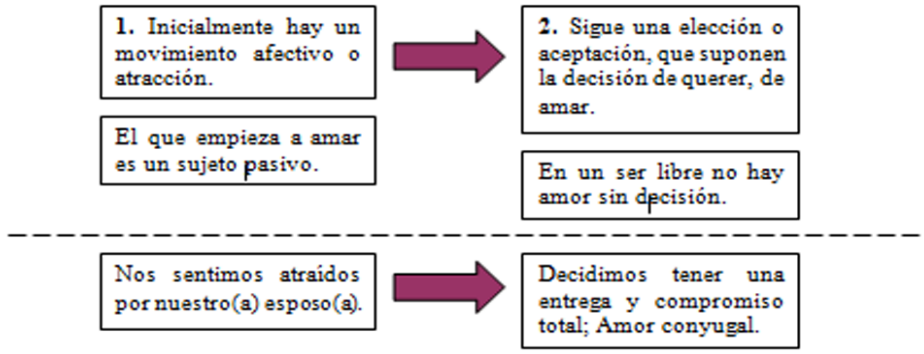
Sin embargo hace falta que lleguemos a una cuestión muy importante ¿en qué consiste el amor? Ustedes mencionaban que el amor es... (Recordar lo anotado en el papelote sobre las aportaciones que nos dieron los participantes y hacer una relación de lo que dijeron con lo que se menciona a continuación sobre el amor).

Desde el punto de vista del ser humano, "el amor es la primera reacción de su sentir y de su voluntad, que se complace en el bien", es decir, el bien amado es una persona cuyo bien se quiere; una persona a la que se quiere con actitud de servicio, manifestado en detalles, y de la que se espera correspondencia.

En el interior de cada persona hay una lucha entre el afán de dominio (posesión), y el afán de servicio (entrega). El amor exige que en esta lucha el amor triunfe en el afán de servicio. Sin esta actitud no hay propiamente amor.

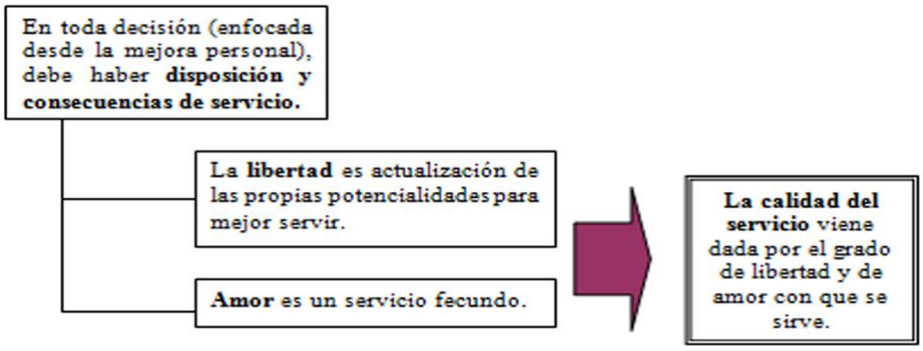


Para llegar a una decisión de comprometerse con otra persona por amor, generalmente se dan los siguientes pasos:



Es muy importante enseñar hoy que el amor y la libertad, no pueden separarse, ya no es posible amar sin libertad y sin responsabilidad, es decir, como un esclavo. Amor y libertad coinciden en la decisión.

Por lo tanto, enseñar a decidir es un aspecto central en la formación de la libertad y del amor, supone tener situaciones para tomar diversas decisiones a cualquier edad, para tener un mayor autodominio, para un mejor servicio.



La formación de la libertad y del amor requieren enseñar a servir: Acostumbrar a hacer libremente algo por los demás, poniendo mucho cariño en esos detalles de servicio.

Se enseña a servir:

- Aprovechando cada situación como oportunidad de servir.
- Sin pereza.
- Sin desgano.
- Con atención.
- Con iniciativa.
- Con alegría.
- Con el buen ejemplo.

DUDAS Y COMENTARIOS

(15 min.)

Este espacio es para que se puedan responder aquellas dudas que tengan los participantes o escuchar comentarios que puedan enriquecer el tema.

ACTIVIDAD EXPERIENCIAL

(20 min.)

Se realizará la dinámica “El rey pide”.

Objetivo:

Analizar las características del servicio a los demás para establecer la manera de formar y educar en el amor y la libertad orientada al servicio.

Tamaño de Grupo:

30 participantes.

Material:

No es necesario

Desarrollo:

Se pide un voluntario del grupo el cual será “el rey” y durante 5 minutos tendrá la oportunidad de pedir al grupo lo que él quiera (objetos u

acciones), diciendo; “El rey pide. Todos se levantan, el rey pide: tráiganme una manzana, quiero tu sweater, den una vuelta al salón, etc.

Al terminar el tiempo el rey dirá su experiencia y también el resto de grupo (súbditos), acerca de cómo se sintieron sirviendo al rey.

Hacer una reflexión final sobre la importancia de tener una actitud positiva al servicio de forma desinteresada y por voluntad propia.

EVALUACIÓN

(15 min.)

Entregar a los participantes el formato de evaluación de la sesión y dar el tiempo necesario para que lo contesten.

TAREA Y PROPÓSITO

(10 min.)

Contestar de forma escrita (de preferencia), las siguientes preguntas y comentarlas con su esposo o esposa:

- ¿Qué es el amor?
- ¿Cómo puedo acrecentarlo y promoverlo con mi esposo(a) e hijos?
- ¿Cómo puedo formar para el amor y la libertad a mis hijos? Trata de dar ejemplos claros.

MATERIAL DIDÁCTICO

Pliegos de papel rotafolio y marcadores, o
pizarrón y gises, o
pintarrón y marcadores.

6.2 FORMAR PARA EL AMOR EN LA FAMILIA: BINOMIO DAR-RECIBIR

INTRODUCCIÓN Y DIAGNÓSTICO
(15 min.)

Vamos a comenzar hoy recordando un poco lo visto en la sesión anterior, ¿Quién se acuerda de qué trató? ¿Qué es el amor? ¿Cómo se forma en el amor? ¿Cómo se forma en la libertad? ¿Qué fue lo que más te gustó de la sesión pasada? ¿Recuerdan que tenían una pequeña tarea? ¿Quién hizo su tarea? ¿Tienes alguna duda de lo que platicamos la sesión pasada? ¿Crees que te fue útil? ¿Por qué? (hacer las preguntas que sean necesarias para favorecer la participación y saber si hicieron su tarea

Continuando con el tema de la formación del amor y la sexualidad, nos centraremos en la importancia de la formación del amor en la familia a través de la enseñanza del binomio dar – recibir, para lo cual les platicaré una pequeña anécdota:

A menudo aprendemos mucho de nuestros hijos. Hace algún tiempo, un amigo mío regañó a su hija de tres años por gastar un rollo de papel de envolver dorado. No andaba muy bien de dinero y se enfureció cuando la niña trató de decorar una caja para ponerla bajo el árbol de Navidad. A pesar de ello, la pequeña llevó el regalo a su padre a la mañana siguiente, y dijo: "Esto es para ti, papá".

Él estaba turbado por su excesiva reacción anterior, pero se molestó de nuevo cuando vio que la caja estaba vacía. "¿No sabes que cuando le das a alguien un regalo se supone que debe haber algo dentro?", le dijo.

La pequeña lo miró con lágrimas en los ojos y dijo: "Oh, papá. No está vacía. He echado besos en la caja. Todos para ti, papá".

El padre estaba hecho polvo. Rodeó con sus brazos a su pequeña y le pidió que le perdonara. Mi amigo me dijo que conservó esa caja dorada junto a su cama durante años. Siempre que estaba descorazonado, sacaba un beso imaginario y recordaba el amor de la niña que los había puesto allí.

Realmente, a todos nosotros, como padres, se nos ha dado una caja dorada llena de amor incondicional y besos de nuestros hijos. No hay posesión más preciosa que nadie pueda tener.

Por amor, la formación consiste entre otras cosas, en aprender a dar, en desarrollar intencionalmente nuestra capacidad de entrega. Porque un verdadero aprendizaje nos servirá para optar, en donarnos (nosotros mismos) a los demás, pues en la entrega se manifiesta el verdadero amor.

Aprendemos a darnos: Dando; bajo la condición de un darnos cargado de amor, desposeído de torcidas o interesadas intenciones, con el único afán de servir.

DESARROLLO

(55 min.)

Uno de los grandes objetivos del aprendizaje es ejercitarnos en dar, porque se es capaz de querer. Pero nuestra posibilidad de dar no depende solo de nosotros, sino también de la necesidad de recibir de los demás, y a la inversa.

¿Cómo podría dar una persona que no recibe nada?, ¿qué recibir sería ése, incapaz de corresponder dando algo?

Somos capaces de dar en función de las necesidades de los demás, y siempre, de un modo o de otro, esperamos recibir algo que –seamos conscientes, o no, de ello- necesitamos.

¿Cómo enseñar a dar?	¿Cómo enseñar a recibir?
↳ Al principio es dar de una manera interesada, que con el tiempo se vuelve formativo, sobre todo en niños de 3 a 4 años. ↳ A través de cosas materiales, que le costará desprenderse y de poca utilidad para quien las recibe. Es un proceso gradual en función de los gustos, del interés, de lo que realmente necesitan los demás. ↳ No es tanto lo que se da, sino más bien el modo de darlo: Con desprendimiento, oportunamente, generosidad, respeto y amor. ↳ Dar lo que no perjudica al otro, lo que le ayudará a mejorar. ↳ Dar cuando nos lo agradecen y cuando no. Dar siempre.	↳ Motivar la capacidad de agradecer, ya que recibimos muchos regalos y servicios, y que la mayoría de las veces no es obligación de los demás brindárnoslas. ↳ Ayudando a aceptarse a uno mismo. Hacerle ver a cada hijo, desde pequeño, lo que ha ido recibiendo y de quien lo ha recibido; porque él puede mejorar y puede contribuir también a que algo mejore a su alrededor. ↳ Aprender a agradecer la vida como seres humanos únicos e irrepetibles. ↳ Descubrir y reconocer que estamos recibiendo constantemente.
El desarrollo intencional de la capacidad de recibir se apoya en:	
⇳ Aprovechar cualquier ocasión (permitida), para que reflexionen los hijos porque aceptamos algunas cosas y otras debemos rechazar. ⇳ Recibir del hogar los bienes materiales e inmateriales, buscando la finalidad de éstos mismos, sin acostumbrarse a tomarlos rutinariamente. ⇳ Dar a los hijos: Buen ejemplo y una información valiosa, sugerente y continua. ⇳ **Si recibo es para dar, permitiéndome crecer en el amor.** 	

El amor en las etapas evolutivas

La formación para el amor puede (y debe), empezar a edades muy tempranas.

Y no debe limitarse al ejemplo de cómo los padres se quieren entre sí y de cómo quieren al hijo. Los hijos necesitan de sus padres, acorde a su edad, información adecuada y exigencia comprensiva respecto a algunas cuestiones importantes como son: Decidir, servir, dar y comprender, entre otras.

INFANCIA	 - En esta etapa del desarrollo personal en el amor, solo hay que recibir (el niño lo espera y recibe todo). - Solo puede dar sonrisas y agradecimiento, no hay todavía compromiso. - Necesita sentirse querido, porque se alimenta de cariño. - Enseñar poco a poco a dar: Saber agradecer y corresponder con pequeñas muestras de generosidad. - Fomentar el saber dar valor a las cosas y el advertir lo que necesitan los demás o lo que les agrada o les disgusta. - Brindarle solo lo que necesita con comprensión eficiente (evitar la sobreprotección). - Fomentar el ejercicio de las virtudes como: Sinceridad, valentía, generosidad, servicio y sobriedad. - Dar una información adecuada acerca de aquello que necesiten para tomar buenas decisiones y para servir mejor. - La información sexual corresponde darla a los padres (como derecho y deber), siendo pronta, prudente, oportuna, individual, graduada y sincera. Debe hacerse con naturalidad, sin excederse, referida a lo espiritual y relacionada con el amor. - La tercera infancia es la oportunidad para influir positivamente en sus hijos, no reduciendo su información exclusivamente a lo sexual, sino extendiéndola a otros muchos aspectos del amor. - Como padres debemos estar alertas de las influencias ambientales que influyen en nuestros hijos y poder llegar a tiempo en la información y FORMACION sexual. - La formación de la obediencia forma parte del adiestramiento de la libertad y del amor. Por lo que debemos enseñar a obedecer como seres libres.
ADOLES-CENCIA	 - Necesita seguir aprendiendo a dar y recibir. - El amor empieza como un ideal, se enamoran del amor. Es cuando pueden escribir maravillosamente en su diario. *Recomendaciones: Darles la oportunidad de tenerlo y cuidar su intimidad.* - Recordemos que es una época de cambios bruscos y desorientación, por lo que debemos seguir estimulando su generosidad ayudándolo a concretar (llevar a la práctica), sus ideales en servicios concretos. - Encausar con claridad cómo enlazar el contexto del amor en el día a día, aún en las situaciones crudas o difíciles de la vida. - Valorar los éxitos y acompañar en los traspiés. - Ayudarle a captar de las circunstancias (propias y ajenas), lo positivo o lo negativo, aclarar ideas y fomentar la congruencia de vida. - Necesitan aprender a servir con dignidad humana, a respetarse y a respetar, distinguir entre darse y abandonarse; a encontrar una persona en quien

	confiar. - Deben recibir información (sin dramatismos, ni ingenuidades), sobre las influencias del ambiente y en especial de las costumbres degradadas. - Con sobriedad necesitan argumentos claros, a su nivel de madurez afectiva, frente a los diversos peligros de corrupción a los que están expuestos. Recuerda que la ayuda innecesaria es una limitación. - Hay que darles argumentos de ley natural (lo que por naturaleza podemos hacer), ante cuestiones como las relaciones prematrimoniales, amor libre, etc. - Ayudarles a que puedan distinguir con claridad que en la relación mujeres-hombres puede haber: Simple atracción, una relación de amor o de amistad y cuáles son las implicaciones de cada uno.
AMOR ADULTO	- Nos referimos al amor que concedemos a los demás y primordialmente el que se brindan los esposos, que conlleva diversas etapas de la madurez personal. - Su característica esencial es un servicio fecundo y realista, así como la responsabilidad y la generosidad que coinciden en la libertad y en el amor en crecimiento. - El amor verdadero es salir de sí mismo y entregarse. - La formación de la libertad para el amor en personas casadas, requiere haber alcanzado un nivel aceptable de responsabilidad autónoma (frente a las influencias ambientales), y de generosidad (frente al egoísmo). - Las desviaciones o patologías del amor tienen su origen en una falta de unidad, o en la reducción del todo o parte, de lo que es el amor.

La finalidad de formar en el amor a niños, adolescentes y adultos, es: Instruirlos en amar, es decir, optar por lo que engrandece a la persona y ser generoso en el dar y recibir. La formación para el amor se apoya en cuatro principios básicos.

1. Sentido de totalidad. Ver a la persona en todas sus dimensiones: Intelectual, afectiva, espiritual, social y material (cuerpo).

2. Sentido de unidad. Cuando actuamos lo hacemos como seres integrales, con nuestras dimensiones, es decir, no dejamos de pensar cuando se hace ejercicio, o no se deja de querer a la familia por convivir con los demás.

3. Sentido de servicio. Actuar sin egoísmo, con espíritu de servicio a los demás, pues somos seres sociales por naturaleza.

4. Sentido de autonomía y de responsabilidad. Referido a la formación de la libertad, que ayuda a comprender la expresión que vincula libertad y amor: “Libertad para amar”.

DUDAS Y COMENTARIOS

(15 min.)

Este espacio es para que se puedan responder aquellas dudas que tengan los participantes o escuchar comentarios que puedan enriquecer el tema.

ACTIVIDAD EXPERIENCIAL

(20 min.)

Objetivo:

Discutir sobre la manera de formar a los hijos en el amor, es decir, para dar y recibir en familia y con las personas que les rodean.

Tamaño de Grupo:

30 participantes.

Material:

No se necesita ningún material.

Desarrollo:

Dividir al grupo en 6 equipos de 5 personas, 3 equipos discutirán sobre cómo se puede formar a los niños para que aprendan a dar (poniendo ejemplos), y los otros 3 discutirán sobre cómo podemos formar en recibir (dando ejemplos).

Al final se realizará una puesta en común de los diferentes equipos y los acuerdos a los que llegaron.

NOTA: Otra forma es que se reflexione sobre cómo fomentar acciones que incrementen la vivencia del dar y recibir, dos equipos en los niños, dos en los adolescentes y los otros dos en la pareja. Y al final una plenaria para compartir las propuestas.

EVALUACIÓN

(15 min.)

Entregar a los participantes el formato de evaluación de la sesión y dar el tiempo necesario para que lo contesten.

TAREA Y PROPÓSITO

(10 min.)

Contestar de forma escrita (de preferencia), las siguientes preguntas y comentarlas con su esposo o esposa:

- ¿Cómo puedo formar en el amor a los miembros de mi familia?
- ¿Cuáles acciones se pueden implementar para vivenciar más el dar y recibir entre los miembros de mi familia?

MATERIAL DIDÁCTICO

Pliegos de papel rotafolio y marcadores, o

pizarrón y gises, o

pintarrón y marcadores.

6.3 ¿QUÉ ES LA SEXUALIDAD Y CÓMO FORMAR PARA UNA VIVENCIA ADECUADA?

INTRODUCCIÓN Y DIAGNÓSTICO
(15 min.)

Vamos a comenzar hoy recordando un poco lo visto la sesión anterior, ¿Quién se acuerda de qué trató? ¿Qué implica la formación para el amor? ¿Qué fue lo que más te gustó de la sesión pasada? ¿Recuerdan que tenían una pequeña tarea? ¿Quién hizo su tarea? ¿Hubo algún cambio en los medios utilizados para educar y formar a tus hijos en el amor? ¿Tienes alguna duda de lo que platicamos la sesión pasada? (Hacer las preguntas que sean necesarias para favorecer la participación y saber si hicieron su tarea).

Para concluir con el módulo VI hablaremos de lo que es la sexualidad, así como la forma de vivirla y transmitirla a nuestra familia. Recordemos, primero, que nos encontramos en un ambiente social en el cual el tema SEXO -en sentido reducido-, ha dejado de ser tabú (prohibido), y se habla abiertamente, sin embargo hemos llegado al extremo opuesto en el que gran parte de la conducta humana es referida a la sexualidad (meramente disminuida a la genitalidad), ya que la música, programas de televisión, revistas, moda, Internet, amigos y un largo etcétera, nos hablan solo de sexo. Hemos perdido como sociedad el equilibrio y la óptica mesurada ante este tema, pues se ha descontextualizado, es decir, lo sacamos del lugar donde tiene un sentido pleno; para relacionarlo con todo lo que conocemos.

Como padres de familia tenemos, por tanto, una gran responsabilidad de asumir nuestro deber y ejercer nuestro derecho como principales educadores y formadores de nuestros hijos, para poder recobrar el verdadero sentido de la sexualidad humana y su ejercicio pleno en el desarrollo de la persona.

Antes de comenzar con lo que es el tema, hagamos un pequeño recordatorio de lo que escuchamos normalmente sobre la sexualidad, en los diferentes medios donde nos desenvolvemos. Te puedes apoyar del siguiente cuadro para registrar las aportaciones de los participantes.

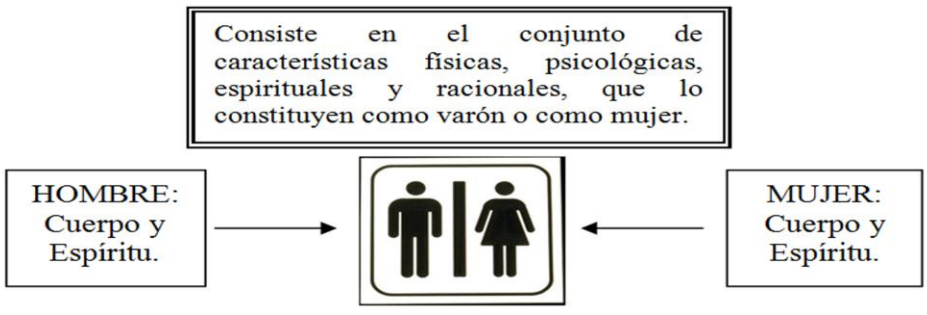
¿Qué es la sexualidad?	¿Dónde lo he escuchado?	¿Qué es el sexo?	¿Dónde lo he escuchado?
¿Cuál es el fin de la sexualidad?	¿Dónde lo he escuchado?	¿Es necesario estar casados para tener sexo?	¿Dónde lo he escuchado?

Al hablar de este tema encontrarás cierta resistencia de algunos padres, sin embargo, es importante la confianza que puedan tener en ti para que se pueda tener una sesión participativa. Seguramente tendrás respuestas que te podrán servir como ejemplos en el desarrollo del tema, es importante que los puntos aportados por los participantes en esta oportunidad sean aclarados (si no puedes hacerlo tú, podrás invitar a tu Orientador Familiar, recuerda que no somos poseedores de todos los conocimientos).

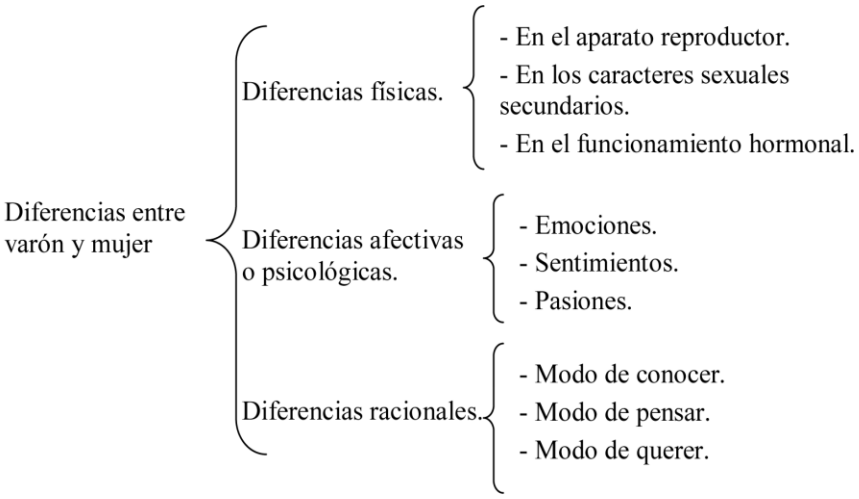
DESARROLLO

(55 min.)

Vamos a comenzar por aclarar lo que es **Sexualidad de la persona Humana:**



Hablamos, por lo tanto, de dos formas distintas de ser igualmente persona humana, o dos modalidades diferentes. Por lo tanto la diferencia entre varón y mujer es en la totalidad de la persona y no solamente en su cuerpo, como lo veíamos al principio de este programa en el tema de las diferencias sexuales entre varón y mujer, en donde enlistamos las diferencias referidas a:



Sin embargo no son diferencias para distinguirse o alejarse, sino precisamente para complementarse, puesto que cada uno tiene algo propio qué aportar al otro, y de lo que el otro carece. De este modo la UNIDAD del hombre y la mujer les ofrece una mayor posibilidad de perfeccionamiento, por el intercambio de esas diferencias.

La primera razón de la complementariedad es la igualdad como personas humanas, es decir, igualdad en dignidad y en los derechos fundamentales.

La sexualidad es uno de los muchos aspectos de la personalidad que requiere de educación-formación, al igual que la libertad, y otras características específicamente humanas; por lo tanto, la sexualidad no

puede y no debe desligarse del amor y la ética, pues la conducta del ser humano, por ser libre, tiene un sentido ético, positivo o negativo, y el ejercicio de la libertad no puede sustraerse de esa realidad. La educación de la sexualidad ha de hacerse en el contexto de la formación para el amor (que corresponda a su dignidad como personas).

La formación de la sexualidad implica una ardua y delicada tarea en formar a la persona en sus criterios y hábitos; implica una formación de la libertad, las virtudes humanas, la capacidad de amar y esencialmente formación de la conciencia ética (decidir de entre dos cosas buenas, la mejor).

Dentro de la educación y formación de la sexualidad hay un aspecto muy importante (aunque no el único), que es lo que hay que Informar a los niños, cómo y cuándo.

La INFORMACIÓN sobre cuestiones relacionadas con la sexualidad debe:

- Comenzar desde la primera infancia brindada de manera muy natural, a raíz de acontecimientos en la familia o conocidos, como un nuevo embarazo.
- La información debe ser gradual (progresiva), es decir, dar solamente la información necesaria para ese momento.
- Entre los 2 y 3 años de edad, los niños deben saber en qué consiste la principal diferencia corporal entre niños y niñas (por ejemplo relacionándolo con la forma de orinar). A través de observar a hermanitos o bebés al cambiarles el pañal.

- Después conviene que comprendan que los papás y las mamás son, al igual que los niños y niñas, distintos.
- Cuando los niños ya distinguen esta diferencia básica, convendrá informarles acerca de dónde estaban antes de nacer, es decir, de dónde vinieron; explicándoles que “antes de nacer estuvieron en el vientre de su mamá, donde los bebés comienzan a desarrollarse en un ambiente cálido y seguro de todo riesgo”.
- A la edad de 3 o 5 años, el niño necesita saber cómo nació. Habrá que explicarles de modo sencillo, sin mayores detalles, cómo el

cuerpo de la madre, al igual que está preparado para acoger, proteger, nutrir y ayudar al bebé, está perfectamente diseñado para enviarlo al exterior de ella y que emprenda su propia vida.

Antes de continuar, es necesario hacer algunas observaciones:

1. Hay que explicar con la VERDAD (sin historias fantásticas).
2. Decir las cosas con delicadeza y naturalidad.
3. Recordar siempre que la sexualidad humana es algo bueno.

- Cuando la información anterior ya ha sido conocida y entendida por el niño, ya podemos explicarle cómo se engendra o conciben los niños. Se recomienda que se utilicen las palabras papá, mamá, hijo o hija y que no sea solo una explicación biológica sino que se ligue al amor (No perdiendo de vista la edad de los niños y la forma sencilla, natural y oportuna de dar la información).
    - Explicar cómo los esposos, porque se aman, sienten la necesidad de expresárselo de mil formas y de sentirse muy unidos, y cómo ese amor les lleva a unir sus cuerpos, precisamente a través de los órganos genitales (que los niños ya identifican), unión en la cual el papá deposita dentro del cuerpo de la mamá "la semilla de sí" (espermatozoide), donde esta semilla se encuentra y se une con la semilla de la mamá (óvulo), y así unidas estas 2 semillas, comienza a existir un nuevo hijo en el vientre de la madre, de donde nueve meses después nacerá.

- Más adelante habrá que explicar a las niñas lo que es la menstruación y a los niños las poluciones nocturnas, así como las transformaciones que sufrirán sus cuerpos. Conviene que las mamás expliquen a las niñas y los papás a los niños.

Importancia de la formación en la educación de la sexualidad

1. En primer lugar, es muy importante hacer una buena educación de la libertad.

a. Que los hijos aprendan a pensar antes de decidirse a actuar.

b. Ponderen (evalúen), las posibles consecuencias, positivas o negativas, que podrán tener sus actos.

c. Decidan en consecuencia buscando siempre el verdadero bien, el bien mayor.

d. Entiendan que deben responder a sus actos y asumir las consecuencias de los mismos.

2. Educar y formar las virtudes humanas relacionadas con el ejercicio de la sexualidad, para entenderla como algo bueno, limpio, maravilloso que participa de la dignidad de la persona:

a. Prudencia.
b. Templanza.
c. Justicia.
d. Fortaleza.
e. Pudor.

3. Formar a los hijos para el amor.

a. Enseñarles a amar: Dar y recibir.

b. A preferir el bien de la persona que aman.

c. Respetarse a sí mismos y respetar a las otras personas, de modo especial a quienes pertenecen al sexo complementario.

4. Es necesario que la formación abarque el sentido ético de la conducta sexual.

a. Los comportamientos en este tema no son nunca indiferentes, o son buenos o no lo son, y de una u otra manera afectan a la persona, porque dejan una huella en su afectividad.

5. Que tengan claros los fines naturales de la sexualidad.

a. Dejar clara la estrecha y necesaria relación que existe entre: Sexualidad – matrimonio – amor conyugal – origen de la vida humana.

DUDAS Y COMENTARIOS
(15 min.)

Este espacio es para que se puedan responder aquellas dudas que tengan los participantes o escuchar comentarios que puedan enriquecer el tema.

ACTIVIDAD EXPERIENCIAL
(20 min.)

Desarrollaremos la actividad llamada “No escuchar”.

Objetivo:

Observar las dificultades en la comunicación, qué actitudes tomamos las personas, tanto para escuchar como para ser escuchados y sin que suceda lo que esperamos, y qué sentimos cuando no nos escuchan.

Reflexionar sobre la actitud que tenemos cuando hablamos y sobre las actitudes que necesitamos para sentirnos escuchados.

Tamaño del Grupo:

30 participantes.

Material:

No se necesita ninguno.

Desarrollo:

Se divide al grupo en dos subgrupos, a los cuales el animador dará una serie de indicaciones para que cada uno de los grupos desempeñe. Uno de los subgrupos va a desempeñar el papel de no escuchar. Intentarán cambiar de tema sin escuchar al compañero, e incluso, sin acompañar la conversación. El otro subgrupo intentará contar su problema “muy personal”, sin saber la reacción de sus propios compañeros.

Una vez entendidos sus roles a desempeñar, se formarán parejas de distintos grupos. Los dos integrantes intentarán actuar según el papel que les ha sido asignado (“el que cuenta el problema” o “de no ser escuchado”.

Estableceremos un tiempo para reflexionar sobre los sentimientos de los dos subgrupos, tanto de los que contaban el problema, como de los integrantes del grupo que no escuchaban y hacer referencia a nuestras actitudes cuando hablamos y escuchamos a nuestros hijos en temas de educación sexual.

EVALUACIÓN

(15 min.)

Entregar a los participantes el formato de evaluación de la sesión y dar el tiempo necesario para que lo contesten.

TAREA Y PROPÓSITO

(10 min.)

Contestar de forma escrita (de preferencia), las siguientes preguntas y comentarlas con su esposo o esposa:

- ¿Qué puedo hacer para mejorar la información sexual que tienen mis hijos?
- ¿Qué puedo hacer para mejorar la formación sexual que tienen mis hijos?

MATERIAL DIDÁCTICO

Pliegos de papel rotafolio y marcadores, o
pizarrón y gises, o
pintarrón y marcadores.

7. EL MATRIMONIO Y SUS IMPLICACIONES

7.1 EL MATRIMONIO Y EL AMOR ENTRE ESPOSOS

INTRODUCCIÓN Y DIAGNÓSTICO
(15 min.)

Vamos a comenzar hoy recordando un poco lo visto la sesión anterior, ¿Quién se acuerda de qué trató? ¿Cómo podemos formar a nuestros hijos para una vivencia recta de la sexualidad? ¿Por qué es necesario informar? ¿Qué fue lo que más te gustó de la sesión pasada? ¿Recuerdan que tenían una pequeña tarea? ¿Quién hizo su tarea? ¿Hubo algún cambio con respecto a la forma de hablar de la sexualidad con sus hijos? ¿Crees que te fue útil? ¿Por qué? (Hacer las preguntas que sean necesarias para favorecer la participación y saber si hicieron su tarea. Recuerda la importancia de hacer las preguntas dirigidas a los participantes, es decir, no hacer la pregunta al aire, sino pedirle a alguien en específico que nos responda para que participen el mayor número de integrantes del grupo).

A lo largo de las sesiones que hemos compartido juntos, se ha dialogado sobre temas muy importantes, como la grandeza que tenemos como personas y nuestras características, sobre cómo es posible entender a nuestros hijos y ayudarlos conociendo las particularidades de cada etapa, sin dejar pasar la importancia de la formación de las virtudes en casa y el correcto ejercicio de la autoridad que tenemos que vivir como padres de familia. ¿Me falta algo más? ¿Qué otra cosa hemos visto? Propiciar la participación de los asistentes para que se haga referencia a la mayoría de los temas vistos.

Sin embargo no hemos tocado un tema fundamental en la escuela de padres, y es el Matrimonio, ¿creen que sea un tema fundamental? ¿Por qué? Anotar las aportaciones de los asistentes en un papelote y colocarlo a la vista del grupo, procurar que sea un buen número de respuestas.

Muchas veces hemos escuchado que la familia es la célula (o la base) de la sociedad, lo que es verdad, entonces si el Matrimonio es el fundamento de la familia, también es este fundamento de la sociedad, porque la base de la familia es el matrimonio.

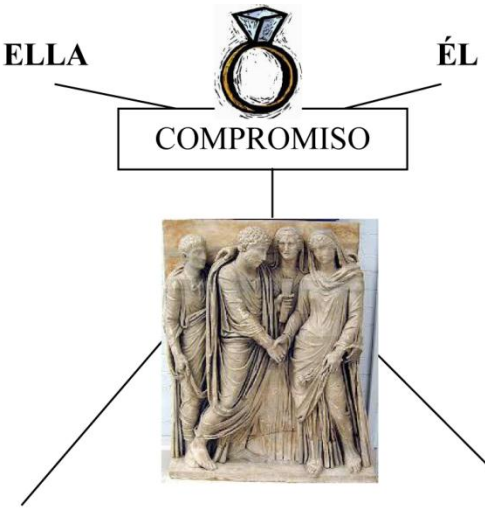
Desafortunadamente, nos encontramos en una sociedad que nos dice o nos fomenta ideas en las que se ridiculiza al matrimonio. ¿Cuántas frases hemos oído que desacreditan al matrimonio? ¿Qué es lo que le decimos a las parejas cuando nos dicen que se van a casar, los felicitamos? ¿Cuántos programas o telenovelas hacen ver a la esposa como la mala del cuento? ¿Has escuchado alguna canción que fomente la infidelidad o las relaciones sin compromiso? (Puedes poner los ejemplos que se conozcan más es tu localidad). Éstos son solo unos ejemplos en los que por moda o por tradición nosotros mismos hemos desprestigiado al Matrimonio. Es por esto, que hoy hablaremos sobre él y TODO lo que implica formarnos, para recordar lo que significa y demos testimonio a nuestros hijos del amor de sus padres.

Para el desarrollo de este tema, lo dividiremos en dos partes: Lo que es el matrimonio en sí y lo que es el amor entre esposos o amor conyugal.

DESARROLLO
(55 min.)

Comenzaremos diciendo que el Matrimonio es una institución de carácter público e interés social, por medio del cual un hombre y una mujer deciden compartir un estado de vida para la búsqueda de su

realización personal y la fundación de una familia; de acuerdo al código civil de nuestro Estado. La definición anterior implica:



Consentimiento matrimonial, alianza o pacto	Unión conyugal, estado o vínculo, fruto de la entrega

El pacto es un acto voluntario de ambos contrayentes que deciden darse mutuamente (causa), como efecto se da el vínculo matrimonial, por el cual se convierten en esposos y es permanente. Es muy importante que el consentimiento o pacto reúna todas las condiciones necesarias para que pueda darse efectivamente, el vínculo, ya que de no ocurrir así, éste no se daría.

- El vínculo por ser perpetuo y exclusivo, permanece independientemente de que el consentimiento se mantenga.
- En el momento del pacto, el matrimonio queda producido por entero, ya no puede desaparecer.

El Compromiso

Entre los contrayentes se da por una decisión voluntaria de ambos (es decir, libre), de entregarse real y plenamente, de manera recíproca el

uno al otro, en lo que son como persona-varón y como persona-mujer, perteneciéndose mutuamente, entregándose de modo perpetuo (para siempre), y exclusivo (uno con una), y abiertos constitutivamente a la fecundidad y al hogar común necesario para la procreación y formación de los hijos, la ayuda mutua y el complemento de vida.

Sin embargo, si el pacto es incompleto, o si en el "sí" de los contrayentes no hay ni siquiera pacto de ninguna clase, estamos en presencia de un pacto nulo y la ineficacia o inexistencia del pacto, lo que hace que el matrimonio no exista.

Puesto que solo el consentimiento o pacto produce el matrimonio, no puede ser suplido por ninguna potestad humana: Únicamente los contrayentes pueden darlo. Y, a su vez, ese consentimiento tampoco puede ser sustituido por meros comportamientos de los contrayentes. Los abogados hablan de un contrato, porque lo usan como un sinónimo de un acuerdo consensual, producido por la voluntad o consentimiento exclusivo de los contrayentes.

El matrimonio es la unión conyugal comprometida entre varón y mujer, lo que implica:

- Unidad conyugal: Es la unión profunda entre hombre y mujer, referida a la totalidad y plenitud de cada uno y que por naturaleza contiene una complementariedad encaminada a una visión de apertura a la vida, a través de procreación básica.

- Vínculo: Por el vínculo, los esposos son una única unidad convenida y de por vida, de tal manera que; el convivir, las relaciones, diferentes tipos de contrato entre ellos, son una consecuencia de su unidad conyugal.

- Comunidad indivisible de vida: Es la exclusividad de la unión (fidelidad uno al otro), y su indisolubilidad (no se puede disolver o interrumpir).

- Realidad sui generis: Es decir, el matrimonio es una realidad única y por tanto incomparable y singular. Solo el matrimonio se parece al matrimonio.

Pero el solo hecho de ser un pacto y que se establezca un vínculo de por vida, no es la razón de la unión de hombres y mujeres para la fundación de las familias. Ahora hablaremos de un tercer elemento muy importante, el origen de este compromiso: EL AMOR, aunque ahora lo referiremos al amor entre los esposos.

El amor es un hálito que une a las personas, que surge de la intimidad de las mismas y ayuda a su perfeccionamiento; y lo podemos "observar" a través de las obras que realizamos cuando amamos a las demás personas. Y decimos que amamos a alguien porque lo vemos como bueno y podemos decirle: Es bueno que existas, es bueno que estés en el mundo.

Amar es un acto de la voluntad y la inteligencia por el cual se prefiere al otro. Sorprendentemente, el olvido de uno mismo en favor del otro, en vez de acarrear nuestra pérdida, produce el crecimiento del ser. Cuanto más se abre al otro, más se engrandece.

Las características propias y específicas del amor entre los esposos.

1. El amor conyugal se basa en la diferenciación sexual entre varón y mujer, por lo que se ama a la persona del varón precisamente en cuanto es varón y porque lo es; y el amar a la persona de la mujer, precisamente en cuanto es mujer y porque lo es. Este tipo de amor

se distingue de otros en su específico carácter sexual, y por lo tanto, procreador.

2. El amor conyugal es un amor al todo lo que el otro es, ya como virilidad o como feminidad; sin excluir la paternidad o la maternidad.
3. El amor conyugal reúne armónica y cuidadosamente lo personal y lo sexual.

El matrimonio tiene tres fines específicos, que son: La ayuda mutua, la procreación y la educación-formación de los hijos, y la realización conyugal de la inclinación sexual.

Fines del Matrimonio

Ayuda mutua.

* Es una relación recíproca entre los que persiguen complementarse como esposos, brindar y aceptar apoyo; el ayudarse.
* Comprende la unidad de afectos, de consejo, de amparo, de convivencia.

Procreación y educación-formación de los hijos.

La unión matrimonial, en efecto, permite vivir en plenitud el don sincero de una entrega de sí mismo, cuyos frutos son los hijos que, a su vez, son un don para los padres, la familia entera y para la sociedad.

Realización conyugal de la inclinación sexual.

* El matrimonio como unión conyugal se encausa a la realización ordenada de las fuerzas instintivas, emocionales y racionales, que se hayan presentes en la dimensión sexual de los esposos.
* La inclinación sexual se ordena de acuerdo a la dignidad de la persona y cuando se ajusta a la naturaleza de lo conyugal.
* Los esposos aprenden juntos, progresivamente, a vivir su sexualidad en el marco del amor y del respeto mutuo.
* La regla de oro de la sexualidad matrimonial es: Expresar el amor indisolublemente fiel y abierto a la fecundidad.

DUDAS Y COMENTARIOS

(15 min.)

Este espacio es para que se puedan responder aquellas dudas que tengan los participantes o escuchar comentarios que puedan enriquecer el tema.

ACTIVIDAD EXPERIENCIAL

(20 min.)

Objetivo:
Escuchar la canción "El amor" de José Luis Perales para identificar los elementos y fines del matrimonio.

Tamaño de Grupo:

30 participantes.

Material:

Grabadora o reproductor de sonido y CD con la canción.

Desarrollo:

Decir a los participantes que escucharemos atentos una canción para después comentar lo que pensamos o sentimos durante la misma. Una vez que concluya la canción, hacemos preguntas a los participantes sobre las implicaciones y fines del matrimonio que ellos identificaron en la letra. (De no poder contar con reproductor de sonido y CD, leer la letra la canción que se anexa).

EVALUACIÓN

(15 min.)

Entregar a los participantes el formato de evaluación de la sesión y dar el tiempo necesario para que lo contesten.

TAREA Y PROPÓSITO

(10 min.)

Contestar de forma escrita (de preferencia), las siguientes preguntas y comentarlas con su esposo o esposa:

- ¿Qué es el matrimonio?
- ¿Qué es el amor conyugal?
- ¿Qué puedo hacer para aumentar el amor con mi esposo(a)?

MATERIAL DIDÁCTICO

Pliegos de papel rotafolio y marcadores, o

pizarrón y gises, o

pintarrón y marcadores,

copias de la canción “El Amor”.

ANEXO

El Amor

El amor,
es una gota de agua en un cristal,
es un paseo largo sin hablar,
es una fruta para dos.

El amor,
es un espacio donde no hay lugar
para otra cosa que no sea amar,
es algo entre tú y yo.

El amor es llorar cuando nos dice adiós,
el amor es soñar oyendo una canción,
el amor es besar poniendo el corazón,
es perdonarme tú y comprenderte yo.

El amor es parar el tiempo en un reloj,
es buscar un lugar donde escuchar tu voz,
el amor es crear un mundo entre los dos,
es perdonarme tú y comprenderte yo.

El amor,
es una boca con sabor a miel,
es una lluvia en el atardecer,
es un paraguas para dos.

El amor,
es un espacio donde no hay lugar
para otra cosa que no sea amar,
es algo entre tú y yo.

El amor es llorar cuando nos dice adiós,
el amor es soñar oyendo una canción,
el amor es besar poniendo el corazón,
es perdonarme tú y comprenderte yo.

El amor es parar el tiempo en un reloj,
es buscar un lugar donde escuchar tu voz,
el amor es crear un mundo entre los dos,
es perdonarme tú y comprenderte yo.

7.2 ¿EN QUÉ CONSISTEN LA PATERNIDAD Y MATERNIDAD RESPONSABLE?

INTRODUCCIÓN Y DIAGNÓSTICO
(15 min.)

Vamos a comenzar hoy recordando un poco lo visto la sesión anterior, ¿Quién se acuerda de qué trató? ¿Qué es el matrimonio? ¿Qué es el amor conyugal? ¿Qué fue lo que más te gustó de la sesión pasada? ¿Recuerdan que tenían una tarea? ¿Quién hizo su tarea? ¿Hubo algún cambio en tu relación conyugal? ¿Crees que te fue útil? ¿Por qué? (hacer las preguntas que sean necesarias para favorecer la participación y saber si hicieron su tarea).

Para comenzar leeré una pequeña reflexión: "Cuando creías que yo no estaba viendo.... te vi colgar mi primer dibujo en el refrigerador y corrí a hacer otro. Cuando creías que yo no estaba viendo.... te vi poner alimento en la tacita del gato y aprendí que es bueno cuidar de los animales. Cuando creías que yo no estaba viendo.... vi lágrimas salir de tus ojos y aprendí que algunas veces las cosas duelen, pero que está bien llorar. Cuando creías que yo no estaba viendo.... te vi hacer mi postre favorito y aprendí que las cosas pequeñas son las que hacen la vida especial. Cuando creías que yo no estaba viendo.... te escuché hacer una oración y supe que hay un Dios al que siempre puedo acudir y aprendí a confiar en Él. Cuando creías que yo no estaba viendo.... te sentí darme el beso de las buenas noches y me sentí amado y protegido. Cuando creías que yo no estaba viendo.... te vi preparar un plato de comida y llevarlo a un amigo enfermo y aprendí que todos debemos cuidar unos de otros. Cuando creías que yo no estaba viendo.... te vi dar de tu tiempo y tu dinero para ayudar a gente que no tenía nada y aprendí que los que tienen deben de ayudar a los que no tienen. Cuando creías que yo no estaba viendo.... te vi cuidar nuestra casa y de nosotros, y aprendí que debemos cuidar lo que nos ha sido dado. Cuando creías que yo no estaba viendo.... aprendí de ti las lecciones de la vida que necesitaba:

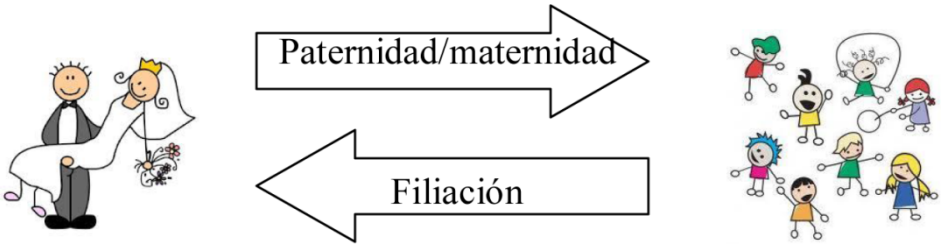
Como ser una persona buena y productiva, te miré y quise decirte: ¡Gracias por todas las cosas que vi cuando creías que yo no te estaba viendo!".

Cuando hablamos de matrimonio, casi de inmediato traemos a la mente a los hijos, pues sabemos y estamos conscientes que uno de los fines del matrimonio es formar una familia, la procreación y formación de los hijos. Recordemos un poco ¿cómo eran las familias de nuestros abuelos? ¿Cuántos hijos tenían en promedio las familias? ¿Y ahora? Es cierto lo que escuchamos que los tiempos han cambiado y que es difícil mantener a la familia, hemos oído que es mejor pocos hijos para darles más y que debemos ser responsables y no traer hijos al mundo si no los podemos mantener, pues se convertirán en una carga, en una sociedad con tantos problemas como… (Mencionar los problemas más comunes de la localidad: drogas, alcohol, delincuencia, falta de empleo, etc.). Sin embargo, hagámonos una pregunta ¿la solución es no tener más hijos?

Cuando nos casamos realizamos un pacto y se establece un vínculo entre los esposos (hombre y mujer), en el cual, es el único medio moral para fundar una familia, y junto con esto tenemos una responsabilidad como padres y madres, como nos decía la reflexión que escuchamos antes.

DESARROLLO
(55 min.)

La paternidad y maternidad surgen de la relación que existe entre un hombre y una mujer y de las personas que han engendrado, es decir, sus hijos. Y la relación de los hijos con quienes les han engendrado es llamada filiación.



La relación entre padres e hijos (paternidad y filiación), es resultado de la conservación de la especie –generación-, y ésta es consecuencia natural de la unión sexual, corporal, de un hombre y una mujer, que da origen a una nueva vida, la del hijo; que se inicia en el momento de la concepción. Por lo tanto, las relaciones de paternidad y filiación son algo cuyo origen es biológico.

Cada hijo tiene la carga genética que le proporcionan sus padres, que se resume de manera particularísima y no se repetirá en ninguno de sus hermanos (aun en los gemelos), aunque tengan el mismo origen. Cada persona es biológicamente única, porque además de cuerpo, tiene un espíritu único, irrepetible e insustituible.

Por lo tanto, la vida humana tiene un valor absoluto (necesario), objetivo (neutral), invaluable (no se puede calcular su valor). Se puede decir que la vida es el primero de los valores, sin el cual ningún otro valor tiene sentido. Por eso el derecho a la vida, es primordial y fundamental, ya que sin él ningún otro derecho se puede tener.

La vida de los hijos tiene, sin embargo, un valor muy especial para sus padres, porque a ese valor esencial se le añade el del proceder precisamente de ellos; el de ser -de alguna manera-, como una continuación de su propia vida, un reflejo de sí mismos.

Sin embargo, la paternidad y maternidad humana, no se reducen a lo biológico, ya que las personas no son puro cuerpo, tenemos otras necesidades qué cubrir y tardamos varios años en poderlo hacer por nosotros mismos. Tenemos necesidades materiales, afectivas e intelectuales.

Además de las necesidades anteriores, debemos considerar que el ser humano es un ser libre. Con una libertad no formada, y por tanto, no puede vivirla adecuadamente si no se le enseña a hacerlo. Para esto es necesario que busquemos ser mejor cada día, a través de la formación de nosotros como padres, y también de maestros y otros adultos cercanos, para:

- Enseñar a los hijos a usar su libertad.
- Elegir y perseguir valores.
- Desarrollar las virtudes.
- Trabajar.
- Relacionarse con los demás.
- Amar.
- Participar socialmente.
- Ponerse metas.
- Elegir los medios para lograrlas.

Hasta ahora hemos hablado de lo que implica la paternidad y maternidad, pero muchas veces escuchamos unido a esta palabra la de responsable, ¿qué es la paternidad responsable?

Antes de responder a esta pregunta, debemos tomar en cuenta lo que son los hijos para un hombre y una mujer que se aman. En general estamos de acuerdo en afirmar que son lo más valioso que tenemos, pues son un verdadero bien en sí mismo y para la vida familiar. Pero, ¿por qué decimos que los hijos valen? ¿Acaso los hijos no cuestan también? Trata de propiciar la participación de los asistentes usando el siguiente cuadro, que podrás llevarlo a la sesión listo para llenarlo. Nos podrán dar respuestas como las que aparecen en el cuadro.

Los hijos valen porque son:	Los hijos cuestan porque son:
Un bien.	Una gran responsabilidad.
Muy valiosos.	Una fuente de preocupaciones.
El fruto del amor de los esposos.	Causa de muchos problemas.
El reflejo de los padres.	Una carga económica.
La forma de trascender.	Motivo de muchos desvelos.
El amor de los esposos encarnado.	Limitación para nuestra vida social.
Una motivación para mejorar.	Consumidores de nuestro tiempo.
Razón para trabajar con empeño.	Demandan atención.
La alegría del hogar.	Requieren educación y formación.
La herencia que dejamos a la patria.	Necesitan compañía.
Lo que nos impulsa a crear un mejor futuro.	Limitan nuestra libertad.
Nuestra mayor riqueza.	
Signo de unidad conyugal.	
Síntesis viva de los padres, etc.	

Podemos afirmar que esto es verdad, sin embargo, si nos atenemos solo a una de estas listas, la que habla de lo que valen los hijos o, por el contrario, solo a lo que cuestan los hijos, estaremos teniendo una visión muy parcial e inadecuada para la toma de decisiones en relación a la paternidad.

La paternidad responsable es cumplirles a los hijos, a cada hijo, dándoles aquello a lo que tienen derecho. Ya que son los padres los primeros que deben garantizar que se cumplan los derechos de sus hijos, comenzando

con una aceptación incondicional, es decir, aceptar su existencia, respetarla y protegerla desde el primer momento de su vida.

La paternidad y maternidad responsables se ejercen en dos momentos:

1. Antecedente: Cuando los padres tienen que ponderar cuidadosamente la decisión de tener un hijo u otro hijo, si ya se tiene(n) alguno(s).
2. Consecuente: Consiste en proporcionar al hijo lo necesario para su desarrollo físico, psicológico, espiritual y racional.

A continuación explicaremos un poco más cada una de ellas:

1. Paternidad/Maternidad antecedente. El primer momento de la paternidad/maternidad responsable, es la decisión de tener un hijo y para que esta decisión se pueda dar de la mejor manera debemos tener en cuenta:

- En esta consideración solo los esposos deben participar, evitando la influencia de familiares, amigos, presiones sociales o de instituciones de salud pública.
- Hay que partir del conocimiento de que se trata de decidir sobre la existencia de una persona humana, que además sería un hijo suyo.
- Considerar la oportunidad de enriquecer a la familia, de ver reflejado su amor en una persona nueva que dará continuidad a su propia existencia.
- Considerar todo lo que deberían brindarle a ese bien maravilloso que sería ese posible hijo suyo.
- Hay dos cuestiones básicas a considerar a la hora de decidir si conviene o no tener un hijo, u otro hijo:

A considerar…

1. El posible hijo como un bien en sí mismo, para la familia y para la sociedad.

2. La responsabilidad que se adquirirá con él, con la familia y con la sociedad.

- **2.1** El presente estado de salud de ambos padres.
- **2.2** La salud psíquica (psicológica), de los padres.
- **2.3** La situación económica de la familia.
- **2.4** La situación social en la que se desenvuelve la familia.

Es absolutamente necesario que decidan de común acuerdo.

- En cuanto al número de hijos que conviene tener, no sería responsable decidirlo antes de conocer la situación específica que se tiene en el momento, pues no podemos conocer el futuro.

  - ❖ Los padres deben decidir cuántos hijos pueden tener, de cuántos hijos pueden responder adecuadamente, ante los mismos hijos y ante la sociedad a la que han de beneficiar con sus decisiones.

- Hay que considerar también los medios que se usarán para favorecer o evitar un embarazo, por lo que hay que tener la mayor información necesaria acerca de los diferentes medios que existen y cómo funcionan, así como de los efectos secundarios.

  - ❖ Lo mejor es atenerse a las leyes de la naturaleza para no dañar a la propia salud, ya que los procedimientos que persigue evitar o forzar los procesos naturales del organismo, necesariamente los daña.
  - ❖ Sabemos que sin relación sexual, no hay embarazo. También sabemos con certeza cuándo es fértil la mujer y cuándo no lo es. Este conocimiento se puede perfeccionar por el estudio de algunos métodos naturales (Billings, método sintotérmico), favoreciendo la decisión de cuándo tener relaciones sexuales y cuándo evitarlas si se quiere

evitar el embarazo. De igual modo se pueden utilizar esos recursos cuando se busca deliberadamente un embarazo, de común acuerdo entre los esposos.

- Para el uso de los métodos naturales se requiere el diálogo y el acuerdo entre los esposos, lo que favorece su comunicación de la intimidad, incrementa el amor y supone tratarse mutuamente de acuerdo a su calidad de personas y dignidad que les es propia.

2. Paternidad/Maternidad consecuente. Consiste en proporcionar al hijo lo necesario para su desarrollo físico, psicológico, espiritual y racional.

- La mayoría de los padres se quedan en la primera parte, darles los bienes materiales que requieren: Alimentación, ropa, casa, salud, educación escolar, diversión, etc.

- Olvidan las necesidades afectivas de sus hijos o no saben que sus hijos necesitan como el alimento de la aceptación incondicional de sus padres, su amor, cariño, atención, apoyo, comprensión, protección, seguridad, ayuda a crecer, buen ejemplo, presencia, etc.

- Otro aspecto importante es el deber de educar-formar a los hijos. Este es un deber del que se debiera pedir legalmente cuentas a los padres, ya que quienes no educan a sus hijos, los perjudican como personas, perjudican a toda su familia y a la sociedad en general.

La Paternidad/Maternidad responsable antecedente, requiere de muy poco tiempo para vivirse. Tiempo para pensar, dialogar, reflexionar sobre todo lo que hemos explicado, para tomar la decisión y actuar de acuerdo a lo decidido.

La Paternidad/Maternidad responsable consecuente, requiere del resto de la vida, ya que la labor de los padres no termina, ni siquiera cuando los hijos salen del hogar y toman su propio camino. Aun entonces, los padres siguen siendo responsables del buen ejemplo que les deben a los hijos, ayudarles con una opinión o un consejo cuando lo pidan, seguir interesándose por el bien de ellos hasta el final de la vida, y ante todo, son responsables de conservar para sus hijos, para su bien, la unidad conyugal con la que fundaron su familia, y a partir de la cual los llamaron a la vida.

DUDAS Y COMENTARIOS

(15 min.)

Este espacio es para que se puedan responder aquellas dudas que tengan los participantes o escuchar comentarios que puedan enriquecer el tema.

ACTIVIDAD EXPERIENCIAL

(20 min.)

Objetivo:

Discutir sobre lo que implica vivir una paternidad/maternidad responsable antecedente y consecuente, para el desarrollo favorable de la familia y de la sociedad.

Tamaño de Grupo:

30 participantes.

Material:

No es necesario.

Desarrollo:

Se dividirá al grupo en 6 equipos de 5 personas, 3 discutirán sobre la paternidad/maternidad antecedente y los otros 3 sobre la paternidad/maternidad consecuente. Al final expondrán sus conclusiones.

EVALUACIÓN

(15 min.)

Entregar a los participantes el formato de evaluación de la sesión y dar el tiempo necesario para que lo contesten.

TAREA Y PROPÓSITO

(10 min.)

Contestar de forma escrita (de preferencia), las siguientes preguntas y comentarlas con su esposo o esposa:

- ¿Por qué sigo ejerciendo la paternidad/maternidad responsable hoy en día?
- ¿De qué manera puedo mejorar la forma de ejercerla?

MATERIAL DIDÁCTICO

Pliegos de papel rotafolio y marcadores, o

pizarrón y gises, o

pintarrón y marcadores.

7.3 LA COMUNICACIÓN ENTRE ESPOSOS Y LAS DECISIONES EN COMÚN

INTRODUCCIÓN Y DIAGNÓSTICO
(15 min.)

Vamos a comenzar hoy recordando un poco lo visto la sesión anterior, ¿Quién se acuerda de qué trató? ¿Qué es la paternidad/maternidad responsable? ¿Qué significa ser padres responsables? ¿Qué fue lo que más te gustó de la sesión pasada? ¿Recuerdan que tenían una pequeña tarea? ¿Quién hizo su tarea? ¿Hubo algún cambio en la forma de ejercer tu paternidad o maternidad? ¿Crees que te fue útil? ¿Por qué? (hacer las preguntas que sean necesarias para favorecer la participación y saber si hicieron su tarea).

Nos encontramos actualmente en una época llena de medios de comunicación, en donde sabemos qué ocurre a nuestro alrededor, ya no tenemos que esperar meses para conocer lo que pasa en México o en el mundo. ¿Cuáles son los medios por los que tú te enteras de las noticias o acontecimientos? Surgirán respuestas como teléfonos, celulares, radio, televisión, periódico, Internet (en algunas comunidades), la escuela – maestros, etc. Sin embargo el que existan tantos medios de comunicación y sepamos qué es lo que pasa en nuestro país o el mundo, no garantiza que nos comuniquemos entre los miembros de nuestras familias o incluso entre cónyuges.

Podemos decir, por un lado, que tenemos la opción de conocer y manejar muchas cosas que antes no lo podíamos hacer, pero por el otro lado no hemos acrecentado nuestra capacidad de comunicarnos efectivamente entre nosotros, incluso entre los cónyuges. Es por eso que el día de

hoy hablaremos sobre la importancia de la comunicación entre esposos, para la toma de decisiones en común y que ayuden al perfeccionamiento de todos los miembros de la familia (un desarrollo integral).

Antes de comenzar haremos un recuento de los problemas más frecuentes que encontramos entre los esposos, respecto a la comunicación ¿me pueden ayudar? Puedes apoyarte del siguiente cuadro.

Problemas más frecuentes en la comunicación entre lo esposos	
*	*

Trataremos en esta sesión de poder hallar entre todos, los medios para evitar los problemas que hemos encontrado, por medio de una comunicación abierta y sincera con nuestro cónyuge, y como consecuencia, tengamos una armonía familiar.

DESARROLLO

(55 min.)

La comunicación entre los esposos tiene unas características especiales, puesto que entre los cónyuges existe una unidad, relacionada con la entrega mutua y voluntaria de los esposos, dada por el vínculo del matrimonio, ¿lo recuerdan? Pues bien, la entrega también tiene que ver con la decisión (explícita o implícita), de compartir una serie de valores que sirven de criterios para la actuación congruente de cada día, es decir, la comunicación habitual entre los cónyuges necesita de un acuerdo previo.

De esta comunicación de cada día dependen las decisiones que se toman en torno a los problemas o soluciones que provocan cambios en la relación conyugal o en cualquier otro aspecto de la familia. De tal manera que, la unidad producida por la decisión inicial de comprometerse para toda la vida, será más tarde apoyada por las decisiones tomadas en común o por cada uno.

Por lo tanto, un aspecto muy importante dentro del matrimonio, es el relacionado con las decisiones, pues es un tema clave para el desarrollo de la unidad entre los cónyuges; las cuales pueden ser:

1. Una decisión personal que no hace falta comunicar al cónyuge.
2. Una decisión personal que conviene informar al cónyuge.
3. Una decisión personal que únicamente debe tomarse después de una consulta con el cónyuge.
4. Una decisión del cónyuge que hay que respetar, porque pertenece a su zona de autonomía.
5. Una decisión tomada por consenso entre los dos cónyuges.

Las condiciones para la toma eficaz de cualquier decisión.

1) Informarse: Leyendo, escuchando u observando.
   a) Obtener información correcta y completa.
   b) Establecer la fiabilidad de las distintas fuentes de información.
2) Establecer criterios para hacer juicios de la información, en función del resultado que se desea.

Las ocasiones en las que debe haber un acuerdo por consenso en las circunstancias siguientes:

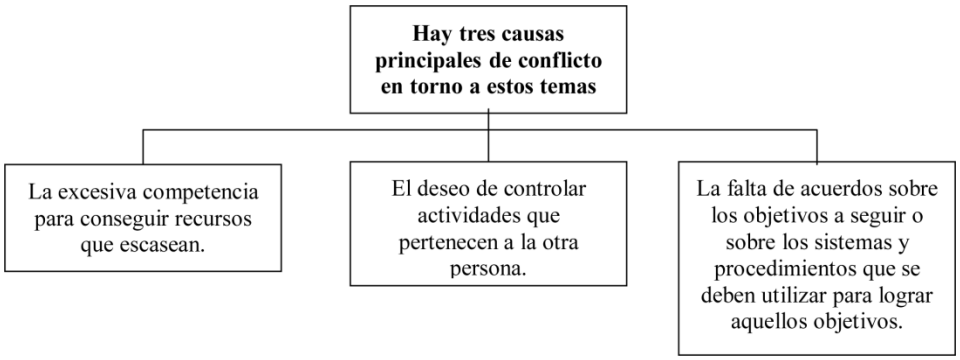
- Cuando el tema puede influir de modo importante sobre el modo vivir del otro.

- ❖ Cuando el asunto tratado puede cambiar algo importante en el estilo establecido para la familia.

- ❖ Cuando los resultados de la decisión pueden ser difíciles de rectificar una vez tomada la decisión.

Temas que pueden entrar en alguno de estos aspectos, hacen referencia a los siguientes asuntos:

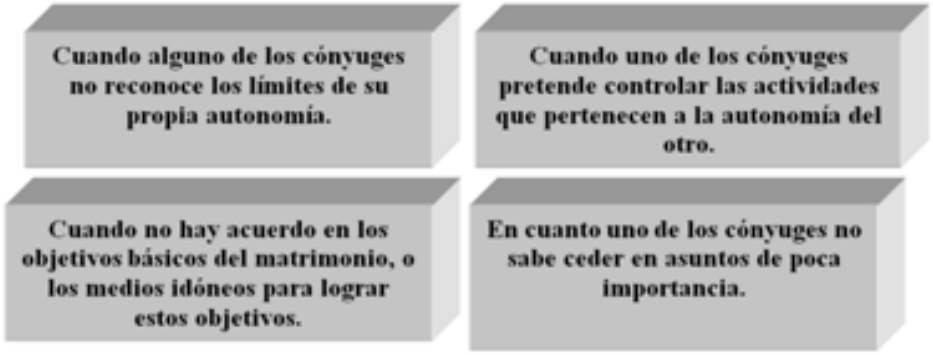
- Presupuesto familiar y cómo manejarlo.
- Asuntos relacionados con el tiempo libre.
- Asuntos relacionados con la religión.
- El modo de demostrar afecto.
- Amigos.
- Relaciones íntimas.
- Normativa de comportamiento social.
- Filosofía de la vida personal y familiar.
- Cómo se debe tratar a los padres, abuelos, etc.
- Objetivos considerados importantes.
- La cantidad de tiempo que se debe pasar juntos.
- El sistema de tomar decisiones importantes.
- Reparto de las tareas en casa.
- Pasatiempos.
- Decisiones relacionadas con el trabajo profesional.



Para llegar a un acuerdo en los asuntos fundamentales, se necesita tomar en cuenta los siguientes puntos:

- ✓ Contar con actitudes positivas como: Empatía, prudencia, aprecio, congruencia, estilo personal de cada cónyuge, para dar riqueza al matrimonio y a la decisión.
- ✓ Estar muy atentos el uno al otro para no avanzar en distintas velocidades y para mantenerse afinados; en armonía.
- ✓ La mejora de la relación depende de que exista un estilo personal en cada uno.
- ✓ La responsabilidad de la ejecución (puesta en práctica), de las decisiones debe alternarse. Los papeles deben combinarse para que entre los dos se consigan los resultados deseados y previstos.

Hay algunas ocasiones, por otro lado, en las que no se llegan a acuerdos entre los cónyuges y puede surgir un estado de incomunicación en el matrimonio:



Otro aspecto muy importante que debemos abordar en la comunicación entre esposos es el proyecto en común. Cuando hablamos de esto nos referimos a:

- ✓ Tener proyectos sobre el futuro (mañana, el siguiente mes o dentro de 4 años), es decir, saber hacia dónde se quiere ir; lo que supone que los cónyuges persigan resultados intencionalmente, contando con la participación de la familia.
- ✓ Hay que elaborar las líneas de acción en diferentes ámbitos, para saber cómo se quiere desarrollar la relación entre los esposos, para eso hay que preguntarse:
  - ¿Cómo es la situación actual? y ¿cómo nos gustaría que fuera dentro de unos años?
  - Los hijos: Considerar lo que será mejor para cada uno de ellos, contando con sus características y cualidades personales.
  - En el trabajo.
  - Amistades.
  - Utilización del tiempo libre.
- ✓ No se trata de hacer una programación detallada respecto de los proyectos, pero si hay un acuerdo de lo que se quiere, será más fácil tomar decisiones en cada caso.
- ✓ El proyecto no debe ser una limitación que cause disgustos o desengaños cuando no se puede realizar. Más bien debe unir a los cónyuges en un esfuerzo para logar algo deseado y para soportar las dificultades en el proceso, con alegría.

- ✓ El proyecto común motiva a las personas para lograr unas buenas relaciones en el día a día.

DUDAS Y COMENTARIOS
(15 min.)

Este espacio es para que se puedan responder aquellas dudas que tengan los participantes o escuchar comentarios que puedan enriquecer el tema.

ACTIVIDAD EXPERIENCIAL
(20 min.)

Se realizará una dinámica llamada "Barrera del sonido".

Objetivo:

Reflexionar sobre los niveles de ruido que nos encontramos en la comunicación y pensar acerca de las dificultades de dialogar cuando existe ruido a nuestro alrededor.

Tamaño de Grupo:

30 participantes.

Material:

No es necesario ninguno.

Desarrollo:

Realizar la actividad en espacios al aire libre. Se coloca el grupo en una fila en un espacio abierto. Dos de los integrantes del grupo quedarán fuera de la fila, de tal manera que el grupo forme una muralla entre los dos individuos. El animador le da un mensaje a cada uno de los individuos que se sitúan fuera de la muralla, que tiene que decirse en voz alta. El grupo que forma la muralla tiene que gritar, o hablar alto, impidiendo que los dos participantes que se sitúan fuera de la muralla, puedan comunicarse. Al finalizar reflexionar sobre el sentimiento de impotencia por no poderse comunicar debido al alto nivel de ruido, por lo que es necesario buscar el lugar y momento adecuado para

comunicamos con nuestro esposo y demás personas con las que nos relacionamos.

EVALUACIÓN

(15 min.)

Entregar a los participantes el formato de evaluación de la sesión y dar el tiempo necesario para que lo contesten.

TAREA Y PROPÓSITO

(10 min.)

Contestar de forma escrita (de preferencia), las siguientes preguntas y comentarlas con su esposo o esposa:

- ¿Qué necesito comunicar a mi esposo(a)?
- ¿Cuándo es el momento adecuado para comunicarme con mi esposo(a)?

MATERIAL DIDÁCTICO

Pliegos de papel rotafolio y marcadores, o

pizarrón y gises, o

pintarrón y marcadores.

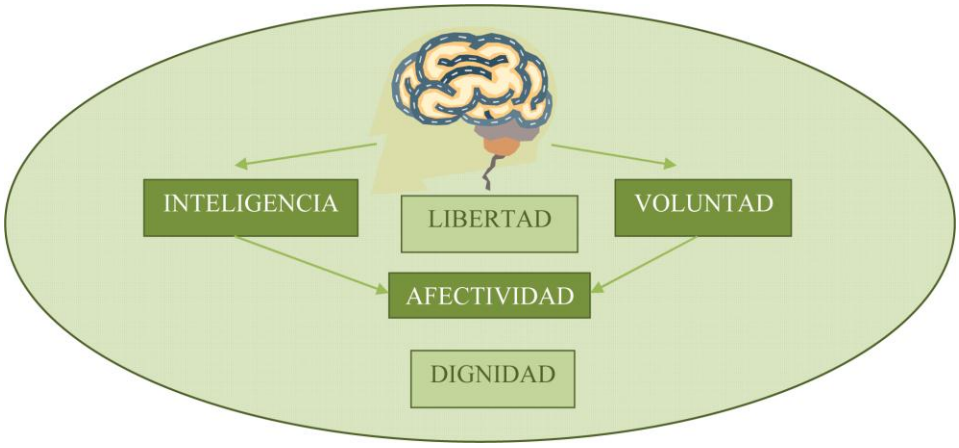
8. LA FORMACIÓN DE LA INTELIGENCIA, LA VOLUNTAD Y LA AFECTIVIDAD

8.1 APRENDER Y ESNEÑAR A PENSAR

INTRODUCCIÓN Y DIAGNÓSTICO
(15 min.)

Vamos a comenzar hoy recordando un poco lo visto la sesión anterior, ¿Quién se acuerda de qué trató? ¿Qué significa la comunicación en el matrimonio? ¿Qué aspectos son importantes dialogar en el matrimonio? ¿Qué fue lo que más te gustó de la sesión pasada? ¿Recuerdan que tenían una tarea? ¿Quién hizo su tarea? ¿Hubo algún cambio en tu comunicación familiar? ¿Crees que te fue útil? ¿Por qué? (hacer las preguntas que sean necesarias para favorecer la participación y saber si hicieron su tarea). Recuerda la importancia de hacer las preguntas dirigidas a los participantes, es decir, no hacer la pregunta al aire, sino pedirle a alguien en específico que nos responda para que participen todos los miembros del grupo.

Hoy comenzaremos un módulo en el que recordaremos el primer tema de este programa ¿te acuerdas cuál era? ¡Claro! La persona humana y su dignidad, en la que vimos cuáles son las características fundamentales que tenemos las personas ¿me ayudas a recordar cuáles son esas características? Hacer las preguntas necesarias para que los participantes puedan recordar todas las características específicas de las personas. Puedes recordarlo con el siguiente esquema:



En nuestra sesión del día de hoy hablaremos sobre Aprender y enseñar a pensar, ¿qué es lo que viene a tu mente con esta afirmación? ¿Por qué se dice aprender y enseñar a pensar? ¿Qué acaso por ser persona no pensamos ya? ¿Y la escuela es o no la encargada de promover esto en los niños? ¿Por qué necesitamos enseñar a pensar? Puedes hacer esta u otras preguntas cuestionando la importancia de aprender y enseñar a pensar en el hogar. Por lo tanto, hoy hablaremos sobre una de estas características fundamentales de la persona que es la inteligencia y cómo podemos ayudar a su desarrollo en nuestra familia.

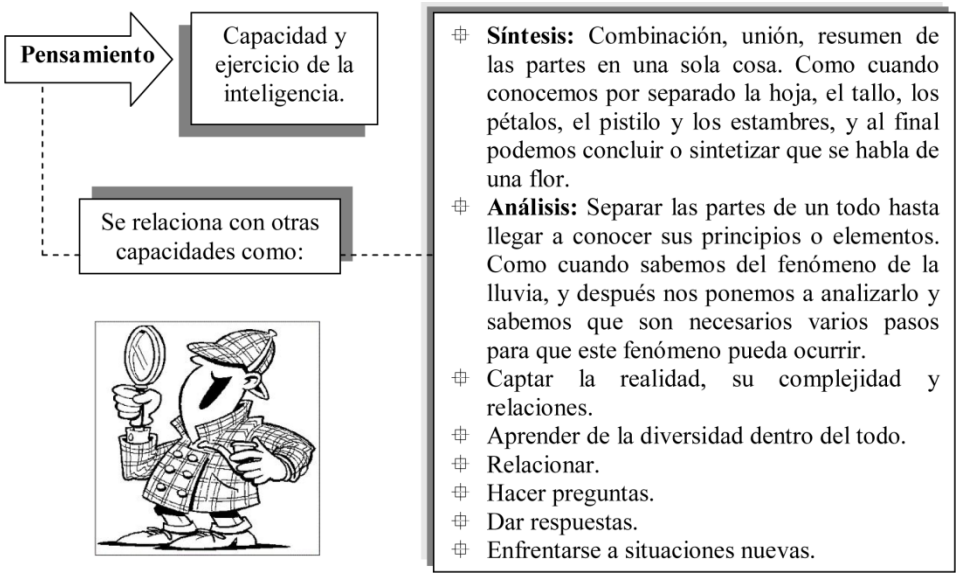
DESARROLLO
(55 min.)

Recordemos que la inteligencia tiene como función; el saber pensar, no basta con tener la disposición a hacerlo (o el simple querer), hay que ejercitarla y desarrollarla (ponerla en práctica). Para lo que necesitamos:

- Querer.
- Desear.
- Atreverse a pensar.

- Acostumbrarse a pensar.
- Organizar los conocimientos sobre los que pensamos.
- Disponer de una cierta riqueza de hábitos, preferencias, actitudes y valores que nos proporcionen motivos para pensar.

Esto se logra mediante un aprendizaje que requiere de esfuerzo y constancia, que necesita además de inteligencia, voluntad y corazón.



Para el desarrollo de cada una de estas capacidades, se requiere pensar bien y, a veces, mucho. Debemos esforzarnos, hasta el fin de nuestra vida, en seguir aprendiendo a pensar.

Hoy nos encontramos que a muchos les hace falta la motivación para pensar, ya que estamos en una sociedad que nos ofrece las cosas de manera fácil, que no implica ningún esfuerzo. Por ejemplo: a través de la radio, TV, Internet, etc. Por lo tanto hay que tener (buscar), motivos para pensar y ejercitar nuestra inteligencia.

Los motivos más fuertes que podemos tener son:

1. Descubrir que el ejercicio del pensamiento es un valor y por lo tanto buscamos la verdad, las causas.

2. Admiración: Causa sorpresa, contemplar con asombro o placer a las personas, cosas, fenómenos, etc. Existen dos tipos de admiración:

2.1. Admiración pasiva: Impresión de extrañeza que nace en nosotros sin que hayamos hecho ningún esfuerzo por provocarla. Cuando al atardecer volteamos al firmamento y quedamos admirados de la belleza de los colores y formas del cielo, así como de las aves que van volando por él; y en tales acontecimientos solo fuimos observadores.

2.2. Admiración activa: Crear siempre en uno mismo, centros y lugares de interrogación o investigación, sin importar lo que se hace; plantearse problemas; ver las posibilidades de darles solución; imaginar sin ninguna ayuda lo que se va a leer, etc. En este tipo de admiración encontramos a las personas que constantemente preguntan sobre las dudas que tienen, investigan y se sorprenden al conocer las respuestas. Este tipo de personas no solo las encontramos en centros de investigación o escuelas, también las hay en nuestras familias, debemos tener ese espíritu de admirarnos y sorprendernos como cuando éramos niños y disfrutábamos observar a los insectos, las nubes del cielo, etc.

¿Qué podemos hacer para que nuestra admiración se mantenga siempre activa?

- Conservar la capacidad de sorprendernos, de ilusionarnos, de hacer buenas preguntas.
- Por medio del estudio, las relaciones con otras personas (familiares, amigos, vecinos, compañeros de trabajo, etc.), y la lectura.

- Mantener una admiración por el mundo de los niños, que puede enseñarnos muchas cosas.

Para enseñar a pensar a nuestros hijos se necesita: Primero recordar que el pensamiento es la capacidad y el ejercicio de la inteligencia, por tanto, debemos comenzar desde que están pequeños por medio del arte de admirar.

Todos necesitamos que se nos **enseñe a mirar.** Ser observadores detenidos de lo que nos rodea: Personas, animales, paisajes, pinturas, esculturas, etc.

Desarrollar nuestro lenguaje, porque somos personas que hablamos, y el lenguaje es el vehículo y expresión del pensamiento.

El pensar surge y permanece a través de tres operaciones del pensamiento:

1. Abstracción: Es la operación mediante la cual se obtienen los conceptos o datos necesarios para poder seguir.

Ejemplo: Observo que últimamente hay personas ofreciendo droga a los niños que van al parque después de las 7 de la noche.

2. Juicio: Ocurre cuando se reúnen y conectan entre sí los conceptos, dando lugar a los juicios o proposiciones, es decir, tenemos una conclusión.

Ejemplo: Puedo concluir que es peligroso que mis hijos estén en el parque después de las 7 de la noche.

3. Razonamiento: Es el discurso racional o encadenamiento de juicios o conclusiones lógicamente conectadas.

Ejemplo: Les explico a mis hijos los riesgos que pueden tener si permanecen en el parque después de las 7 de la noche o aceptan algún regalo u oferta que pueden hacerles personas extrañas y consecuencias de aceptar sustancias nocivas para su salud e integridad.

DUDAS Y COMENTARIOS

(15 min.)

Este espacio es para que se puedan responder aquellas dudas que tengan los participantes o escuchar comentarios que puedan enriquecer el tema.

ACTIVIDAD EXPERIENCIAL
(20 min.)

Objetivo:

Los participantes aprenderán que en las condiciones adecuadas, todo el mundo tiene ensoñaciones (ilusiones), extraordinariamente imaginativas, y las ensoñaciones demuestran el enorme potencial creativo del ser humano.

Tamaño de Grupo:

30 participantes.

Material:

No se necesita.

Desarrollo:

Explica que vas a dar permiso a los participantes para que hagan algo que han tenido prohibido desde la escuela: Soñar despiertos.

Pide a los participantes que se sienten en una postura relajada, que cierren los ojos, que respiren profundamente y que dejen escapar lentamente el aire. Habla suavemente animándolos a relajarse. Luego diles que dejen vagar libremente la mente unos cuántos minutos –tal vez visiten otros lugares, vean imágenes extrañas o escuchen sonidos insólitos-. Haz el ejercicio con ellos. Relájate y sueña.

Transcurridos 2-3 minutos (o más, si el tiempo lo permite), pide a los participantes que abran los ojos y que vuelvan a la realidad. Pregúntales adónde han ido y qué han experimentado. ¿Cuántos han salido del salón? ¿Alguno de ellos ha visto imágenes extrañas o ha tenido experiencias imposibles? Si es interesante, comparte tu propio sueño con el grupo.

Algunas preguntas que te ayudarán al debate, pueden ser:

1. ¿Adónde has ido? ¿En qué ha consistido tu experiencia? ¿Has vivido algo extraño, fantástico o hermoso en tu ensoñación?
2. ¿Has tenido dificultades para realizar este ejercicio? De ser así, ¿por qué? ¿Podrían ser un problema las condiciones actuales? ¿En qué condiciones podrías ser capaz de realizarlo mejor?

3. ¿Te ha sorprendido lo lejos que te ha llevado tu ensoñación? ¿Hasta qué punto?
4. ¿Qué nos impide soñar despiertos más de lo que lo hacemos?
5. ¿El soñar despiertos nos ayuda a desarrollar nuestro pensamiento?
6. ¿Qué otros medios podemos utilizar para aprender a pensar?

EVALUACIÓN

(15 min.)

Entregar a los participantes el formato de evaluación de la sesión y dar el tiempo necesario para que lo contesten.

TAREA Y PROPÓSITO

(10 min.)

Contestar de forma escrita (de preferencia), las siguientes preguntas y comentarlas con su esposo o esposa:

- ¿Qué es el pensamiento?
- ¿Cómo puedo enseñar a pensar a mis hijos?

MATERIAL DIDÁCTICO

Pliegos de papel rotafolio y marcadores, o

pizarrón y gises, o

pintarrón y marcadores.

8.2 ¿QUÉ ES LA AFECTIVIDAD Y CÓMO FORMARLA?

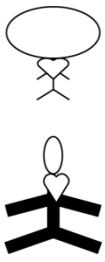
INTRODUCCIÓN Y DIAGNÓSTICO
(15 min.)

Vamos a comenzar hoy recordando un poco lo visto la sesión anterior, ¿Quién se acuerda de qué trató? ¿Qué es el pensamiento? ¿Cómo se enseña a pensar? ¿Qué fue lo que más te gustó de la sesión pasada? ¿Recuerdan que tenían una pequeña tarea? ¿Quién hizo su tarea? ¿Tienes alguna duda de lo que analizamos la sesión pasada? ¿Crees que te fue útil? ¿Por qué? (hacer las preguntas que sean necesarias para favorecer la participación y saber si hicieron su tarea).

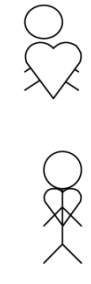
Como segunda parte de este módulo tenemos el tema de la afectividad, como otra de las características fundamentales de la persona. Un día escuché a una persona platicar lo siguiente:

Si nosotros tuviéramos un niño pequeño a nuestro cuidado pudiéramos tener 4 opciones:

a) Fomentar mucho su inteligencia, su capacidad de pensar, por medio del estudio, la lectura, investigación, etc. Pero olvidándonos de favorecer la afectividad y el cuerpo, tuviéramos un niño más o menos así… (imagen de la derecha).



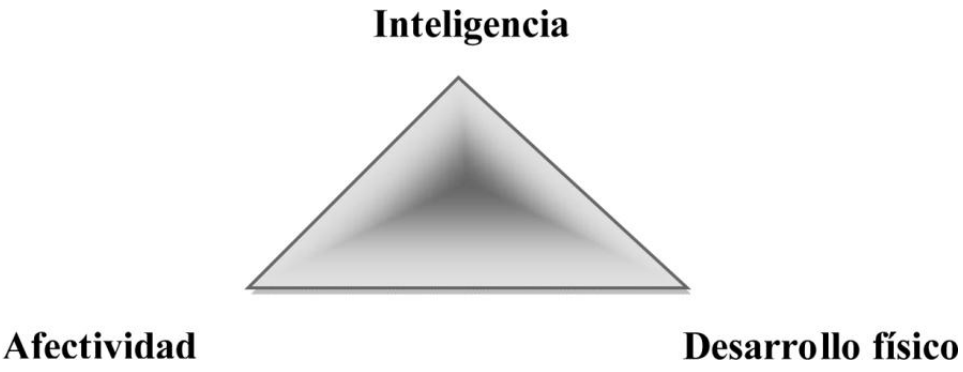
b) Si por otro lado, fomentáramos el desarrollo físico por medio del deporte y ejercicios para incrementar los músculos del cuerpo, y que sea capaz de competir en diferentes pruebas deportivas con buen nivel, entonces, podría verse así, si no ayudáramos al desarrollo de las otras áreas… (imagen de la derecha).



c) Si en cambio, le diéramos toda la importancia a la afectividad, por medio de mucho afecto y demostrándole siempre el amor que le tiene la familia, pero descuidando los otros ámbitos. Podemos tener un niño que se vería más o menos así… (imagen de la derecha).

d) La última opción es cuando desarrollamos las tres áreas de la persona: Su inteligencia, su aspecto físico (cuerpo), y su afectividad, para no tener un niño deforme, sino con todas sus posibilidades bien desarrolladas, y pudiéramos tener un niño que se vería así… (imagen de la derecha).

Entonces podemos decir que para tener un equilibrio en la persona, tenemos que buscar el desarrollo de la inteligencia, afectividad y desarrollo físico. La sesión pasada hablábamos de cómo aprender y enseñar a pensar, ahora estaremos en la segunda parte que es la formación de la afectividad.



DESARROLLO
(55 min.)

Cuando nosotros actuamos lo hacemos como personas integrales (con inteligencia, voluntad y afectividad). Por ejemplo cuando hago la comida de mi casa utilizo:

- Inteligencia: Al pensar en las posibilidades que puedo tener de acuerdo a lo que ya poseo o tendría que comprar (y el dinero con el que cuento).

- Voluntad: Decido lo que haré para la comida y me pongo a realizarlo.
- Afectividad: Influye en mi decisión al inclinarme por la comida favorita de mi hijo, o por lo más fácil por hacer, o para agradar al esposo(a), o por los recursos con los que cuento, etc.

En la medida que la inteligencia es frágil o la voluntad débil, los sentimientos predominan en el ser humano. El niño se rige por ellos cuando no ha aprendido a regular su intensidad, su modalidad o su dirección, por criterios o por motivos superiores.

Hoy nos enfocaremos a la afectividad y cómo educarla y formarla.

La efectividad está constituida por el conjunto de sentimientos e impulsos emotivos que sitúan al hombre ante las personas y las cosas. Éstas se presentan como atractivas o como rechazables y, ante ellas, se desencadenan aspectos variados de intereses, de actitudes y de gustos o disgustos.

Afectividad

Núcleo de la conducta que **influye en toda actividad humana,** incluso en lo que es solo intelectual.

Sentimientos

Son estados afectivos más bien duraderos y de intensidad (o fuerza) moderada.

Simpatía – Comprensión.

Emociones

Son estados afectivos mucho más pasajeros que los sentimientos de aparición más o menos brusca y de intensidad mayor.

Cólera – Angustia – Miedo.

Pueden representar un beneficio o perjuicio, de acuerdo a su reacción, exagerada o moderada.

Pasiones

Se parecen a las emociones por su intensidad y violencia; y a los sentimientos porque son más durables que la sola emoción.

Odio – Amor – Celos

Características de la afectividad:

- La afectividad se caracteriza por la capacidad de darse cuenta de sí mismo. Por lo tanto, hay que aprovechar la afectividad en el propio conocimiento y para la educación-formación de los hijos.

- **Subjetividad.** Cada persona vive las cosas de manera diferente, como por ejemplo: La visita de mi hermano a mi casa tienen distinto significado e importancia afectiva para mí que para mis hijos o mi esposo(a), ya que la vivencia da un significado personal a la misma experiencia.

- **Empatía** (Capacidad de sentir y comprender las emociones ajenas como propias). Capacidad de participar en una situación o hecho objetivo de otra persona mediante la comprensión afectiva del mismo.

Las emociones	Los estados de ánimo	Las pasiones
⌗ Se caracterizan comúnmente por su agudeza, por la intervención usual de un estímulo sensorial exterior y por la presencia evidente y manifiesta de una respuesta física. ⌗ Representa un movimiento brusco y profundo, de la vida intelectual y física, pudiendo llegar, en ocasiones, a alterar gravemente a la persona en su entendimiento y voluntad.	⌗ Se pueden identificar como los sentimientos. ⌗ Los sentimientos son riqueza para el ser humano, pues ellos dan el sentido de la vida a lo que procede de la inteligencia y de la voluntad, mas deben estar gobernados por la razón y el querer. ⌗ Comprenden las diversas modalidades de expresión de los fenómenos afectivos.	⌗ Son las que mueven al hombre a la realización de los grandes bienes y de los grandes males. ⌗ Atañen directamente al hombre, hacia su bien. ⌗ Aunque las pasiones se vinculan al bien del hombre, no todos lo buscan de la misma manera.

La familia, constituye el ámbito de referencia de los sentimientos del niño; le ayuda a configurar una pauta adecuada de rechazo o de

atracciones, y en definitiva a normar su conducta en referencia a lo que se considera atractivo o repelente.

Para la **adecuada adaptación afectiva del niño** al mundo que le rodea, es necesario que las relaciones con su madre sean cargadas de ternura, para que puedan ser una fuente de seguridad para el hijo, además de facilitarle la adquisición de hábitos y destrezas, proporcionarle la imagen de un hogar estable, en que haya un ambiente de tranquilidad y que estimule el desarrollo de la afectividad.

El niño busca su individualidad, y en algunas ocasiones su comportamiento de oposición a los padres puede causar en nosotros diferentes actitudes, no siempre positivas; por lo tanto para adoptar una postura equilibrada, es importante considerar que:

- El niño puede aprender a controlar sus actos, pero le cuesta mucho más trabajo controlar sus sentimientos.
- Los padres debemos comprenderlos (esforzarnos por entenderlos), y demostrárselos por medio de palabras.
- A la vez debemos ser firmes en el establecimiento de límites razonables a sus deseos injustificados, respetando sus sentimientos, pero consiguiendo que obedezca.
- En los primeros 3 años de vida los sentimientos y la afectividad de los niños están identificados con la de los papás. Lo que podemos ver claramente cuando miramos a los niños pequeños actuar igual que los papás o mamás (en la manera de hablar, tratar a los hermanitos, jugar con los amigos, etc.).
- Los niños deben tener relaciones buenas y exitosas, relaciones afectivas principalmente en la familia, para que pueda tener una seguridad personal (sentimiento de autoconfianza), dada principalmente por las relaciones padres-hijos.

- El diálogo verbal que la madre establece con el hijo favorece la confianza que éste necesita para iniciar sus relaciones con el mundo exterior.
- **Antes de los 5 años es cuando se producen las experiencias emocionales más significativas y de mayor trascendencia para los niños.** Podemos apoyarnos en las manifestaciones de amor, la atención, el cuidado, la disponibilidad y la colaboración hacia los hijos.
- Educar para la alegría a través de la satisfacción que produce el buen cumplimiento de los deberes en casa y la escuela, por haber dicho o actuado con la verdad, cuando se ha obedecido, cuando se ha ayudado.
- Encontrar, ayudar y encaminar a nuestros hijos el camino hacia la felicidad, darle sentido al trabajo que realizamos diariamente, ayudarles a mejorar y desempeñar nuestra actividad, pensando en el bien que le proporcionamos a la persona que recibe nuestros servicios.
- Educamos y formar su afectividad a través del desarrollo de su inteligencia, para que su imaginación se abra, su experiencia se enriquezca y, sobre todo, se refuerce su poder de gobierno voluntario.
- Debemos lograr que el niño ajuste mejor sus reacciones emocionales: A la situación dada, que guarden proporción con el estímulo que lo provoca, que las controlen si son excesivas y las suprima si están fuera de lugar, es decir, que las domine.
- Crearle al niño un ambiente propicio de libertad, confianza, autocrítica, gran esperanza y paciencia, y tomar cada momento para retroalimentar sus experiencias.

DUDAS Y COMENTARIOS

(15 min.)

Este espacio es para que se puedan responder aquellas dudas que tengan los participantes o escuchar comentarios que puedan enriquecer el tema.

ACTIVIDAD EXPERIENCIAL
(20 min.)

Se realizará la técnica “Así se hace”.

Objetivo:

Estimular el conocimiento y la tolerancia hacia diferentes maneras de pensar y realizar algo.

Tamaño de Grupo:

30 participantes.

Material:

Cuatro tarjetas con las instrucciones para cada equipo.

Desarrollo:

Se dará a conocer al grupo las reglas que se seguirán durante la técnica; poner atención, respetar a los compañeros y no gritar. Se enumerará a cada persona contando del 1 al 4 y se formarán los equipos de acuerdo al número que les tocó, es decir, todos los que tengan el 1 en un equipo, los 2 otro y así sucesivamente.

A cada equipo se le entregará una tarjeta con las siguientes instrucciones:

1. Comente cada uno de manera detallada el procedimiento que llevan a cabo para preparar un sándwich a su gusto y explíquelo a los demás.
2. Exponga cada uno de manera detallada a sus compañeros el procedimiento que llevan a cabo para bañarse, y por qué lo hacen así, tratando de convencer a los demás de que así debe ser.
3. Exponga cada uno de manera detallada a sus compañeros el procedimiento que llevan a cabo para limpiar su cuarto y den sus razones de por qué lo hacen así, tratando de convencer a los demás de que debe ser así.
4. Expongan cada uno de forma detallada a sus compañeros, el procedimiento que llevan a cabo para conquistar a quien les

gusta y den sus razones de por qué lo hacen así, tratando de convencer a los demás de que debe ser así.

Se les darán 15 minutos para que discutan entre los integrantes del equipo. Hacer hincapié que siempre vamos a encontrar procedimientos y maneras de pensar distinto a los de nosotros y que es necesario saber escuchar, porque a todos nos gusta ser escuchados.

Al finalizar platicar entre todo el grupo sobre cómo se sintieron, si les fue difícil o fácil determinar su posición y si intervino la afectividad y de qué manera nos comportamos.

EVALUACIÓN

(15 min.)

Entregar a los participantes el formato de evaluación de la sesión y dar el tiempo necesario para que lo contesten.

TAREA Y PROPÓSITO

(10 min.)

Contestar de forma escrita (de preferencia), las siguientes preguntas y comentarlas con su esposo o esposa:

- ¿Cuáles son los elementos que influyen en la afectividad?
- ¿Cómo puedo educar y formar en la afectividad a los miembros de mi familia?

MATERIAL DIDÁCTICO

Pliegos de papel rotafolio y marcadores, o
pizarrón y gises, o
pintarrón y marcadores,
cuatro tarjetas con las instrucciones para los equipos.

8.3 LA FORMACIÓN DE LA VOLUNTAD, CLAVE FUNDAMENTAL EN LA CONDUCTA Y LA REALIZACIÓN HUMANA

INTRODUCCIÓN Y DIAGNÓSTICO
(15 min.)

Vamos a comenzar hoy recordando un poco lo visto la sesión anterior, ¿Quién se acuerda de qué trató? ¿Qué implica la educación y formación de la afectividad? ¿Qué fue lo que más te gustó de la sesión pasada? ¿Recuerdan que tenían una pequeña tarea? ¿Quién hizo su tarea? ¿Hubo algún cambio en los medios utilizados para formar a tus hijos en la afectividad? ¿Tienes alguna duda de lo que platicamos la sesión pasada? (hacer las preguntas que sean necesarias para favorecer la participación y saber si hicieron su tarea).

Dos sesiones atrás comenzábamos el módulo con una de las características fundamentales del ser humano, la inteligencia, pues conversábamos sobre aprender y enseñar a pensar ¿qué es lo que platicábamos ese día, recuerdas? En la sesión anterior tomamos como referencia otra característica de la persona: La afectividad. Lo que quiere decir que solo nos hace falta platicar sobre un aspecto más de las cualidades específicas de la persona, ¿quién me dice cuál es? ¡Claro! **Es la Voluntad.**

Quiero comenzar la sesión de hoy con un pequeño cuento sobre una mariposa. Un día, una pequeña abertura apareció en un capullo. Un hombre se sentó junto a él y observó durante varias horas cómo la mariposa se esforzaba para que su cuerpo pasase a través de aquel diminuto agujero. Entonces, parecía que ella sola no lograba ningún progreso. Parecía que había hecho todo lo que podía, pero no conseguía

agrandarlo. Entonces el hombre decidió ayudar a la mariposa: tomó unas tijeras y cortó el resto del capullo.

La mariposa entonces, salió fácilmente. Pero su cuerpo estaba atrofiado, era pequeño y tenía las alas aplastadas. El hombre continuó observándola porque él esperaba que, en cualquier momento, las alas se abrieran, y se agitaran, siendo capaces de soportar el cuerpo, que a su vez se iría fortaleciendo.

Pero nada de eso ocurrió. La realidad es que la mariposa pasó el resto de su vida arrastrándose con un cuerpo deforme y unas alas atrofiadas. Nunca fue capaz de volar. Lo que aquel hombre no comprendió -a pesar de su gentileza y su voluntad de ayudar-, era que ese capullo apretado que observaba aquel día, y el esfuerzo necesario para que la mariposa pasara a través de esa pequeña abertura, era el modo por el cual la naturaleza hacía que la salida de fluidos desde el cuerpo de la mariposa llegara a las alas, de manera que sería capaz de volar una vez que estuviera libre del capullo.

En su afán de ayudar, de evitarle un esfuerzo, o un sufrimiento, la había dejado lisiada para toda la vida. Algo parecido sucede, a veces, en la educación-formación de nuestros hijos. Algunas veces, el esfuerzo es justamente lo que más necesitamos en algunos momentos de nuestra vida. Si pasamos a través de nuestra vida sin obstáculos, eso probablemente nos dejaría lisiados. No seríamos tan fuertes como podríamos haber sido, y nunca podríamos volar. Y para pasar con éxito los obstáculos necesitamos de nuestra voluntad.

DESARROLLO

(55 min.)

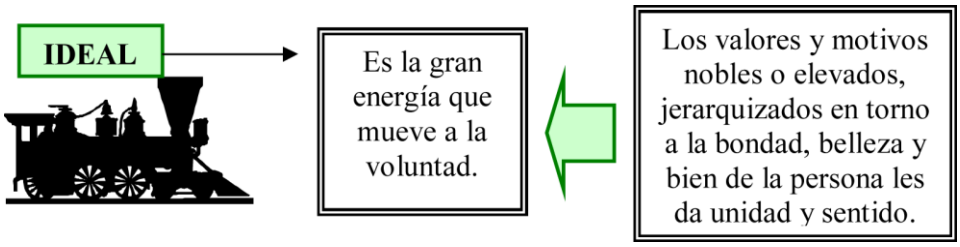
Para hacer algo que cuesta, lo más importante es quererlo hacer. Los motivos son las palancas o impulsos de la voluntad. Es muy difícil, por

ejemplo, aprender alguna cosa si no se espera alcanzar algún bien por medio de lo aprendido, como el aprender a andar en bicicleta, aprender a cocinar, a bordar, a manejar, etc.

La cuestión clave en el desarrollo de la voluntad es interiorizar los valores, pues tomados como propios se vuelven un motivo.

Sin embargo, tener muy claro que la voluntad como la fuerza que nos impulsa, necesita del entendimiento para que la persona pueda elegir lo que le llevará al verdadero bien, y no a un bien aparente. Por lo tanto, debemos informar a los hijos sobre:

- La bondad o malicia de los actos.
- Ayudarles a descubrir una jerarquía de valores.
- Enseñarles a distinguir entre verdaderos y falsos valores.



La educación y formación de la voluntad requiere:

- Despertar en nuestros hijos ideas claras sobre lo que quieren en la vida, sin confundirlo con lo que simplemente desean, meros gustos o caprichos.
- Estimular sentimientos basados en las ideas.

- Conseguir una inclinación positiva hacia lo noble, bello, bueno, verdadero, honesto, limpio, elevado.
- Hacer atractiva la virtud, no haciéndolas fáciles, sino mostrarlas tal como son, por medio del testimonio de personas que las están viviendo con alegría, naturalidad y lucha diaria.

> En la medida que se ayude a los hijos a descubrir el valor que hay detrás de cada actividad que se les pide, tendrán sentido para ellos.

Conviene, de todos modos, no exagerar la función del interés y de la motivación. En la vida hay situaciones que nos desagradan y es preciso afrontarlas. Es bueno que los hijos se acostumbren a hacer cosas que no les gustan y a trabajar cansados y desmotivados. También es necesario enseñarles a interesarse voluntariamente en lo que a primera vista no les interesa.

Como padres podemos ayudarnos de la creación de hábitos para la formación de la voluntad. Los hábitos, como lo platicábamos cuando hablamos de las virtudes, son la repetición de acciones, por lo tanto nos dan ciertas ventajas cuando hablamos de formar la voluntad:

1. Permiten ahorrar energía en cada actuación, pues podemos hacer las cosas con más rapidez, seguridad y menor esfuerzo.
2. Permiten liberar energía; queda fuerza disponible para nuevas tareas, lo que significa fortalecer la libertad.

Hay siete virtudes que corresponden a siete necesidades principales en la educación-formación de la persona:

Humildad: El conocimiento de sí mismo.

Diligencia: Intensidad en el bien obrar.

Generosidad: Capacidad de dar.

Caridad: Abarca los valores sociales.

Sobriedad: Control del consumo de bienes.

Paciencia: Saber esperar con buen ánimo.

Castidad: Gobierno racional del impulso sexual.

Para fomentar en los hijos la realización de actos repetidos y cada vez mejor hechos, podemos apoyarnos de:

1) El ejemplo por parte de los adultos.
2) Promover motivos valiosos.
3) Con la exigencia, transformada en autoexigencia.
4) Con la motivación mantenida durante el tiempo de la realización de la actividad.
5) Con metas a corto plazo.
6) Con tareas que supongan esfuerzo adaptado a las posibilidades de la persona que debe realizarlas.
7) Con tareas de dificultad graduada y progresiva.

Por tanto, deben existir muchas oportunidades para resolver problemas y superar las dificultades sin ayuda, con iniciativa y esfuerzo personal. Que los hijos se ganen lo que quieren conseguir.

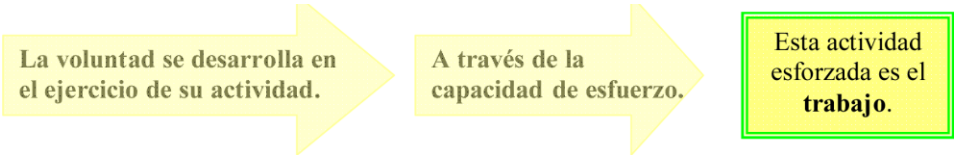
Para ello es importante presentar el esfuerzo como algo positivo:

- Lo natural es esforzarse. La vida es lucha. La lucha es la condición principal del éxito.
- La mayor de las satisfacciones es el descanso después del trabajo bien realizado.
- Conseguir metas difíciles por sí mismo, gracias al propio esfuerzo, le hace sentirse a uno; útil, contento y seguro.

La voluntad se forja en la superación de las dificultades

Para lograr lo que hasta ahora hemos platicado se requiere de una cualidad que encontramos dentro de nosotros mismos, pues la dificultad

más seria la encontramos en algo interior, y es el autodominio para poder aprender a gobernar nuestros impulsos. Porque quien no es capaz de dominarse no puede querer; la libertad se basa en el hábito de gobernarse a sí mismo; asumir la disciplina como algo propio que contribuye al crecimiento de la libertad.



Cuando el trabajo humano se realiza con la mayor perfección posible, el resultado del mismo es la obra bien hecha.

La obra bien hecha tiene diferentes etapas que son, al mismo tiempo condiciones de la misma: Debe ser bien ideada, bien acabada y bien valorada. En cada una de estas etapas se requiere de la actuación de la voluntad.

Obra bien hecha

Bien Ideada	Bien Preparada	Bien Valorada
Implica una voluntad inicial, que supone un esfuerzo para comenzar.	Aquí desarrollamos la voluntad continuativa, que significa esfuerzo, constancia para continuar la obra iniciada.	Al terminar, utilizamos la voluntad de acabamiento, que supone la perseverancia, esfuerzo para terminar bien la obra, para que sea una obra bien concluida, completa.
Como hacer el aseo de la casa, inicia con el deseo; querer hacerlo.	*Y ya comenzando, no dejarlo, seguir con el mismo empeño que en un principio.*	*Hasta terminar y lograr la satisfacción del trabajo bien hecho.*

El trabajo bien hecho y la formación de la voluntad consiste, fundamentalmente en:

- Cuidar las cosas pequeñas, en estar pendiente de cada detalle. Lo que implica la práctica de las virtudes como:
    - Orden.
    - Paciencia.
    - Constancia.
    - Tenacidad.
    - Puntualidad.
    - Atención.
    - Aplicación.
    - Asiduidad.
- Requiere además la capacidad de asumir riesgos y disposición para volver a empezar.
- Demanda autoexigencia y afán de superación creciente. Hacer lo que hay que hacer en su momento y hacerlo no solo bien, sino cada vez mejor.
- Prepararnos desde la infancia para aprender a trabajar con motivos elevados, con responsabilidad y con actitud de servicio.

DUDAS Y COMENTARIOS

(15 min.)

Este espacio es para que se puedan responder aquellas dudas que tengan los participantes o escuchar comentarios que puedan enriquecer el tema.

ACTIVIDAD EXPERIENCIAL
(20 min.)

Objetivo:

Identificar las situaciones de la vida familiar en las que podemos formar la voluntad como experiencias de desarrollo de cada uno de los miembros.

Tamaño de Grupo:

30 participantes.

Material:

No se necesita.

Desarrollo:

Dividir al grupo en 6 equipos de 5 personas cada uno, en los que 3 equipos discutirán sobre una pregunta y los restantes sobre la segunda. Al final se realizará una puesta en común (plenaria), de las conclusiones a las que se llegaron en los diferentes equipos. Los temas son:

- ¿Qué actividades o situaciones nos ayudarán a formar y educar la voluntad de los niños?
- ¿Qué actividades o situaciones nos ayudarán a formar y educar la voluntad de los adolescentes?

EVALUACIÓN
(15 min.)

Entregar a los participantes el formato de evaluación de la sesión y dar el tiempo necesario para que lo contesten.

TAREA Y PROPÓSITO
(10 min.)

Contestar de forma escrita (de preferencia), las siguientes preguntas y comentarlas con su esposo o esposa:

- ¿Qué puedo hacer para mejorar mi formación de la voluntad?
- ¿Cómo puedo propiciar el desarrollo de la voluntad en mi familia?
- ¿Qué necesito para comenzar?

MATERIAL DIDÁCTICO

Pliegos de papel rotafolio y marcadores, o

pizarrón y gises, o

pintarrón y marcadores.

GLOSARIO

Abnegación:

Altruismo que lleva a sacrificar los propios intereses en bien de otras personas, por un ideal.

Absoluto:

Completo/Total. Ilimitado.

Abstracto:

Lo difícil de determinar/difícil de comprender.

Adolescencia:

Edad que sucede a la niñez y que transcurre desde la pubertad hasta el pleno desarrollo.

Adultez:

Edad o periodo en que se ha llegado al mayor crecimiento o desarrollo, tanto físico como psicológico.

Afabilidad:

Trato agradable en la relación con otras personas.

Afectividad:

Conjunto de fenómenos psíquicos directamente relacionados con la vida emotiva y sentimental.

Alteridad:

Que se da respecto a otras personas / Condición de ser otro.

Altruismo:

Actitud basada en la consideración del bienestar de los demás.

Amistad:

Afecto o cariño reciproco y desinteresado entre las personas. Valor que permite tener con algunas personas, por intereses comunes de cualquier tipo, contactos periódicos personales a causa de una simpatía mutua, en la cual ambos se interesan por la mejora del otro.

Amor:

Conjunto de sentimientos, emociones, pasiones que se distinguen por la atracción y dependencia entre dos o más personas. Es el efecto mediante el cual se acepta el compromiso de nunca hacer daño al ser amado, ni a nosotros mismos.

Apatía:

Pérdida de sentimientos y falta de actividad. Estado de indiferencia frente a las personas, al medio o a los acontecimientos.

Autoconocimiento:

Conocimiento que una persona tiene de sí misma, el cual favorece el sentido de la propia identidad.

Autoestima:

Concepto que tenemos de nuestra valía y se basa en los pensamientos, sentimientos, sensaciones y experiencias que sobre nosotros mismos hemos ido recogiendo de nuestra vida. Apreciar y disfrutar la manera de ser de la persona que no solo construye un concepto o una imagen propios, sino que busca estar a gusto con ella misma.

Autoridad:

Estatus social de una persona o institución que le ofrece la posibilidad de dirigir a otros individuos o de influir en sus opiniones y decisiones. Poder que tiene una persona sobre otra que le está subordinada.

Benevolencia:

Simpatía hacia las personas.

Carácter:

Conjunto de características de una persona que la distinguen de otra. Modo habitual de ser y comportarse de una persona.

Castidad:

Virtud opuesta a la lujuria. Virtud que no está tanto en no ejercer la capacidad sexual, sino en ejercerla ordenadamente, como se debe y con quien se debe.

Cognitivo:

Referente a la capacidad de conocer.

Coherencia:

Enlace. Relación entre varias cosas.

Compostura:

Manera de comportarse.

Comprensión:

Facultad, capacidad para entender las cosas. Actitud prudente.

Comunicación:

Proceso por el cual el individuo expresa lo que se es, dice, piensa y siente. Incluye a un emisor, un receptor y un mensaje. Proceso de dar, recibir e intercambiar información a través de mensajes verbales y no verbales.

Conciencia:

Estado de la persona normal cuando está despierta, en el cual es sensible a los estímulos y a través de su comportamiento indica que tiene plena noción de sí misma y de su entorno.

Concordia:

Unión de los corazones de quienes forman parte de la familia. Acuerdo, conformidad y armonía entre las cosas o personas.

Concreto:

Algo que es preciso, específico, determinado, real.

Confianza:

Actitud de tranquilidad derivada del convencimiento de que algo o alguien, o incluso uno mismo, se portará o funcionará como se espera. Sentimiento de seguridad. Creer.

Conmutativa:

Justicia basada en la igualdad de derechos y deberes.

Contrato:

Pacto establecido con ciertas formalidades entre dos o más personas, en virtud del cual se obligan recíprocamente a ciertas cosas.

Conyugal:

La relación entre esposo y esposa en los diversos ámbitos de la vida.

Corrección:

Rectificación o enmienda de los errores o defectos de alguien o algo. Comportamiento de acuerdo a las normas de trato social. Reprimenda. Enmendar.

Crisis:

Cambio importante en el desarrollo de un proceso que da lugar a una inestabilidad. Mutación considerable que produce cambios.

Dar:

Actuar en favor de otras personas desinteresadamente. Entregar/Conceder/Otorgar.

Deferencia:

Amabilidad que se tiene con alguien por respeto o cortesía. Condescendencia, consideración.

Desencanto:

Desilusión.

Distributiva:

Repartir entre varios. Dar a cada cual lo que se merece.

Diversidad:

Variedad.

Educación:

Proceso de sociabilización y aprendizaje encaminados al desarrollo intelectual, ético, moral y espiritual de la persona.

Epístola:

Carta. Escrito que se dirige a determinadas personas.

Equidad:

Justicia. Plantea un principio basado en la responsabilidad moral de ayudar a los demás a crecer desde sus propias capacidades y condiciones de manera diferenciada.

Equilibrio:

Armonía. Proporción. Estable.

Etapa:

Periodo que media entre dos puntos importantes de una acción o proceso.

Evasión:

Fugarse, escaparse. Evitar un daño o peligro inminente.

Exasperar:

Lastimar, irritar una parte dolida o delicada. Irritar, dar gran motivo de enojo.

Exclusivo:

Adhesión a una persona o cosa, sin prestar atención a los demás.

Experiencia:

Todos los conocimientos adquiridos mediante la práctica o la acción. Enseñanza sacada de lo que uno ha hecho.

Explícita:

Que expresa clara y determinantemente una cosa.

Familia:

Institución natural consistente en un grupo de personas, que surgida de la unión original de un hombre y una mujer, están unidas por vínculos amorosos, de consanguinidad y jurídicos, para crecer ayudándose unos con otros, precisamente a través de las relaciones entre todos, a alcanzar el mayor grado de perfección personal posible.

Fatiga:

Sensación de agotamiento que el sujeto experimenta, generalmente tras la realización prolongada de una actividad o como consecuencia de un trabajo demasiado intenso.

Fidelidad:

Opción y obligación reciproca de los cónyuges de guardarse el uno al otro, de no cometer adulterio. Lealtad entre ellos como consecuencia del vínculo matrimonial. Conducta de la persona honesta que es fiel a sus principios, que es leal con los valores que ocupan los primeros lugares en su jerarquía personal.

Formación:

Esmerarse por sacar lo mejor de la persona, en el afán de pulir su personalidad y lograr una congruencia de vida.

Fortaleza:

Virtud cardinal que consiste en vencer el temor y huir de la temeridad.

Género:

Especie, conjunto de cosas, animales o plantas que tienen caracteres comunes.

Generosidad:

Actuar en favor de otras personas desinteresadamente/Inclinación a dar.

Gradual:

Que avanza poco a poco, gradualmente. De menor a mayor.

Heteroestima:

Afecto que los otros nos ofrecen y que es percibido por uno. Capacidad de amar, de salir de uno mismo para entregarse a los demás.

Holgazanería:

Estar voluntariamente ocioso o trabajando muy poco.

Honestidad:

Forma de ser que comprende el bien obrar de forma integral. Pudor, decencia.

Honradez:

Manera de obrar con rectitud.

Igualdad:

Conformidad de una cosa con otra en naturaleza, forma, cantidad y calidad.

Implícita:

Aquello que se considera incluido en un pensamiento o acción sin que necesariamente se exprese.

Indisoluble:

Que no se puede disolver, romper.

Infancia:

Primer periodo del desarrollo de la vida humana, desde su nacimiento hasta la pubertad.

Inmanencia:

Unión esencial e inseparable por naturaleza.

Inmanente:

Inherente a algún ser o que está unido de modo inseparable a su esencia.

Inteligencia:

Facultad de concebir, conocer y comprender las cosas. Capacidad del sujeto para adaptarse a un ambiente, pensar racionalmente y solucionar problemas.

Intimidad:

Sentimientos y pensamientos más profundos de una persona. Interior/Privado. Capacidad de establecer relaciones emocionalmente estrechas.

Jerarquía:

Establecimiento de niveles y prioridades en las conductas, objetivos o necesidades humanas. Orden.

Justicia:

Virtud que nos hace dar a cada cual lo que le pertenece, de acuerdo con el cumplimiento de sus deberes y sus derechos.

Juventud:

Época de la vida entre la infancia y la edad madura.

Lealtad:

Aceptar los vínculos implícitos en su adhesión a otros, de tal modo que se esfuerza y protege, a lo largo del tiempo, el conjunto de valores que representan. Cumplimiento de las leyes de la fidelidad y el honor.

Legal:

Conforme a la ley. Lo que es derecho.

Libertad:

Facultad que tiene el ser humano de obrar o no obrar según su inteligencia y voluntad, para bien o para mal de él mismo o de los demás.

Madurez:

Edad de la persona que ha alcanzado su plenitud vital y aún no ha llegado a la vejez.

Magnanimidad:

Virtud que lleva a superarse y excederse en el cumplimiento de los propios deberes. Generosidad y nobleza de espíritu, misericordia.

Maternidad:

Estado o calidad de madre.

Matrimonio:

Acto mediante el cual el hombre y la mujer intercambian el consentimiento matrimonial, alianza o pacto, entregándose mutuamente como esposos. Unión legítima de hombre-mujer. Sacramento indisoluble que establece esta unión.

Modestia:

Virtud por la cual uno no hable ni piensa con orgullo de sí mismo. Sencillez.

Motivación:

Necesidad o deseo que dinamizan la conducta, dirigiéndola hacia una meta. Acción que nos mueve a hacer algo.

Neurótica:

Que padece neurosis (enfermedad nerviosa que se manifiesta por trastornos psíquicos).

Noviazgo:

Período en que se mantiene una cercanía amorosa con la finalidad de un conocimiento mutuo y cada vez más profundo, con expectativa de un futuro matrimonio.

Obediencia:

Cumplimiento de lo que se manda o es preceptivo. Aceptar y asumir como decisiones propias las de quien tiene y ejerce la autoridad.

Objetivo:

Finalidad/Meta. Persona desapasionada/imparcial.

Ociosidad:

Estado de una persona inactiva, que está sin trabajar.

Paciencia:

Capacidad para esperar con tranquilidad las cosas. Virtud por la cual compensa esperar y superar las molestias que van surgiendo con serenidad.

Paternidad:

Estado o cualidad de padre.

Patriotismo:

Virtud por la cual se ama a la patria, le tributa el honor y servicios debidos, reforzando y defendiendo el conjunto de valores que representa.

Pensamiento:

Idea. Actividad mental asociada con la comprensión, el procesamiento y la comunicación del saber.

Perfección:

Excelencia, superioridad, culminación, madurez, esplendor, pureza, bondad, prototipo, modelo.

Perfeccionamiento:

Virtud u observancia de una vida arreglada. Mejora, desarrollo, progreso, impulso, adelanto, reforma, retoque, corrección, acabado, final.

Perpetuo:
Que dura y permanece para siempre.

Persona:
Individuo de la especie humana. Sujeto de derecho. De la especie humana, hombre/mujer. Sustancia individual de naturaleza racional. (Boecio)

Personalidad:

Carácter original que distingue a una persona de los demás. Conjunto estructurado de elementos cognitivos y no cognitivos relativamente permanentes, que nos permiten identificarnos a nosotros mismos e identificar a los demás.

Perspicacia:

Agudeza, penetración de ingenio o entendimiento.

Piedad:

Compasión. Amor respetuoso. Devoción por algo o alguien.

Ponderar:

Examinar con cuidado algún asunto.

Prerrogativas:

Privilegio o gracia de los que goza una persona o el Estado.

Probidad:

Bondad, rectitud de ánimo, hombría de bien, integridad y honradez en el obrar.

Prudencia:

Virtud que facilita una reflexión adecuada antes de enjuiciar cada situación y en consecuencia, tomar una decisión acertada de acuerdo con criterios rectos y verdaderos. Calidad de la persona que obra con moderación.

Psicología:

Ciencia que estudia los procesos y fenómenos mentales, especialmente en relación con la conducta humana.

Pudor:

Intimidad de la persona; mantiene su intimidad rechazando lo que puede dañarla. Reconoce el valor de ésta y respeta a los demás.

Recato:

Prudencia en el hablar y en el obrar, valoración de la propia intimidad, que lleva a la persona honesta a medir lo que debe y lo que no debe mostrar de su intimidad, tanto física como afectiva y espiritual.

Recibir:
Tomar de alguien lo que le dan o le envían. Aceptar algo dado.
Recíprocamente:
Igualdad en la correspondencia de uno a otro.

Respeto:

Actuar o dejar de actuar, procurando no perjudicar ni dejar de beneficiarse a sí mismo ni a los demás, de acuerdo con sus derechos, condiciones y circunstancias.

Responsabilidad:

Asumir las consecuencias de los propios actos y decisiones que tome o acepte.

Rutina:

Costumbre de hacer las cosas del mismo modo.

Sabiduría:

Conocimientos profundos que se adquieren a través del estudio o de la experiencia.

Senectud:

Último periodo natural de la vida humana.

Sexo:

Condición orgánica que distingue al macho de la hembra en los seres humanos, animales y plantas.

Sexualidad:

Consiste en el conjunto de características físicas, psicológicas y racionales, que constituyen a la persona como varón o como mujer.

Sobriedad:

Virtud que permite distinguir entre lo que es razonable y lo que es inmoderado, utiliza razonablemente sus sentidos, tiempo, dinero, esfuerzos, de acuerdo con criterios rectos y verdaderos.

Solidaridad:

Unión entre los miembros de la sociedad y entre los grupos que la integran, para asumir las responsabilidades y realizar las tareas que requieren al bien común y la perfección de la vida humana.

Subjetivo:

Aquello que existe solamente para el sujeto, para la conciencia del que lo experimenta.

Temperamento:

Constitución particular de cada persona que determina su carácter. Modo de ser predominante de un individuo.

Templanza:

Virtud cardinal que consiste en sujetar a razón los apetitos y el uso de los sentidos. Sobriedad y continencia.

Tolerancia:

Se basa en la idea de que todos somos imperfectos y se refleja en la aceptación y respeto de las personas con los que se convive a diario.

Trascendente:

Ir más allá, sobrepasar cierto límite. Que se comunica o extiende a otras cosas. Que traspasa los límites de la ciencia experimental.

Tutela:

Autoridad que, a falta de la paterna o materna, se confiere para cuidar a la persona y los bienes de aquel que por minoría de edad, o por otra causa, no tiene completa capacidad civil.

Unidad:

Calidad de las cosas entre cuyas partes hay coordinación.

Urbanidad:

Cortesía. Buenos modales. Buena educación.

Valentía:

Hecho realizado con valor. Jactancia de las acciones de valor y esfuerzo. Decisión. Coraje.

Valores:

Aquello que hace ser más perfecto a algo o a alguien para el fin que fue creado.

Vejez:

Periodo de la vida humana que se ha situado por encima de los 70 años de edad y que se caracteriza por la pérdida de facultades físicas y mentales de forma progresiva.

Vergüenza:

Turbación del ánimo causada por alguna ofensa recibida, por una falta cometida, por temor a la deshonra. Timidez. Cosa que indigna.

Virtudes:

Actos de bondad que se realizan de forma habitual. Hábitos operativos buenos que se generan por la repetición consciente y voluntaria, es decir, de manera intencionada y libre, de actos buenos. Aquello que hace a la persona ser dueño de sí mismo para poder servir mejor a los demás.

Vocación:

Inclinación o motivación de una persona hacia cierta clase de vida o por una profesión.

Voluntad:

Capacidad para utilizar las energías disponibles y dirigirlas a un objetivo. Capacidad para realizar determinadas acciones que de antemano se ha fijado o propuesto el individuo. Facultad o potencia que mueve a hacer o no una cosa.

BIBLIOGRAFÍA

Acevedo, Alejandro, (1997) Aprender jugando, Tomo 1, 2, 3. Ed. Limusa. México.

Blanco, Isauro (2006) Padres comprometidos, familias felices. Ed. Norma. México.

ENLACE (1998) Matrimonio y familia. Ed. Trillas. México.

Epstein, Robert (2002) El gran libro de los juegos de creatividad, ONIRO. España.

Fenoy, Eugenio; Abad, Javier (2003) Amor y matrimonio. Ediciones Palabra. Madrid.

Isaacs, David (2007) La educación de las virtudes humanas y su evaluación. Ed. Minos. España.

López de Llergo, Ana Teresa (2003) Quién fui, quién soy, quién seré. Trillas. México.

MODELO NACIONAL DE EDUCACIÓN FAMILIAR, TOMO I, II, III (2007) DIF SEP. México.

Oriza Vargas, Jorge A. (2004) La inteligencia emocional en el matrimonio. Ed. Trillas. México.

Pliego Ballesteros, María (2007) Valores y autoeducación. Ed. Minos. España.

Vázquez, Antonio (2005) Matrimonio para un tiempo nuevo. Ediciones Palabra. Madrid.

Verdugo, Julio César (2002) Técnicas de manejo grupal. Universidad de Colima. Colima.

Villalobos Pérez-Cortés, Elvia (2003) Educación familiar. Trillas. México.

Yepes Stork, Ricardo (2003) Fundamentos de antropología. Ed. EUNSA. España.

ENLACE (1998) La familia, valores y autoridad. Vol. 1. Ed. Trillas. México.

ANEXOS

1. EJERCICIO DE AUTOCONOCIMIENTO[1]

Para reflexionar cuánto nos conocemos, y podernos autoevaluar en diferentes épocas de la vida.

Responder a las siguientes preguntas de manera individual y en un momento adecuado, compártelas con tu cónyuge:

1. ¿Cuáles son nuestros estados emocionales dominantes? Somos audaces, tímidos, optimistas o pesimistas.

2. ¿Qué tanto hemos desarrollado nuestro carácter? Entendido como el desarrollo de nuestra capacidad para reaccionar con la energía, voluntad e inteligencia que demandan los diferentes retos que enfrentamos en nuestra vida. ¿nos dan miedo los retos o los enfrentamos con valor e inteligencia? ¿esperamos a que alguien nos resuelva los problemas, esperamos a que se resuelvan solos o tenemos la iniciativa y la energía para resolverlos?

3. ¿Cuáles son nuestras principales capacidades? ¿cómo es nuestra memoria o nuestra capacidad para retener información y para analizar situaciones y resolver problemas? Enumere todas sus capacidades como el gusto por la pintura o por la música, capacidad para realizar trabajos manuales, etc.

[1] Cfr. Oriza Vargas, Jorge A. (2004) *La inteligencia emocional en el matrimonio*. Ed. Trillas. México. Págs. 41-43

4. ¿Cuáles son nuestras principales actitudes ante la vida y ante los demás? ¿somos luchadores, respetuosos o responsables, somos acaso amistosos o cariñosos? ¿las personas confían en nosotros? Es importante hacer el esfuerzo por reflexionar acerca de cuáles son las principales actitudes que constituyen nuestra conducta cotidiana; actitudes como ser comprensivo, ser humilde, ser honesto, ser sincero, o como contraparte, ser antipático, soberbio, orgulloso, deshonesto, etc.

5. ¿Cuáles son nuestros principales valores que vivimos y mostramos a nuestros hijos? Podemos hacer una lista y luego jerarquizarlos en orden de importancia. ¿Qué tan consistentes o congruentes somos en nuestras respuestas actitudinales o sentimentales con respecto a nuestros valores y a nuestro actuar de cada día?

6. ¿Cuáles son nuestras principales motivaciones? ¿tenemos acaso objetivos y metas bien definidas? ¿les hemos dado una dirección y sentido a nuestra vida?

7. ¿Qué tanto sabemos de nuestro cuerpo y de nuestra salud? ¿tenemos algún problema de salud hereditario por el que tengamos que tener ciertas precauciones? ¿tenemos los hábitos que nos permiten conservar a nuestro cuerpo y salud en óptimas condiciones?

8. ¿Qué características y hábitos podrían definirnos mejor? Por ejemplo, ¿somos organizados o desorganizados?, ¿atentos, serviciales, puntuales, limpios, de buenos modales o malhablados; pacientes, impacientes, estudiosos, flojos o perezoso? Por otra parte, ¿cuáles son los principios, ideales y conceptos de nuestra ideología fundamental? ¿somos religiosos, místicos o incrédulos?, ¿somos acaso autoritarios, ambiciosos, celosos, egoístas?, y una muy importante, ¿somos autocríticos?

2. FORMACIÓN DEL AUTOCONCEPTO

LA AUTOESTIMA EN LA FAMILIA [1]

Sugerencias para mejorar la autoestima de los miembros de la familia, basadas en algunos principios fundamentales.

1. Cada miembro de la familia es tratado con respeto, pues nuestra familia está más centrada en las personas y no en las cosas. Una de las principales formas que tenemos para incrementar la autoestima, es mantener relaciones agradables que nos permitan sentirnos importantes y valiosos ante los ojos de las personas estimadas para ellos.

2. Valora la unidad de cada integrante de tu familia. Por lo general, las comparaciones hacen mucho daño al autoconcepto y a la autoestima de las personas. Hay que enseñarle a las personas a compararse consigo mismo, con sus realizaciones anteriores, con lo que pueda llegar a ser.

3. Orienta la fantasía o creatividad de cada persona hacia los resultados, para que no se disperse en sueños inútiles o proyectos sin terminar.

4. Manifiesta lo positivo que tiene cada uno. Despierta la exploración y el descubrimiento de las capacidades latentes. Uno de los principales proveedores de la autoestima es la vivencia del éxito en las principales áreas de la vida: Relaciones familiares, sociales, deporte, área académica.

[1] Cfr. Blanco, Isauro (2006) *Padres comprometidos, familias felices*. Ed. Norma. México Págs. 57-67.

5. Espera su realización. Si tienes expectativas grandiosas de los demás (no perfeccionistas), generalmente cumplirán con ellas, porque les transmites un mensaje de esperanza sin palabras. “Si tratas a una persona como es, la deterioras; si la tratas como puede llegar a ser, solo así la desarrollas” (Goethe).

6. Realiza actividades integradoras con tu familia: Sociales, de diversión o íntimas; así les transmites el mensaje de que él o ella es una persona importante y que sus asuntos no son tonterías para ti.

7. Sé un ejemplo de los valores que quieras que aprenda. Esperan de ti modelajes muy claros de las actitudes positivas.

8. Mantén el buen humor. Que tu hogar sea un lugar divertido y cargado de optimismo. Valora altamente los momentos de convivencia, armonía, paz y risas.

3. CALENDARIO DE DESARROLLO INFANTIL

6-9 meses

COGNOSCITIVO LINGÜÍSTICO SOCIOEMOCIONAL ADAPTATIVO FÍSICO

- Se desplaza para alcanzar un objeto.
- Deja caer objetos sin observarlos.
- Agita objetos.
- Encuentra objetos escondidos (inicia la comprensión de la existencia de los objetos, aunque no estén a la vista).
- Alcanza y atrapa objetos cuyo movimiento producen ruido.
- Retira obstáculos para alcanzar un objeto.

- Se detiene ante una orden de "no".
- Imita sonidos

  Comprende los gestos de sus padres.
- Balbucea los sonidos de las letras "m", "n", "t", "d", "b", "p", "g", "k" e "i".
- Dirige su mirada hacia objetos o personas conocidas, cuando le son nombrados.
- Balbucea utilizando la combinación consonante + vocal (p. ej., "ma-ma-ma", 'la-la-la').
- Vocaliza para complacer a otra persona.
- Vocaliza de manera diferente para expresar "hambre"; "enojo", o "satisfacción".

- Interactúa a través de sonrisas y gorjeos.
- Aumentan las interacciones con otros infantes.
- Expresa diferentes estados físicos (p. ej., enojo, cansancio, emoción y hambre).
- Imita expresiones faciales, acciones y sonidos.
- Se inquieta cuando la madre desaparece.
- Rechaza algo que no le agrada, con gestos y movimientos.

- Duerme toda la noche; toma de una a dos siestas durante el día.
- Cierra sus labios al tragar.
- Se quita sus calcetines.

- Permanece sentado sin apoyo.
- Acostado boca arriba, se voltea boca abajo.
- Alcanza objetos pequeños estirando su brazo.
- Sentado, si se siente caerse de lado, se equilibra extendiendo los brazos.
- Se arrastra sobre el vientre hacia delante.
- Recoge objetos con facilidad sin el uso del pulgar.
- Se cambia objetos de una mano a otra.

9-12 meses

- Intencionalmente deja caer objetos para observarlos.
- Pide a un adulto que inicie y detenga el movimiento de un juguete.
- Voltea una tarjeta para ver el dibujo.

- Empieza a relacionar los objetos con sus nombres correspondientes.
- Da objetos cuando se le piden.
- Atiende al escuchar su nombre.
- Aplaude y agita su mano cuando se le solicita.
- Gesticula y vocaliza sus deseos y necesidades.
- Articula casi todos los sonidos del habla.

- Pocas veces se separa de su manta o juguete favorito.
- Participa en juegos simples: "escondidas", "papas y papas", etc.
- Repite acciones que llaman la atención o resultan graciosos para los demás.
- Expresa dos o más emociones (p. ej. placer, temor, tristeza).
- Responde de manera diferente ante niños y adultos.

- Duerme toda la noche; toma una sola siesta durante el día.
- Cierra su boca en el filo de una taza, derramando líquido a través de las orillas de su boca.
- Sujeta una taza y la dirige a la boca, tomándose de 4 a 5 sorbos.
- Toma una galleta y se la come sin ayuda.
- Sostiene el biberón, sin ayuda, al beber su contenido.

- Con apoyo se inclina hasta sentarse.
- Con apoyo se levanta hasta pararse.
- Toma objetos pequeños utilizando los dedos pulgar e índice.
- Camina si se le sostiene de una mano.
- Presiona con el dedo índice.
- Se desplaza apoyándose en los muebles.

- Dice una palabra de dos sílabas (p. ej. "mamá", "papá", "tata", "tete".
- Para obtener lo que desea, guía a los demás a través de acciones físicas: palmeando, estirando, empujando, jalando.

- Responde con llanto y/o enojo al regaño.
- Reacciona con desconfianza ante un desconocido.

- Le agradan o le desagradan ciertas comidas.
- Empieza a cooperar al ser vestido.
- Evacua con con regularidad.
- Reclama el cambio de pañal.

- Se mantiene momentáneamente de pie, sin ayuda.
- Alterna la acción de gatear y de sentarse.

COGNOSCITIVO LINGÜÍSTICO SOCIOEMOCIONAL ADAPTATIVO FÍSICO

(1 a 1 1/2 año)

- Activa un juguete después de la demostración hecha por un adulto.
- Pide a un adulto que le dé cuerda a un juguete nuevo.
- Llena y vacía un recipiente con objetos.
- Mueve carritos o juguetes diseñados con ruedas.
- Observa los dibujos de un cuento indicando o nombrando objetos conocidos, si se le requiere.
- Muestra juguetes a los adultos.
- Encuentra objetos escondidos en: una caja, bajo una tela o lienzo.
- Maneja de 3 a 4 juguetes, dejándolos de lado al recibir un juguete nuevo.
- Levanta objetos del suelo con un hilo o cuerda.
- Demuestra el uso de objetos conocidos (p. ej., taza, cuchara).

- Expresa de manera adecuada de 3 a 20 palabras simples.
- Muestra comprensión de lo que escucha, a través de dirigir su mirada hacia el emisor, expresando o repitiendo palabras mencionadas.
- Al requerírsele, señala de 1 a 3 partes de su cuerpo.
- Señala el objeto deseado.
- Protesta diciendo "no" moviendo su cabeza, retirándose o frunciendo el ceño.
- Utiliza gestos y palabras rituales como: "adiós", "hola".
- Dice "mamá", "papá" discriminadamente.
- Al requerírsele, señala objetos conocidos.
- Responde a preguntas simples de qué, quién, y cuándo.
- Utiliza gestos y vocalizaciones para reñir, bromear, avisar.
- Utiliza frases de una sola palabra para expresar un pensamiento completo (p. ej. "parque" por "llévame al parque"
- Utiliza la entonación de oraciones e imita algunas palabras.
- Dice "se acabó" y pide "más".

- Se reconoce ante un espejo y/o retrato.
- Juega solo durante periodos breves.
- Manifiesta celos.
- Al conducirse de manera independiente, quizá requiera regresar a donde sus papás por seguridad y atención (le agrada saber que un adulto está cerca).
- Muestra primeros indicios de independencia al conducirse de manera juguetona y exploratoria (probablemente siga requiriendo algo de supervisión y apoyo).
- El contacto con otros niños es propiciado por un adulto o un juguete.
- Al enfrentar una situación nueva, busca a sus padres para sentirse seguro.

- Duerme durante la noche, sin necesidad de tomar ninguna siesta durante el día.
- Come con cuchara y bebe en taza, sin ayuda; pero derramando el alimento frecuentemente.
- Se sienta en el sanitario por lo menos un minuto y con supervisión.

- Deja caer objetos dentro de un recipiente pequeño.
- Apila de 2 a 4 objetos.
- Toma el lápiz con el puño y el pulgar hacia arriba.
- Sube y baja una escalera con ayuda y descansando ambos pies en cada escalón.
- Inicia y detiene su marcha sin dificultad.
- Estando sentado, puede pararse sin apoyo.
- Al caminar, disfruta empujar o jalar juguetes.
- Desarma juguetes que han sido diseñados para armar y desarmar.
- Da pasos sin ayuda.
- De pie, puede inclinarse y volver a incorporarse (flexionando las rodillas).

COGNOSCITIVO	LINGÜÍSTICO	SOCIOEMOCIONAL	ADAPTATIVO	FÍSICO
(1 1/2 a 2 años)				
18 a 24 meses ☐ Busca a una persona conocida que ha abandonado la habitación. ☐ Activa un juguete sin demostración de un adulto. ☐ Espontáneamente nombra objetos. ☐ Utiliza un objeto (palo, tabla) para acercar un juguete que está fuera de su alcance. ☐ Busca metódicamente un objeto escondido.	☐ Comprende aproximadamente 300 palabras. ☐ Utiliza de 20 a 50 palabras. ☐ Al requerírsele, señala 5 partes de su cuerpo ☐ Elabora palabras con la estructura consonante/vocal/ consonante. ☐ Elabora oraciones con un promedio de 2 palabras. ☐ Niega y afirma con el movimiento de su cabeza.	☐ Disfruta los juegos sencillos de simulación (p. ej., al darle de comer el adulto simula que la cuchara es un avión). ☐ Juega solo, aún cuando otros niños estén presentes. ☐ A menudo hace lo lo contrario de lo que se le pide. ☐ Usualmente se muestra desafiante diciendo "no" a muchos requerimientos. ☐ Es curioso, se mete en todo. ☐ Se le dificulta compartir. ☐ Ayuda a guardar las cosas.	☐ Empieza a utilizar el tenedor. ☐ Mastica la comida. ☐ Imita diversas acciones domésticas (p. ej., barrer, lavar, pasar el plumero) ☐ Aparta el obstáculo que le impida abrir la puerta. ☐ Indica o verbaliza sus necesidades fisiológicas el 50% de las veces.	☐ Elabora vigorosamente garabatos con crayolas o marcadores. ☐ Apila de 4 a 6 objetos. ☐ Encaja anillos al azar en el tablero. ☐ Camina sin caerse. ☐ Lanza pelotas pequeñas. ☐ Al escuchar música empieza a bailar. ☐ Patea pelotas hacia adelante. ☐ Se pone en cuclillas para jugar. ☐ Baja las escaleras gateando hacia atrás.
(2 a 2 1/2 años)				
24 a 30 meses ☐ Da secuencia a las acciones en sus juegos, tales como: preparar la papilla para la muñeca, darle de comer, limpiar su boca. ☐ Imita el doblado de un papel por la mitad. ☐ Cuenta de memoria hasta el número 5. ☐ Acomoda figuras iguales (p. ej., círculos con círculos, triángulos con triángulos). ☐ Comprende los Conceptos "uno", "dos", "muchos" y "todos". ☐ Inserta anillos en una clavija en orden de tamaño.	☐ Comprende aproximadamente 500 palabras. ☐ Utiliza hasta 200 palabras. ☐ Elabora oraciones con un promedio de 2 a 3 palabras. ☐ Responde a preguntas que impliquen qué, dónde,(p. ej., qué es eso?) ☐ Sigue Instrucciones simples (p. e., "siéntate aquí", "tráemelo". ☐ En ocasiones sustituye u omite algunas consonantes. ☐ Elabora preguntas simples(p. ej., ¿se fue Papi?). ☐ Utiliza el número plural de palabras simples (p. ej., "gato/gatos"). ☐ Responde a 2 órdenes relacionadas (p. ej., "levanta la pelota y tráemela).	☐ Insiste en hacer las cosas por sí mismo(p. ej., comer con cuchara, tomar de un vaso). ☐ Reacciona con berrinches al frustrarse. ☐ Es tímido ante desconocidos, especialmente si son adultos.	☐ Se quita los zapatos, calcetines y algún tipo de pantalones. ☐ Coopera para ser vestido. ☐ Abre la puerta girando la perilla. ☐ Trata de lavarse las manos y la cara. ☐ Avisa a tiempo sus necesidades fisiológicas para llegar al sanitario sin accidentes. ☐ Tiene evacuaciones menos frecuentes. ☐ Utiliza el bebedero para tomar agua. ☐ Ayuda con los quehaceres domésticos (p. ej., ayuda a guardar cosas).	☐ Sube las escaleras: alternando los pies en cada escalón. ☐ Apila de 6 a 7 cubos. ☐ Camina hacia atrás. ☐ Corre sin caerse. ☐ Sostiene la crayola con los dedos manteniendo el dorso de la mano hacia afuera y el antebrazo acomodado de tal manera, que el dedo pulgar esté dirigido hacia abajo. ☐ Brinca con un pie dando varios pasos. ☐ Utiliza constantemente una mano en la mayoría de sus actividades. ☐ Manipula, presiona y extiende la plastilina. ☐ Brinca con los 2 pies en un espacio (sin avanzar). ☐ Imita trazos circulares, horizontales y verticales.

30 meses

COGNOSCITIVO LINGÜÍSTICO (2 1/2 a 3 años)

- Agrupa 3 colores primarios igualándolos.
- Agrupa objetos conocidos por su color, forma, tamaño y función.
- Intenta alcanzar objetos elevados mediante el uso de medios adecuados, (silla, taburete).
- Dibuja una cara siguiendo un modelo.
- Agrupa objetos con su respectiva fotografía.
- Comprende Aproximadamente 900 palabras.
- Utiliza hasta 500 palabras.
- Elabora oraciones con un promedio de 3 a 4 palabras.
- Comprende las palabras "grande" y "pequeño".
- Señala objetos familiares en un libro de figuras.
- Se refiere a sí mismo por su nombre.
- Utiliza pronombres (p. ej., yo, mío, tú).
- Identifica fotografías de objetos comunes descritos por su uso (p. ej., "muéstrame qué usas para comer").
- Articula las consonantes: "m", "n", "p" y "l".
- Utiliza pronombres en Tercera persona: "él", "ella"; y los posesivos: "mío", "tuyo", "suyo"
- Elabora preguntas Simples utilizando las Palabras: qué, dónde.

SOCIOEMOCIONAL

- Dice "por favor" y "gracias" cuando se le recuerda.
- Juega adecuadamente en grupos de 2 o 3 niños durante periodos cortos.
- Muestra mucha insistencia en conseguir lo que desea.
- Inicia con los juegos simbólicos simulando ser determinado personaje (p. ej., indios, vaqueros o personajes de películas infantiles).

ADAPTATIVO

- Pincha la comida con el tenedor y se la lleva a la boca.
- Puede ponerse prendas sencillas tales como: los calcetines, la camisa y el abrigo.
- Empieza a controlar sus esfínteres y las deposiciones diurnas, teniendo accidentes ocasionales.

FÍSICO

- Baja las escaleras alternando los pies en cada escalón.
- Apila de 7 a 8 cubos.
- Atrapa una pelota extendiendo sus brazos y presionándola contra el pecho.
- Realiza cortes con tijeras intentando seguir una línea

36 - 42 meses

COGNOSCITIVO LINGÜÍSTICO (3 a 3 1/2 años)

- Comprende el concepto de "más" (p. ej., "cuál de estas canastas tiene 'más' pelotas?".
- Identifica y nombra los colores primarios
- Recuerda eventos de una semana anterior.
- Escucha historias simples.
- Pregunta el significado de palabras desconocidas.
- Comprende aproximadamente 1,200 palabras.
- Utiliza hasta 800 palabras.
- Elabora oraciones con un promedio de 4 a 5 palabras.
- Escucha cuentos y pide que le repitan los que le gustan.
- Conoce los conceptos "delante" y "detrás".
- Construye oraciones con sujeto, verbo y Complemento.

SOCIOEMOCIONAL

- Utiliza un estilo complejo del habla al interactuar con otros niños en situaciones sociales o de juego.
- Muestra afecto hacia niños menores abrazándolos y besándolos.
- Busca atraer la atención de los demás.
- Detecta si la atención de los demás es fingida.
- Comparte sus juguetes.

ADAPTATIVO

- Se sirve de una jarra, con ayuda.
- Manipula botones grandes y broches.
- Se lava y seca las manos sin ayuda.
- Controla sus esfínteres y deposiciones.

FÍSICO

- Sostiene la crayola entre el índice, el anular y el pulgar sin sin cerrar el puño.
- Manipula clavijas y clavijeros.
- Patea pelotas grandes.
- Pedalea y conduce un triciclo pequeño.
- Al dibujar, utiliza movimientos circulares, verticales y horizontales.

- [ ] Siguiendo un modelo, arma un tren utilizando cubos.
- [ ] Construye puentes utilizando cubos.
- [ ] Describe objetos por su función o uso.
- [ ] Lee garabatos como si fueran palabras reales.
- [ ] Empieza a formar juicios simples de Valor: "bueno", "malo" "bonito", "feo".
- [ ] Responde a dos órdenes no relacionadas (p. ej., "deja el vaso en la mesa y apaga la televisión).
- [ ] Inicia la etapa de "preguntar" utilizando las palabras: por qué, Quién, cuántos, y qué.
- [ ] Utiliza el tiempo pasado de verbos regulares.
- [ ] En la mayoría de las palabras pronuncia adecuadamente las consonantes finales.
- [ ] Usualmente espera su turno.

	COGNOSCITIVO	LINGÜÍSTICO	SOCIOEMOCIONAL	ADAPTATIVO	FÍSICO
4 años 2 meses a 4 años 6 meses	(3 1/2 a 4 años)				
	- [ ] Cuenta 5 objetos. - [ ] Dibuja una cara humana. - [ ] Expresa su edad y su apellido. - [ ] Organiza juegos de simulación (p. ej., la casita, a tomar el té, indios y vaqueros, la guerra de las galaxias). - [ ] Incorpora objetos imaginarios en sus juegos. - [ ] Clasifica objetos por su forma y su color.	- [ ] Comprende aproximadamente de 1,500 a 2,000 palabras. - [ ] Utiliza hasta 1,000 palabras. - [ ] Elabora oraciones con un promedio de 4 a 5 palabras. - [ ] Articula las consonantes "b", "c", "d", "f", "j", "k", "ñ" y "t". - [ ] Responde a tres órdenes relacionadas (p. ej. "recoge la cuchara, ponla en la taza y tráemela"). - [ ] Describe el uso de objetos comunes. - [ ] Completa analogías verbales simples (p. ej. "papi es hombre, mami es…").	- [ ] Dice "gracias" y "por favor" espontáneamente. - [ ] Afirma si es niño o niña. - [ ] Inicia el juego cooperativo. - [ ] Saluda a personas conocidas con abrazos espontáneos. - [ ] Muestra sentimientos de empatía por los demás. - [ ] Se separa de sus padres sin llorar.	- [ ] Come sin ayuda toda su comida, derramando ligeramente el alimento. - [ ] Se cepilla los dientes siguiendo indicaciones. - [ ] Se pone sus zapatos sin anudarlos. - [ ] Limpia su nariz al recordarle e indicarle cómo hacerlo.	- [ ] Recorta un círculo con tijeras. - [ ] Modela figuras sencillas con barro, arcilla o plastilina (p. ej. , pelotas, víboras). - [ ] Corre esquivando obstáculos y dando vuelta en esquinas. - [ ] Camina sobre una línea recta. - [ ] Arma un rompecabezas sencillo de 3 a 5 piezas. - [ ] Sube escaleras pequeñas de juegos infantiles. - [ ] Se sostiene en un pie, sin ayuda, entre 5 y 10 segundos.

COGNOSCITIVO LINGÜÍSTICO	SOCIOEMOCIONAL	ADAPTATIVO	FÍSICO

(4 a 4 1/2 años)

COGNOSCITIVO LINGÜÍSTICO	SOCIOEMOCIONAL	ADAPTATIVO	FÍSICO
4 a 4 ½ años ☐ Reconoce algunas letras. ☐ Apila 5 objetos en orden de tamaño. ☐ Comprende el concepto del número 3 (p. ej. "dame tres". ☐ Intenta dibujar objetos. ☐ Deduce qué va a pensar después. ☐ Empieza a diferenciar lo real de lo irreal, preguntando "¿es verdad?". ☐ Juega con palabras (p. ej. crea sus propias rimas). ☐ Menciona el nombre de la calle y la ciudad donde vive. ☐ Construye pirámides utilizando 6 cubos. ☐ Clasifica objetos por su función.	☐ Comprende aproximadamente de 2,000 a 2,500 palabras. ☐ Utiliza hasta 1,500 palabras. ☐ Elabora oraciones con un promedio de 4 a 5 palabras. ☐ Utiliza el futuro de los verbos. ☐ Conoce los conceptos "entre", "arriba", "abajo", "encima", "fondo". ☐ Articula la consonante "g". ☐ Realiza pocas omisiones o sustituciones de consonantes. ☐ Utiliza adecuadamente formas verbales posesivas (p. ej. el gato del niño).	☐ Pide ayuda cuando la necesita. ☐ Muestra orgullo al sentirse satisfecho de sus logros. ☐ Juega a disfrazarse. ☐ Muestra arrepentimiento. ☐ Prefiere jugar con otros niños que jugar solo. ☐ Le gusta mostrar sus talentos (p. ej. el canto, baile).	☐ Emplea todos los utensilios al comer. ☐ Limpia lo que haya derramado. ☐ Empieza a anudar las cintas de sus zapatos. ☐ Se lava la cara y las manos sin ayuda. ☐ Utiliza los cierres con facilidad. ☐ Se viste sin ayuda. ☐ Atiende sin ayuda, sus necesidades fisiológicas, pidiendo privacidad en el baño.	☐ Camina balanceando libremente brazos y piernas siguiendo un patrón cruzado o alternado, similar al patrón del caminar del adulto. ☐ Copia figuras de cruces. ☐ Salta sobre objetos de de 12 a 15 centímetros de altura, aterrizando con ambos pies. ☐ Ensarta con destreza cuentas pequeñas en un cordón. ☐ Conduce una bicicleta equipada con ruedas auxiliares.

(4 1/2 a 5 años)

COGNOSCITIVO LINGÜÍSTICO	SOCIOEMOCIONAL	ADAPTATIVO	FÍSICO
4 ½ a 5 años ☐ Dibuja objetos sin modelos. ☐ Reconoce algunas palabras impresas. ☐ Se interesa sobre su propio nacimiento. ☐ Escribe su nombre. ☐ Dibuja figuras con líneas/rayas. ☐ Comprende los conceptos: "más grande", "más alto", "mismo/igual". ☐ Cuenta de memoria hasta el 20. ☐ Clasifica objetos conocidos (p. ej. juguetes, comida, animales). ☐ Le gustan los juguetes interactivos (p. ej., la casa de Barbie, camiones de volteo).	☐ Comprende aprox. de 2,500 a 2,800 palabras. ☐ Utiliza hasta 2,000 palabras. ☐ Elabora oraciones con un promedio de 5 a 6 palabras. ☐ Relata cuento con un lenguaje simple, sin apoyarse en dibujos. ☐ Elabora oraciones de causa y efecto (p. ej. "me dieron un dulce por que me porté bien"). ☐ Genera oraciones compuestas (p. ej. "fuimos a la tienda y compramos leche". ☐ Articula las consonantes "ch", "ll", e "y".	☐ Muestra interés y simpatía por los demás. ☐ Pide permiso para usar las cosas de otras personas. ☐ Juega en grupo respetando reglas sencillas.	☐ Se sirve a sí mismo en la mesa (los padres sostienen el plato de servir). ☐ Se cepilla los dientes. ☐ Empieza a peinarse o a cepillarse el cabello. ☐ Va al baño sin ayuda: se desviste, se limpia, le baja al sanitario y se viste de nuevo.	☐ Brinca en un pie. ☐ Se impulsa al columpiarse utilizando sus piernas, manteniendo su propio ritmo. ☐ Recorta papel siguiendo una línea continua. ☐ Es hábil en el uso del lápiz. Se observan movimientos finos en la mano. ☐ Copia figuras de cuadrados. ☐ Sujeta papeles con un clip. ☐ Realiza maromas. ☐ Camina sobre una barra de equilibrio de 10 cm. de ancho.

- Comprende los conceptos: "pesado/ligero", "largo/corto", "fuerte/suave", "parecido/diferente".
- Articula con dificultad algunas combinaciones de letras.
- Construye un rompecabezas de 8 piezas, sin ensayo y error.

COGNOSCITIVO LINGÜÍSTICO SOCIOEMOCIONAL ADAPTATIVO FÍSICO

(5 a 6 años)

- Nombra los días de la semana, en orden.
- Lee los números del 1 al 10.
- Identifica monedas cuando se le nombran.
- Nombra la mayoría de las letras.
- Repite un cuento de un libro ilustrado, con razonable precisión.
- Comprende que el concepto "cero" (0) representa nada.
- Iguala letras.
- Gusta de libros y revistas ilustradas y de objetos móviles.
- Gusta de las adivinanzas simples.
- Busca reconocer cómo nacen los perros, gatos.
- Comprende aproximadamente 13,000 palabras.
- Elabora oraciones con un promedio de 6 a 7 palabras.
- Utiliza consistentemente todos los pronombres.
- Utiliza los sufijos apreciativos superlativos "ísimo, ísima".
- Establece las similitudes y diferencias entre objetos.
- Comprende el concepto: "contrario" (p. ej. "lo contrario de caliente es..")
- Articula las consonantes: "s", "r".
- Comprende de los conceptos de "ayer/mañana" "más/menos" "algunos/ muchos" "varios/pocos", "mayoría/minoría", "antes/después", "ahora/ más tarde", "mañana/tarde".
- Le agradan los juegos de competencia.
- Expresa sus sentimientos.
- Consuela a sus amigos en situaciones de angustia.
- Se conduce con seguridad al visitar a sus vecinos o familiares.
- Entiende y respeta las reglas justas de un juego.
- Admira profundamente a sus padres.
- Colecciona objetos (p. ej. piedras, barajitas, estampillas, fichas).
- Explica a los demás las reglas del juego.
- Cruza la calle de manera segura.
- Anuda las cintas de sus zapatos sin lograr el nudo completo.
- Se viste y desviste sin ayuda; sin embargo, requiere ayuda con las cintas y al abrocharse la parte posterior de la ropa.
- Se peina con resultados satisfactorios.
- Salta siguiendo una línea recta.
- Recorta figuras simples.
- El dominio lateral manual está establecido.
- Conduce una bicicleta sin ruedas auxiliares.
- Colorea figuras sin salirse del contorno.
- Rebota y atrapa pelotas pequeñas.
- Engoma y pega figuras adecuadamente.

COGNOSCITIVO LINGÜÍSTICO SOCIOEMOCIONAL ADAPTATIVO FÍSICO

(6 a 7 años)

- Escribe los números del 1 al 19, sin requerir un modelo.
- Ordena en secuencia adecuada tarjetas numeradas del 1 al 10.
- Comprende y sigue los horarios de los eventos.
- Resuelve sumas y restas de 1 dígito.
- Escribe de memoria su nombre y apellido.
- Lee 10 palabras escritas.
- Dibuja a una persona con 6 partes racionales.
- Establece los días/ núm. precedentes y consecuentes.

- Comprende aprox. de 20,000 a 26,000 palabras.
- Elabora oraciones con un promedio de 6 a 7 palabras.
- Capta los errores de otros, en el uso del lenguaje.
- Utiliza comparativos de manera adecuada.
- Inventa una historia al momento de narrarla.
- Articula todos los sonidos de la lengua.
- Conoce las estaciones del año y sus características.
- Utiliza la voz pasiva de los verbos.
- Utiliza un léxico apropiado a su edad.
- Dice palabras malsonantes.
- Comprende de manera vaga el tiempo (p. ej. la diferencia entre día/semana/mes).

- Respeta los turnos y las normas del juego.
- Acepta bromas leves y amistosas, sin inquietarse mucho.
- Acepta críticas válidas sin llorar, sin hacer pucheros o negándose a continuar.
- Selecciona a sus amigos.
- Su mejor amigo es del mismo sexo.
- Es obediente y quiere agradar.
- Utiliza excusas para evitar castigos.

- Utiliza el cuchillo para untar el pan.
- Prepara platillos sencillos, (p. ej. cereal, leche con chocolate).
- Se baña sin ayuda.
- Arregla y recoge la mesa sin ayuda.
- Usa la servilleta.
- Se anuda los zapatos con resultados satisfactorios.
- Selecciona la ropa apropiada según la ocasión y la temperatura.
- Atiende a sus necesidades fisiológicas antes de emprender una actividad.

- Aprende a patinar.
- Lanza la pelota hacia un blanco.
- Traza sin dificultades una línea de principio a fin, al proporcionarle un laberinto sencillo en papel.
- Galopa guiándose con un pie por delante, transfiriendo su peso de una manera suave y proporcionada.
- Brinca la cuerda sin ayuda.
- Brinca alternando los pies y manteniendo el equilibrio.

4. DESARROLLO EVOLUTIVO DE LA PERSONA

CUADRO GENERAL DE LAS CRISIS Y SUPERACIONES ADECUADAS[1]

ETAPA	CRISIS	SUPERACIÓN ADECUADA
Prenatal	Del alumbramiento	Hecho de nacer e independizarse
1ª. Infancia: 0 a 3 años	Crecimiento	Dominio sensorio-motriz
2ª. Infancia: 3 a 6 años	Individualidad	Distinguirse de los demás
3ª. Infancia: 6 a 12 años	Autodescubrimiento	Ubicación en el entorno próximo
Pubertad: 11 a 14 años	Autoconocimiento	Descubrimiento de la intimidad
Adolescencia media: 13 a 18 años	Aislamiento	Expresión adecuada de la afectividad
Adolescencia tardía: 16 a 21 años	Reubicación de la intimidad	Autodominio y cierto equilibrio emocional
Juventud: 20 a 30 años	Idealismo	Afrontar la realidad
Adultez: 30 a 40 años	Limitación por las elecciones hechas	Fidelidad a los compromisos asumidos
Adultez: 40 a 50 años	Experiencia del límite	Aceptación y comprensión de los límites
Adultez: 50 a 60 años	Desplazamiento	Ubicación serena
Adultez 60 a 65 años	Desasimiento	Compartir la propia experiencia acumulada
Vejez: 66 a 75 años	Deterioro y pérdida	Reorganización de actividades
Vejez: 76 a 85 años	De la fuerza del envejecimiento	Aceptación de la necesaria dependencia
Ancianidad: 85 años en adelante	De irrealidad	Confianza humilde en los demás

[1] López de Llergo, Ana Teresa (2003) *Quien fui, quién soy, quién seré*. Trillas. México. Pág.131.

5. EDUCACIÓN EN VALORES

La siguiente información es un apoyo para la educación-formación en valores en la familia, del nacimiento a la adolescencia, pues describe de manera general las características de la etapa y los valores que podemos formar de acuerdo a la edad y cómo hacerlo[1] .

Infancia 0-6 / 7 años

Características generales:

Edad	Se destaca por:	Los padres debemos motivar:
0-2 años	• Seguridad. • Confianza básica. • Auto-confianza.	• Aceptación. • Recursos para trabajar con ellos.
2-4 años	• Voluntad • Descubrimiento del yo.	• Disciplina. • Determinación.
4-6 años	• Creatividad.	• Iniciativa. • Originalidad.

¿Cómo educar en valores?

Valor / Virtud	¿En qué consiste?	¿Qué se espera del niño?	Ejemplo
Orden	**Poner las cosas de nuestra vida en su lugar.** • Organización de las cosas. • Distribución del tiempo. • Realización de actividades.	Comportarse de acuerdo a las **normas lógicas** para el logro de un **objetivo** previsto.	Guardar los juguetes en su lugar.
Obediencia	Hacer caso a los adultos (objetivo concreto y preciso). Asegurarse que el niño ha entendido, sabe hacerlo y es adecuado a su edad.	**Obedecer a la primera** sin necesidad de gritos y repeticiones.	Seguir un horario puntualmente.
Disciplina	Respeto a un conjunto de normas, para mantener el orden y la obediencia.	**Respetar las normas, horarios y personas.**	Atender normas de convivencia en casa, deporte, etc.

[1] Isaacs, David (2007) *La educación de las virtudes humanas y su evaluación*. Ed. Minos III Milenio. España. Págs. 30-45

Niñez 6/7 – 12 años

Características generales:

- Ingreso del niño a la escuela.
- Maduración en el área de los conocimientos.
- Competencias.
- Mayor fuerza y habilidad física: Con el balón, bicicleta, la cuerda, etc.
- Armar y desarmar cosas complicadas.
- Utilizar mejor su lenguaje.
- Disminuye paulatinamente el egocentrismo infantil.
- Su pensamiento busca explicaciones lógicas a los hechos que observa.
- Puede memorizar toda clase de datos.
- Son tremendamente imitativos, de ahí que necesiten el buen ejemplo de sus padres.

¿Cómo educar en valores?

	Valor / Virtud	Ejemplo	
Voluntad	Fortaleza	Acabar un trabajo realizado, no quejarse, resistir inconvenientes como calor, frío, resistir los atractivos de ver un programa de televisión en vez de estudiar.	Motivación
	Perseverancia	Mantener un horario de estudios.	
	Laboriosidad	Realizar con empeño y alegría los deberes escolares.	
	Responsabilidad	Dejar su ropa doblada por la noche, preparar sus útiles escolares, asumir las consecuencias de sus decisiones.	
	Justicia	Exigir de acuerdo a la responsabilidad de cada persona.	
	Generosidad	Procurar que compartan, regalen, participen en actos solidarios.	
	Autodominio	Evitar levantarse mientras estudian, gritar, lanzarse por su comida preferida, vencer el mal humor, etc.	

Pubertad 11 - 13 años

Características generales:

- Intensa actividad hormonal.
- Rápido aumento de estatura, incremento de peso, aparición de caracteres sexuales secundarios.

- Nacimiento del YO.
- Tiene necesidad de seguridad pero a la vez una necesidad de independencia de sus padres.
- Desarrollan su espíritu crítico.
- Gran intensidad de emociones y sentimientos.
- Desproporción entre el sentimiento y su expresión.
- Poco control de manifestaciones externas: Tics nerviosos, muecas, refunfuños, gestos bruscos, gritos extemporáneos.
- Pasa con facilidad de la agresividad a la timidez.

¿Cómo educar en valores?

Valor / Virtud	Ejemplo
Templanza	Comer adecuadamente, no embriagarse, cuidar la sexualidad (Internet, programas, revistas, conversaciones indebidas).
Pudor	Cuidado del cuerpo, vestir adecuadamente para cada ocasión, hablar con propiedad, etc.
Sociabilidad	Abrirse a los demás, fomentar un ambiente alegre y optimista.
Amistad	Saber ser buen amigo, diferenciar amistad de complicidad.
Optimismo	Aceptarse como se es, alcanzar lo mejor de cada momento, disfrutar lo que se tiene, saber descubrir lo bello, lo bueno y el amor en cada circunstancia, generador de cambios.

Adolescencia 13 – 18 años

Características generales:

- Descubrimiento consciente del YO.
- Surge la necesidad de amar: Nuevas amistades, el primer amor.
- Variado en su humor.
- Necesidad de seguridad.
- Necesidad de independencia.
- Afán de contradicción, deseo de ser admirado, rebeldía a las normas.
- Necesidad de integración.
- Necesidad de afecto.

¿Cómo educar en valores?

	Valor / Virtud	Ejemplo
Autoestima	Prudencia	1. Antes de cualquier cosa, indagar. 2. Según lo averiguado, juzgar. 3. Por último decidir. Saber preguntar, informarse, pedir consejos a quien sabe.
	Justicia Generosidad	• Hacer un favor a alguien (aunque no me caiga bien). • Enseñarlos a observar las necesidades de los demás. • Prestar o regalar alguna cosa a algún compañero, sabiendo que otro día cuando a él le haga falta, el compañero los ayudará. • Establecer encargos o tareas concretas en servicio de los demás.

6. ETAPAS EN LA EDUCACIÓN DE LA SEXUALIDAD[1]

ETAPA	CARACTERÍSTICAS
Recién nacido	Como carece de casi todos los conocimientos, el bebé no sabe si es hombre o mujer. Los que lo ven arropado tampoco lo saben, ya que hombres y mujeres se parecen en esta edad.
Alrededor del tercer año de vida	El sujeto sabe que es niño o niña, sobre todo por el conocimiento de una vida de tipo social y por la manera en que se le trata.
De los tres a los seis años	Edad de los *porqués*. Hay que responder a sus preguntas concretas de manera clara y sencilla.
De los seis a los 10 años	Explicarle el concepto de matrimonio y familia, y contestar a lo que pregunta. Se ha de informar sobre el origen de la vida con naturalidad.
De los 10 a los 13 años	Le llama la atención el sexo opuesto. No hay selectividad, simplemente le atrae. Hay que hablarle de los cambios físicos y psicológicos, y explicarles la menstruación y las poluciones nocturnas. Se expondrán los beneficios de la abstención sexual durante la soltería, como una forma de prepararse para el amor y como un modo de fortalecer el carácter y de evitar enfermedades y problemas.
De los 16 a los 17 años	Aumenta el interés por el sexo opuesto, pero el joven ya sabe elegir, tiene sus gustos más definidos. Hay curiosidad natural por saber más sobre las diferencias entre hombre y mujer.
De los 20 a los 23 años	La maduración física y psíquica permite saber con mayor seguridad lo que se quiere. Se llega a establecer una relación más estable entre el varón y la mujer.

[1] ENLACE (1998) *Matrimonio y familia*. Ed. Trillas. México. Pág. 82.

7. HOMBRE Y MUJER:

COMPLEMENTARIEDAD Y DIFERENCIAS

Cuadro 1

Diferencias anatómicas y morfológicas	
HOMBRE	**MUJER**
Es genéticamente determinado por la fórmula xy.	Es genéricamente determinada por la fórmula xx.
Constitución más grande.	Constitución más pequeña.
Aparato esquelético y muscular más grande.	Aparato esquelético y muscular más pequeño. Tejido adiposo más abundante.
Aparato fonético más grave.	Aparato fonético más agudo.
Menor tolerancia al dolor.	Mayor tolerancia al dolor.
Su cerebro pesa más.	Su cerebro pesa menos.
Coordinación motora gruesa.	Coordinación motora fina.
Metabolismo más rápido.	Metabolismo más lento.
Temperatura más constante.	Temperatura inconstante.
Menor madurez sexual.	Mayor madurez sexual.

Cuadro 2

Diferencias Psíquicas No se trata de presencia o ausencia de caracteres diversos, sino de variaciones de intensidad y tonalidad.	
HOMBRE	***MUJER***
Visión más generalizada de los hechos.	Visión detallada de los hechos.
Generalmente olvida su cuerpo, puede separarlo más fácilmente del alma.	Mayor sensibilidad entre los umbrales del cuerpo y el espíritu.
No está tan ligado a la intensidad de las sensaciones corpóreas.	Sensibilidad interna más aguda.
Su conducta es resultado de la lógica.	Su conducta está muy ligada a emociones. Más afectiva y emotiva: Se conmueve fácilmente, ríe y llora más. Tiende a la compasión y ternura.
Su mundo gira alrededor de las cosas, de los hechos.	Su mundo gira alrededor de las personas. El amor es el centro de su vida.
Necesidad de competir y ganar.	Gran necesidad de intimar.
Comunicarse es estar informado e investigar.	Al comunicarse se centra en lo que piensa.
Busca sus propias respuestas, rechaza la ayuda o consejo.	Tiende a pedir ayuda.

Cuadro 3

INTELIGENCIA Y VOLUNTAD	
HOMBRE	***MUJER***
Inteligencia mecánica.	Inteligencia intuitiva.
Inteligencia espacial.	Dominio y fluidez verbal.
Uso de la razón.	Velocidad perceptiva: Percibe las cosas o situaciones en detalle.
Inteligencia discursiva: Elaboración larga y atenta.	Capacidad de observación.
Percibe las cosas o situaciones en conjunto.	Es alocéntrica porque derrama su afectividad y sensibilidad.
Capacidad de síntesis.	La familia es el centro de su vida.
Es egocéntrico.	Sus energías personales se utilizan para calmar u orientar.
Se inclina a obrar, indagar, estructurar, construirse una posición, un nombre, una reputación.	Le da mucha importancia al ambiente, a la educación, a la cultura y a la formación.
Voluntad de exterioridad: Sus energías personales se aplican a las realizaciones exteriores.	Muy reactiva: Cambia de actitud ante el menor estímulo. Libera más fácilmente la energía.
Es poco reactivo, se pliega sobre sí mismo para entrar en acción.	Mayor ajuste social, es adaptable y más conservadora.
Reprime la energía y tiene reacciones más intensas y violentas.	
Menor ajuste social.	

Cuadro 4

1. Diferencias en cuanto al núcleo de valoración, la autoestima y la motivación	
Hombre	**Mujer**
Se siente realizado fundamentalmente por medio del éxito y el logro.	Se siente importante ayudando al hombre a mejorar la forma de hacer las cosas.
Valora por sobre todo, la capacidad de lograr resultados.	Valora por sobre todo, los sentimientos y la calidad de sus relaciones.
Para su autoestima, necesita saber que tiene la capacidad de solucionar los problemas, solo.	Para su autoestima, necesita sentirse útil y maternal, ofreciéndole soluciones al hombre.

Cuadro 5

2. Diferencias en cuanto a las relaciones frente a lo emocional y a la experiencia amorosa	
Hombre	**Mujer**
Cuando mejor se siente, es cuando se da cuenta de que lo necesitan.	Cuando mejor se siente, es cuando se da cuenta de que la aprecian.
Un modo de demostrar interés y amor, es oír a su esposa con racionalidad y sugerirle soluciones.	Un modo de demostrarle amor a su esposo, es preocuparse por él y ofrecerle ayuda (sin que él la solicite).
Toma las expresiones de sentimientos negativos de su esposa (desengaño, desánimo, frustración…), como críticas a él por su incapacidad.	Interpreta el comportamiento de su esposo de aislarse cuando tiene un problema, como falta de cariño o de confianza en ella.
Necesita retirarse periódicamente y distanciarse para poder sentir el deseo de acercarse.	Solo se retira cuando ha sido lastimada, está decepcionada o no confía en que su pareja la comprenda.
Es más parejo en sus relaciones emocionales.	Como una ola, se sube y se baja en la capacidad de amarse y amar a otros.

Cuadro 6

3. Diferencias en cuanto a las denominadas necesidades primarias de amor	
Hombre	**Mujer**
Que ella le manifieste confianza en que está haciendo lo mejor que puede.	Que él muestre interés por ella y por su bienestar.
Que ella lo acepte tal como es, sin pretender cambiarlo.	Que él escuche sus sentimientos y la comprenda, sin juzgarla en forma alguna.
Que ella le manifieste su aprecio por la forma como él busca complacerla.	Que él reconozca la legitimidad de sus sentimientos, derechos, deseos y necesidades.
Que ella lo admire por sus cualidades y características especiales (humor, fuerza, tenacidad, honradez, capacidad de amar, etc.).	Que él se comprometa con la satisfacción de sus necesidades y les dé prioridad sobre otras actividades (trabajo, estudio, diversión…).
Que ella lo apruebe y le exprese su aceptación en forma general.	Que él respete sus sentimientos y deseos, sin cuestionarlos ni objetarlos.
Que ella lo anime repitiéndole cómo confía en sus capacidades.	Que él la tranquilice reiterándole repetidamente cuánto la ama y aprecia.

Cuadro 7

4. Diferencias en cuanto al modo de enfocar los problemas y la satisfacción de necesidades	
Hombre	**Mujer**
Cuando tiene un problema, necesita encontrar sus propias soluciones. Por eso se siente mejor aislándose.	Cuando tiene un problema, necesita empatía. Por eso se siente mejor hablando del asunto.
Cuando por sus problemas se mete en su "cueva", necesita estar a solas.	Cuando por su vaivén emocional se mete en su "pozo", necesita sentirse apoyada.
Frente a los problemas de otros -incluyendo los de su esposa-, está siempre listo a ofrecer soluciones prácticas.	Frente a sus propios problemas, lo que más necesita es que la escuchen, sentirse comprendida.
No pide ni acepta ayuda, porque hacerlo sería un signo de debilidad.	Difícilmente expresará sus necesidades porque, si necesitara demasiado, cree que podría ser rechazada.
Solo le interesa arreglar las cosas -incluyendo la relación de pareja-, cuando están rotas.	Todo lo quiere mejorar -especialmente la relación de pareja-, y está siempre lista a ofrecer fórmulas para lograrlo.
Hablar tiene un valor práctico. Por eso necesita una razón concreta al hacerlo.	Para hablar no necesita un motivo especial; es una forma de sentir cerca al otro.
La forma de demostrar interés en los problemas que le está comunicando su pareja, es ofrecerle soluciones y tratar de cambiar sus sentimientos negativos.	La forma de demostrar interés en los problemas que le está comunicando su pareja, es escuchar con empatía y entender los sentimientos.

Cuadro 8

Sexualidad	
Hombre	**Mujer**
Sexualidad localizada y concreta: Es genital. Fuertemente centralizada en zonas erógenas.	Sexualidad difusa, capta lo íntegro.
Es pasional.	Sexualidad que requiere intimidad, cortejo, de una preparación previa. Sobre todo de ternura en el preludio y postludio.
Fácilmente hace abstracción del amor.	Rara vez toma la iniciativa, cierta pasividad.
No necesita de una preparación previa.	Requiere integrarla al amor.
Su función sexual es breve y pasajera.	Impregnada por su organismo y toda su personalidad.
Su fisiología es activa.	Su sexualidad es corporal. No es concentrada.
Excitación rápida, incisiva y muy fácil de provocar.	Con coquetería y auto-observación.
Llega fácilmente el orgasmo.	Su función sexual es lenta, gradual y duradera.
Su actividad es emprendedora e impulsiva. Generalmente toma la iniciativa, provoca la relación, la requiere, solicita directamente sin inhibiciones.	Su fisiología es receptiva.
Continencia difícil.	Continencia periódica fácil.
Tiene un conocimiento práctico de la sexualidad.	Tiene un conocimiento intuitivo de la sexualidad.
Su sexualidad es exuberante, violenta, exigente, imperativa, fuertemente biológica.	Su sexualidad está concentrada en el interior de sí misma
	Su sexualidad es discreta, delicada, incluso frágil, sutil, en gran medida psicológica, difícil de ejercerse sin una totalidad, requiere sentirse amada.

8. RECONQUISTAR AL OTRO PASO A PASO [1]

Dimensión física

- Atender a la mutua satisfacción sexual: Procurar integrarse bien.
- Conocer los deseos de intimidad del otro.
- Evitar el afán de llegar a la unión íntima sin la adecuada preparación y las pertinentes manifestaciones de ternura.
- Evitar omisiones o negativas por egoísmo, comodidad, pereza o venganza.
- No adoptar una actitud pasiva o desinteresada.
- Cuidar el aspecto físico, sin dejar que por descuido se vaya perdiendo una silueta atractiva (por medio de las dietas y el deporte).
- El arreglo personal: Vestido, peinado, maquillaje.

Dimensión afectiva

- Fomentar sentimientos de cariño: Pueden reemplazar con el tiempo la intensidad del enamoramiento inicial, quizá poco maduro y consistente.
- Cuidar las manifestaciones de afecto: Palabras agradables, besos, caricias, abrazos, sonrisas, gestos afectuosos.
- Cultivar la empatía, es decir, la capacidad de sintonizar o tratar de entender los sentimientos del otro: Alegría, tristeza, sufrimiento, dolor... Esta capacidad se pierde cuando se encierran en los propios problemas o preocupaciones.
- Afinar la sensibilidad a los puntos vulnerables, saber percibir qué cosas le preocupan: miedo al posible abandono, o a un excesivo control que le haga perder su libertad.
- Saber complacer a la pareja en pequeños detalles de la vida ordinaria: Vestido o peinado que le gusta, programa de televisión favorito.

[1] Fenoy, Eugenio; Abad, Javier (2003) *Amor y matrimonio* Ediciones Palabra. Madrid. Págs. 114- 118.

- Cultivar la amistad, mirando al cónyuge como persona, interesándose por su vida, sus gustos, deseos, anhelos, alegrías...; compartiendo las cosas más personales, más íntimas; platicando con gusto sobre diferentes temas.
- Tener compañerismo: Compartir momentos y actividades, tener actividades que puedan disfrutar en compañía: Viajes, cine, teatro, televisión, caminatas, deporte, decoración de la casa...

Dimensión espiritual

- Lograr poco a poco una comunidad de ideales acogiendo cada uno los del otro.
- Ponerse de acuerdo en los principios fundamentales que orientarán sus vidas y las de sus hijos. Cuando esto no es posible por diferencias culturales, religiosas o políticas, deben procurar un acuerdo en los principios comunes y un respeto en los que sean diferentes.
- Comprensión mutua, aceptando al otro como es, no como quisiéramos que fuese.
- Buscar la felicidad del otro y lo que contribuya a ese objetivo.
- Valorar debidamente al cónyuge; que con palabra y, sobre todo, con hechos, se dé a entender: “Eres importante para mí, me interesan tú y tus cosas”.
- Dar apoyo y aliento, sobre todo en momentos de desánimo o inseguridad.
- Dedicar tiempo para hablar de las cosas comunes: Los hijos, la casa, la situación económica, las posibles inversiones o gastos.
- Respetar la libertad en lo opinable, sin imponer puntos vista personales ni invadir terrenos que no tienen que ser necesariamente comunes: Relaciones familiares o de amistad de cada uno, gustos, aficiones, deportes, etc.

Dimensión sobrenatural

- Afrontar con sentido sobrenatural y serenidad las dificultades o problemas del hogar.

- Perseverar con ilusión en el cumplimiento gozoso de los deberes con el cónyuge y con los hijos.
- Olvidarse de sí mismos para hacer felices a los demás (recordando siempre mantener en una armonía o equilibrio la propia autoestima).
- Llevar con buen ánimo las incidencias buenas y malas de que consta la vida de un hogar.
- Comprender sin límites ni restricciones.
- Perdonar sin límites.
- Vivir con congruencia las convicciones y credos religiosos que profesan.
- Confianza y esperanza en el Ser Superior de sus creencias.

9. FORMACIÓN DE LA INTELIGENCIA

EDUCACIÓN DE LA INTELIGENCIA, VOLUNTAD Y AFECTIVIDAD POR ETAPAS [1]

¿Qué deben educar-formar los padres de familia en sus hijos? En primer término, ayudarse del proceso de escolaridad para educar la inteligencia; en segundo, reconocer que la voluntad y el corazón deben ser educados exclusivamente por los padres[2].

Toda persona humana posee inteligencia, voluntad y corazón. Por la inteligencia puede conocer e indagar, con la voluntad puede elegir o no el bien, y el corazón le permite amar lo que quiere.

Enseñar a autodominarse

Durante los primeros tres años de vida se deben desarrollar las destrezas que requieren oportunidades disciplinadas, ordenadas en el tiempo, repetidas y proyectivas dentro de un proceso e integradas en secuencias de dificultad creciente; al ser primordiales en estas cuestiones en el periodo, no se excluye de ninguna manera a las demás: solo exigen una mayor atención. Esas habilidades motrices deben ser impulsadas a tiempo; entre ellas se encuentran:

1. El movimiento.
2. La vista.
3. El equilibrio.
4. El lenguaje.

[1] Cfr. ENLACE (1998) *La familia, valores y autoridad*. Vol. 1. Ed. Trillas. México. Págs. 80-85.
[2] Villalobos Pérez-Cortés, Elvia (2003). *Educación familiar*. Trillas. México. Pág. 25.

Enseñar a querer

Educar la afectividad es enseñar a querer, es enseñar a poner el corazón en aquello que vale la pena, es enseñar a pensar cordialmente. Durante todo el proceso formativo estamos enseñando a nuestros hijos a querer, a servir y a pensar; pero cada uno de estos fines necesita, durante un tiempo determinado, un apoyo especial. Enseñar a querer es:

1. Enseñar a afrontar positivamente las inevitables contrariedades de la vida.
2. Cultivar la finura y la sensibilidad ante la grandeza, la belleza y el arte.
3. Dejar que el espíritu se conmueva ante el dolor ajeno, para que la voluntad responda ante las necesidades de los demás.

Enseñar a pensar

Alcanzar la felicidad no es simplemente cuestión de suerte, salud o riqueza. Conocer la verdad para poder obrar bien, es encontrar el camino que conduce a la plenitud humana, y esto no da ni la sabiduría ni la ciencia. La racionalidad del ser humano es la base de su gran dignidad, pero ser racional y saber usar del raciocinio son dos cosas distintas. Para enseñar a pensar es necesario:

1. Formar el criterio para poder contemplar la vida desde la cima de una sana postura que dé unidad a un conjunto de verdades a diferentes niveles: Técnico, científico, artístico, moral y social, y en el marco de una filosofía que le permite al hombre vivir de acuerdo a su propia dignidad.
2. Educar la capacidad de enjuiciar los grandes sistemas filosóficos, los problemas políticos, económicos y sociales desde una perspectiva moral que permita distinguir entre el

error y la verdad, con objeto de poder liberarse de las diferentes manipulaciones ideológicas.

3. Enseñar a analizar, a profundizar y a argumentar, son razones sobre aquellas cuestiones vitales en las que se juega la felicidad.
4. Encauzar la crítica hacia una actuación positiva.

Edad	*Área educativa*	*Objetivos*	*Medios*	*Resultados deseados*
0 a 6 años	Educación de los apetitos.	Enseñar a auto dominarse.	Crear una situación ordenada y consecuente, con oportunidades para crecer en la autonomía.	Hábitos de orden y disciplina vital.
6 a 11 años	Educación del corazón (afectividad).	Enseñar a querer.	Ofrecer un ambiente de exigencia y cariño, de sobriedad y fortaleza.	Actitud de comprensión cariñosa hacia los débiles, los pobres y los enfermos.
11 a 15 años	Educación de la voluntad.	Enseñar a servir.	Dar motivos congruentes y valiosos que impulsen a la voluntad a realizar el bien debido en justicia.	Disposición de servicios y preocupación por participar en el bien común.
15 a 18 años	Educación de la inteligencia.	Enseñar a pensar.	Crear un ambiente que permita convivir con la verdad.	Postura definida ante la vida y coherente con un sistema de valores.

10. FORMACIÓN DE LA AFECTIVIDAD

Pasos en la educación de los sentimientos, emociones y pasiones:

I. Conocerse a sí mismo: La educación de mi persona requiere conocerme, aceptarme, y solo entonces estoy en condiciones de intentar o incrementar mi mejora personal.

1.-Autoestima

- Un adecuado nivel de autoestima es la base de la salud mental y física del ser humano
- La autoestima se aprende, CAMBIA y podemos mejorarla.

Cuanto más positiva sea nuestra autoestima:

–Más preparados estamos para afrontar adversidades.

–Mayor creatividad.

–Se generan relaciones más enriquecedoras.

–Incrementa el trato respetuoso.

–Mayor alegría de vivir.

2.-La relación con los demás.

- Cómo y con quién establecemos contacto.
- Se mezcla de manera sana la dependencia e independencia.
- Ser uno mismo, ser con los demás y ser para los demás.

3.-La visión de la historia personal

- ❖ Pasado, presente y futuro forman un tejido biográfico.
- ❖ En ocasiones es difícil superar el pasado.
    - Es importante mirar al pasado para sacar a flote sus contrariedades y darles solución aquí y ahora.
    - El modo como nos vemos a nosotros, a los demás y al mundo, se modela en la familia de origen.
    - Los padres que dañan, no suelen hacerlo intencionalmente. Hay que saber perdonar.
- ❖ Por otro lado existe temor a embarcarse hacia el futuro.

4.-La interpretación de la realidad.

- ❖ Significa explicar el sentido de los hechos de la vida personal y su entorno, para conocer su significado, buscando su auténtico valor.
- ❖ Al existir poca confianza en sí mismo se genera sospecha de todos y se elaboran interpretaciones defectuosas.

II. Controlar los propios sentimientos; esto supone percibirlos con imparcialidad, ser consciente de ellos y evaluarlos.

- ❖ Un requisito fundamental de logro dentro de la inteligencia emocional, es la capacidad de diferir la gratificación y controlar el impulso.

III. Reconocer los sentimientos de los demás. Versa sobre un tema muy difícil. En principio se trata de cultivar la sensibilidad ante los sentimientos ajenos, tomando conciencia de las repercusiones que nuestras palabras o hechos tienen en los sentimientos/emociones de los demás.

IV. La interpretación de la realidad.

Mecanismos utilizados en interpretaciones:

- Tendencia a la generalización.
- Pensamiento dicotómico.
- Filtrado negativo.
- Auto-acusaciones.
- Personalización.
- Reacción emocional poco racional.

Lo que hace la diferencia, es la forma de interpretar y procesar las circunstancias de la vida, de ahí la importancia de controlar nuestros pensamientos y la manera de reaccionar ante los acontecimientos vividos.

V. Ayudas para la formación de la Afectividad:

- Los padres, como formadores con su propio ejemplo.
- En el caso de las familias cristianas, la educación del corazón se hará nutriendo ese deseo natural del corazón humano que ha sido creado por Dios y para Dios con las ayudas divinas: Los sacramentos y la oración.

11. FORMACIÓN DE LA VOLUNTAD

Para educar y formar en la voluntad, es necesario hacerlo a través de los hábitos o virtudes, tales como:

Educar en el Esfuerzo

1. Ayudando a descubrir, en cada caso el para qué del esfuerzo.
2. El esfuerzo que ponemos en el logro de un objetivo es consecuencia de lo que queremos.
3. El esfuerzo es fruto de una decisión. Formación de hábitos.
4. Los hábitos ahorran esfuerzo.
5. Se debe considerar a la acción como medio, lo que ofrece más posibilidades para educar el esfuerzo.

Educar en el Orden

El orden (lo recto, lo correcto):

- Orden en la cabeza e ideas.
- Orden en el tipo de vida.
- Orden en la forma de ser -personalidad-.
- Orden en los objetivos.
- Orden en la forma de dirigirse a los demás.

Orden y Constancia

- El orden y la constancia son las velas de la voluntad.
- Las principales características de la constancia, desde el punto de vista psicológico:

1. La actitud.

2. El hábito.
3. Tener un espíritu deportivo de lucha.

Educar la Voluntad

- Educar la voluntad significa, en primer lugar, huir del culto al instante.
- No se es más libre cuando se hace lo que se antoja, sino cuando se tiene capacidad de elegir aquello que me hace más persona.

Diez reglas de oro para educar la voluntad:

1. La voluntad necesita un aprendizaje gradual (poco a poco).
2. Para tener voluntad, hay que empezar por negarse o vencerse en los gustos, los estímulos y las inclinaciones inmediatas.
3. Cualquier aprendizaje se adquiere con más facilidad a medida que la motivación es mayor.
4. Tener objetivos claros, precisos, bien delimitados y estables.
5. Toda educación de la voluntad tiene un fondo austero – sobrio.
6. A medida que se tiene más voluntad, uno se gobierna mejor a sí mismo.
7. Una persona con voluntad alcanza las metas que se había propuesto con constancia.
8. Intentar una ecuación adecuada entre aptitudes y limitaciones. Una buena educación de la voluntad es un indicador de madurez de la personalidad.
9. La educación de la voluntad no tiene fin.

Apoyos en la Educación de la Voluntad:

- El primer apoyo de la voluntad de cada hijo es el ejemplo de los padres.
- La atención.
- La admiración.

Otras sugerencias para la formación de la voluntad:

- Ejemplos vivos de fuerza de voluntad, buenas biografías.
- Ejemplos inspiradores en buenas películas.
- Planes de acción relacionados con dificultades en aprender a querer y aprender a decidir.
- El cultivo de la fortaleza, la educación de la libertad, la realización del bien, y el obrar con rectitud.
- Motivar positivamente.
- Tener en cuenta las características de las diferentes etapas o fases vitales del ser humano.
- Perseverancia y tenacidad, sin desanimarse, pese a las dificultades de su realización.
- No deben comparar a su familia o a su persona con otras.
- Los padres, en el respeto y en la exigencia a sus hijos, han de asumir su responsabilidad de ayuda en andar con cada hijo su camino, sin abandonar el suyo propio y sin proyectarse él.

1. ACTA DE ASAMBLEA

Acta de Asamblea de Información
Dirección de Fortalecimiento de la Familia

Escuela Comunitaria Activa de Padres de Familia

Día_____ Mes_____ Año _____

Hora_____

Comunidad_____Municipio_____

Se efectuó asamblea general de información y se levantó la presente acta donde se hacen constar los siguientes puntos y propuestas:

_____
_____
_____
_____
_____
_____

De los puntos señalados en la orden del día se llegó a los siguientes acuerdos:

_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____

Por interés y voluntad propia, los asistentes aceptan lo acordado, por lo que se concluye la asamblea a las _____ hrs. y, firman al calce los que en la asamblea intervinieron.

Vo.Bo.

_____ _____

Presidenta del Sistema DIF Municipal
Nombre y firma

Coordinador
Nombre y firma

Fecha de actualización: 01 de Diciembre de 2011 V.02 Código: DJ-FF-SG-RE-01 Pág. 1-3

Acta de Asamblea de Información
Dirección de Fortalecimiento de la Familia

Escuela Comunitaria Activa de Padres de Familia
Firma de Asistentes

Fecha: _____

Comunidad_____
Municipio_____

NOMBRE	FIRMA
1.-	
2.-	
3.-	
4.-	
5.-	
6.-	
7.-	
8.-	
9.-	
10.-	
11.-	
12.-	
13.-	
14.-	
15.-	
16.-	
17.-	
18.-	
19.-	
20.-	
21.-	
22.-	
23.-	
24.-	
25.-	

Escuela Comunitaria Activa de Padres de Familia

26.-	
27.-	
28.-	
29.-	
30.-	
31.-	
32.-	
33.-	
34.-	
35.-	
36.-	
37.-	
38.-	
39.-	
40.-	
41.-	
42.-	
43.-	
44.-	
45.-	
46.-	
47.-	
48.-	
49.-	
50.-	
51.-	
52.-	
53.-	
54.-	
55.-	
56.-	
57.-	
58.-	
59.-	
60.-	

2. SOLICITUD DE INSCRIPCIÓN PADRES

Solicitud de Inscripción a la Escuela Comunitaria Activa de Padres de Familia (ECAPAF)
Dirección de Fortalecimiento de la Familia

PERSONALES

Nombre del padre _____

Nombre de la madre _____

Lugar y fecha de nacimiento (él) _____

Lugar y fecha de nacimiento (ella) _____

Estado Civil: Casado(a) ( ) Unión Libre ( ) Viudo(a) ( ) Divorciado(a) ( ) Madre soltera ( )

Domicilio _____

Municipio y/o Comunidad _____ Tel. _____ Colonia _____

No. de hijos _____ Edades de los hijos _____

¿Qué estudian sus hijos?

Primaria ( ) Secundaria ( ) Preparatoria ( ) Técnica ( ) Profesional ( ) Otro ( )

LABORALES

Padre
Nombre de la empresa _____
Puesto _____
Domicilio _____ Tel. _____

Madre
Nombre de la empresa _____
Puesto _____
Domicilio _____ Tel. _____

ESCOLARIDAD

Padre Primaria ( ) Secundaria ( ) Preparatoria ( ) Técnica ( ) Profesional ( ) Otro ( )

Madre Primaria ( ) Secundaria ( ) Preparatoria ( ) Técnica ( ) Profesional ( ) Otro ( )

Nombre del O.F. o Coordinador _____
Día _____ Hora _____ de la sesión.
Frecuencia _____
Fecha de inicio _____ Fecha de clausura _____

Firma del Solicitante **Firma del O.F. o Coordinador** **Fecha de la Solicitud**

Fecha de actualización: 01 de Diciembre de 2011 V.02 Código: DJ-FF-SG-RE-02 Pág. 1-1

3. REGLAMENTO GRUPAL

1. Asistir puntualmente a cada una de las sesiones (10 minutos de tolerancia).
2. Respeto a mi Orientador Familiar y Coordinador, así como a mis compañeros de Grupo.
3. Participar de forma activa y generar propuestas.
4. Notificar al Orientador Familiar o al Coordinador, en caso de no asistir a la sesión.
5. Tener un mínimo de asistencia del 80% durante el Programa, para obtener el Reconocimiento de Participación.
6. Deseos de aprender y ponerlo en práctica.
7. Disposición a generar conocimientos nuevos que favorezcan el cambio personal y familiar.
8. Realizar una evaluación por escrito al término de cada sesión.
9. Total discreción, lo que se comente dentro del Grupo por los participantes deberá quedar dentro del aula, en especial lo relacionado con asuntos personales, familiares, de trabajo, etc.
10. De preferencia no llevar niños, pues tanto los temas, los espacios, las personas no propician el interés de ellos y se enfadan, ocasionando molestias en los participantes.
11. No introducir bebidas ni alimentos, no fumar, ni utilizar aparatos celulares en las aulas, durante las sesiones.
12. Cumplir los compromisos establecidos dentro del Grupo (tareas, comisiones, etc.).
13. Conforme avanza el Programa, dar ejemplo de los cambios positivos en mi persona, en mi familia, con quienes me rodean, especialmente con los de mayor cercanía en mi vida (esposo (a), hijos, padres, hermanos, vecinos, etc.), y comprometerme con mi comunidad (comité de vecinos, sociedad de padres de familia en las escuelas, en la parroquia, etc.)

4. LISTA DE ASISTENCIA

DIRECCIÓN DE FORTALECIMIENTO DE LA FAMILIA

ESCUELA COMUNITARIA ACTIVA DE PADRES Y MADRES DE FAMILIA (ECAPAF)

LISTA DE ASISTENCIA DE PADRES DE FAMILIA

Municipio y Comunidad:
Coordinador:
Día y Horario:
Frecuencia:
No. de Grupo:

No.	A. Paterno	A. Materno	Nombre(s)											
01														
02														
03														
04														
05														
06														
07														
08														
09														
10														
11														
12														
13														
14														
15														
16														
17														
18														
19														
20														
21														
22														
23														
24														
25														

5. EVALUACIÓN DE CADA SESIÓN

EVALUACION DE SESIÓN

E.C.A.P.A.F.

Municipio_____ **Comunidad**_____

Coordinador del grupo: _____

Fecha: _____

Marca con una cruz cómo calificarías esta sesión.

E = excelente **B** = bueno **R** = regular **M** = malo

	E	**B**	**R**	**M**
Contenidos				
Coordinador de grupo				
Material didáctico				
Dinámica				
Duración de la sesión				
Horario				
Lugar				
Aspectos a mejorar				

6. FORMATO DE EVALUACIÓN DE FIN DE CURSO

Ficha de evaluación de fin de grupo

Dirección de Fortalecimiento de la Familia

Escuela Comunitaria Activa de Padres de Familia

NOMBRE _____

COMUNIDAD _____ MUNICIPIO _____

GRUPO _____

1. ¿Cómo se sintió con las pláticas del programa de Escuela de Padres?

_____

_____

_____

2. ¿Qué cambios tuvo de manera…?

Personal_____

Familiar_____

En su matrimonio_____

3. ¿Cuáles temas le parecieron más importantes o más significativos?

_____

_____

_____

4. ¿Qué propone para mejorar las sesiones de Escuela de Padres?

_____

_____

_____

5. Sugerencias finales:

_____

_____

_____

_____Escuela de Madres y Padres de Familia

Fecha de actualización: 01 de Diciembre de 2011 V.02 Código: DJ-FF-SG-RE-03 Pág. 1-1