

Sesión 0. Nos conocemos: adaptación familiar y desarrollo infantil

Objetivos educativos

- Fomentar el encuentro y el conocimiento de los miembros del grupo.
- Conocer las expectativas de cada miembro del grupo con respecto al programa.
- Reflexionar sobre la experiencia de convertirse en padre o madre partiendo de la relación entre las expectativas y cómo ha resultado la experiencia personal.
- Identificar y analizar el peso de la maternidad y de la paternidad en los distintos roles que componen la identidad durante la edad adulta.
- Identificar y reconocer las habilidades y las competencias de los niños de hasta 3 años de edad en el desarrollo de sus vinculaciones afectivas.

Cronograma

Contenidos	Metodología	Agrupación	Tiempo (minutos)
1) Presentación del taller y del contrato formativo	Exposición	GG	10
2) Presentación de las personas participantes	Dinámica a elegir: "Tela de araña", "Conociéndonos", "Mi familia"	GG/TI	10
3) Nueva situación familiar	Lección participada	GG	5
4) Adaptación a los nuevos roles familiares	a) Técnica de análisis a elegir: caso, historia pintada, cómic/viñeta, vídeo, canciones, artículo	GG/GP	15/10
	b) Ficha	TI	10/5
5) Adquisición de capacidades de 0 a 3 años	Dinámica a elegir: a) "Pues mi hijo hace..." b) Proyección de fotos	GP/GG GG	10/10 20
6) Cierre	Gomets y globos	GG	5

GG: grupo grande. GP: grupo pequeño. TI: trabajo individual.

Desarrollo de la sesión

1. Presentación del taller y del contrato formativo

El educador debe explicar de dónde ha surgido el taller, sus objetivos, la metodología que aplicará (dinámica, participativa) y los contenidos. Es importante explicar el horario y la distribución de los tiempos y pedir puntualidad a las personas participantes (también es importante que sea muy puntual tanto en el inicio como en la finalización de las sesiones). Debe pedir que, en la medida de lo posible, los móviles estén en silencio para evitar interrupciones. A ser posible, antes de cada sesión ha de tener escrita en el rotafolio la tarea del día.

2. Presentación de las personas participantes

Proponemos distintas alternativas:

a) “Tela de araña”

Para comenzar la actividad, el educador ha de pedir a las personas participantes que se sienten formando un círculo. La actividad consiste en que cada participante lanza una madeja de lana a otro participante manteniendo el hilo agarrado; cada vez que una de las personas participantes recibe la madeja ha de dar una breve descripción de sí misma y de su hijo/hija o sus hijos/hijas con estos datos:

- Participante: nombre y qué espera conseguir del programa.
- Hijo / hija / hijos / hijas: nombre, edad, alguna característica relevante de cada uno/una (aspecto físico, cualidades, gustos, etc.), especialmente de quien esté dentro del rango de edad del programa.

Empieza la ronda el educador, que debe presentarse planteando también sus expectativas y deseos respecto a las personas participantes y su propio papel de educador dentro del grupo; después debe lanzar la madeja a una de las personas participantes y así sucesivamente hasta que todas se hayan presentado. La actividad tiene como resultado una amplia tela de araña en la que cada persona es importante y todas contribuyen a formarla. El educador ha de concluir con la idea de que va a ser un grupo que actuará unido y fuerte, como el entramado de la tela de araña, para conseguir todo lo que se proponga.

b) “Conociéndonos”

El educador debe entregar a las personas participantes la **ficha “Conociéndonos”** e indicarles que, después de leerla, vayan moviéndose por la sala con el objetivo de que, durante el tiempo asignado para hacer la actividad, hablen con el máximo número de personas del grupo para preguntarles si tienen las características que figuran en la ficha. Deben hablar de dos en dos o de tres en tres como máximo, para facilitar la interacción. Al terminar hay que hacer una puesta en común.

c) “Mi familia”

El educador ha de pedir a las personas participantes que dibujen a su familia en una hoja de papel (si hay parejas, les puede decir que dibujen a la familia entre los dos miembros). Después cada una debe presentar su familia y a sí misma.

3. Nueva situación familiar

Nota para el educador

Para introducir el tema de la nueva situación familiar hay que usar una técnica expositiva.

Las técnicas expositivas tienen como objetivo transmitir, contrastar y reorganizar conocimientos, informaciones, modelos, teorías o estudios. Abordan el área cognitiva.

Marco teórico

El rol de la maternidad y de la paternidad

En la adultez hay procesos de desarrollo psicológico muy relevantes para el curso vital, procesos que moldean y modificarán a la persona. Una de las tareas evolutivas compartida por muchas mujeres y muchos hombres es la transición a la maternidad y a la paternidad.

La maternidad y la paternidad tienen grandes implicaciones en el desarrollo de los adultos, pues la percepción de competencia y satisfacción al desempeñar ese rol es muy importante en la configuración de la identidad adulta. Otro aspecto resaltable es que desempeñar ese rol de forma más o menos eficaz y satisfactoria no solo influye en la identidad de los adultos, sino que repercute en gran manera importante en el desarrollo de los hijos e hijas.

Convertirse en madre y padre

En primer lugar, convertirse en madre o padre significa poner en marcha un proyecto vital educativo que supone un largo proceso, que comienza con la transición a la maternidad y a la paternidad, continúa con las actividades de crianza y socialización de los hijos pequeños, después con el apoyo a los hijos durante la adolescencia, sigue con la marcha de los hijos del hogar y termina en un nuevo encuentro con los hijos mediante sus nietos.

En segundo lugar, convertirse en madre o padre significa adentrarse en una intensa implicación emocional y personal derivada de este proceso; por último, significa también llenar de contenido ese proyecto educativo durante todo el proceso de crianza y educación de los hijos.

El proceso se inicia en el momento que una/uno sabe que va a convertirse en madre o padre. Ello implica cambios considerables que pueden alterar las conductas de los miembros de la familia y las relaciones entre ellos. Desde el punto de vista del adulto, la maternidad y la paternidad tienen implicaciones en el terreno afectivo, sobre todo en los vínculos de apego, en que la relación con los hijos adquiere un peso esencial.

Convertirse en madre o padre no solo requiere tiempo y energía, sino que además condiciona muchas de las otras facetas significativas del adulto; por ejemplo, la faceta laboral (sobre todo en el caso de las mujeres), el tiempo dedicado a una misma / uno mismo, las relaciones sociales...

A pesar de que los cambios asociados a ese nuevo rol son similares en todas las familias, cada una experimenta y vive esa situación de forma diferente, dependiendo de factores personales y del entorno. Un factor muy importante es si se trata del nacimiento del primer hijo o no: la llegada de un nuevo miembro siempre implica adaptación y cambios, pero es con el primer hijo cuando el proceso es más impactante.

Las relaciones sociales

Existe una doble vertiente: en algunos casos se intensifican las relaciones (en general con la familia) y en otros disminuyen (es el caso de las amistades).

En esta transición es importante pedir y recibir apoyo de las personas más cercanas.

La actividad laboral

La situación laboral es un factor relacionado con la asunción del nuevo rol: si ambos miembros de la pareja trabajan fuera de casa, la llegada de un bebé interfiere en la situación, aunque lo más habitual es que ambos sigan trabajando. Cuanto mejor se pueda conciliar la vida laboral con el cuidado del bebé, mejor será la adaptación a la nueva situación,

La relación entre los progenitores

Se producen diversas modificaciones en la relación de pareja al llegar un bebé: por un lado, debidas a los cambios en las rutinas diarias (cambios en las relaciones sexuales, menos tiempo compartido...) y, por otro lado, se producen cambios en la distribución de papeles en casa, que al llegar los hijos suelen volverse más tradicionales.

Hay que destacar que los cambios en la relación de pareja no suelen ser grandes. La mayoría de estudios indican que la llegada de un hijo no supone grandes crisis y que las parejas que funcionan bien siguen haciéndolo, aun con cambios.

También, hay que señalar la importancia de la *alianza parental*, que es el apoyo, la confianza y la complicidad entre los miembros de la pareja, que deviene un factor crucial tanto del desempeño del rol de madre o padre como de la satisfacción conyugal.

¿Cómo afecta la maternidad/paternidad al desarrollo personal?

En este aspecto se producen dos cambios importantes:

- Cambios en los hábitos cotidianos: patrones de sueño, relaciones sexuales, economía, tiempo con las amistades o con la pareja...
- Cambios en aspectos relacionados con la identidad, el autoconcepto y la autoestima: generalmente el nuevo rol supone el enriquecimiento de la identidad, pues surge el yo como madre o padre. Otro aspecto afectado es la adopción de los roles de género; aunque depende de cada caso, en general suele acentuarse el carácter estereotipado de los roles de género, especialmente en el caso de la mujer, cuyo rol femenino se acentúa al convertirse en madre.

Adaptación tras la llegada del bebé

Muchos de los cambios que se producen tienen relación con la valoración emocional de dichos cambios, que tiene que ver con las expectativas y con lo que ha ocurrido realmente. Cuanto más se parezca lo que se esperaba a lo que realmente ha ocurrido, mejor será la adaptación a la nueva situación.

Los cambios experimentados pueden despertar sentimientos negativos; es importante trabajar estos sentimientos normalizándolos, evitando culpabilizarse por tenerlos y viendo que se trata de cambios temporales.

Es importante que los progenitores aprendan a compaginar su rol de madre o padre con sus facetas de persona adulta. Es fundamental también disfrutar de la relación de pareja y de las relaciones sociales.

Ideas clave

- El rol de la maternidad y de la paternidad es muy importante en la etapa adulta y adquirirlo demanda grandes dosis de implicación, que quedan compensadas por la satisfacción que conlleva.
- Convertirse en padre o madre supone importantes cambios personales, en las relaciones de pareja, en la vida laboral y en las relaciones sociales.
- Es habitual tener sentimientos negativos por algunos de esos cambios. Tras adaptarse a la nueva realidad es normal recuperar la estabilidad individual y familiar.
- Es fundamental encontrar tiempo para la pareja y para las amistades, ya que ello contribuye a sentir más satisfacción por las tareas relacionadas con el cuidado y la educación de los hijos.

4. Adaptación a nuevos roles familiares

a) Técnica de análisis (15/10 min)

Nota para el educador

Técnicas de análisis

Se utilizan fundamentalmente para analizar temas desde distintas perspectivas: factores causales, comparación de realidades, alternativas, toma de decisiones... Abordan sobre todo las habilidades cognitivas de síntesis (análisis, valoración de situaciones...) y también el área afectiva, lo cual contribuye a trabajar las actitudes, los valores y los sentimientos.

Con estas técnicas el educador dirige e incita a la discusión. Puede ocurrir que las personas participantes empiecen a hablar de experiencias propias; en ese caso el educador debe redirigir la atención a lo que se esté analizando.

Estas son las técnicas de análisis habituales:

- **Historia pintada:** con la información que el educador tiene sobre las familias que participan en el taller hay que ir elaborando una historia y dibujarla.
- **Casos:** el educador debe preparar una historia a partir de lo que sabe sobre las familias y hay que trabajar sobre aquella.
- **Letras de canciones,* artículo, poema, “Descubre los errores”:** a partir de cualquier de estos recursos hay que analizar diferentes aspectos de la adaptación a los nuevos roles familiares. También se pueden utilizar como recurso los cómics (visite <www.maitena.com.ar>) y **vídeos:**
 - o *Publicidad Coca Cola – Padres*, anuncio de Coca-Cola sobre la felicidad en la paternidad/maternidad. Disponible en Youtube <youtu.be/3xAiLeoHzeY> (1:05 min).
 - o *El mejor trabajo del mundo: ser madre*. Disponible en YouTube <youtu.be/Uf1BDCnwa14> (2:02 min).

* Existe una carpeta con los archivos de audio de las canciones por si no hay conexión a Internet.

b) Ficha “¿Cómo repartiría el tiempo de mi vida?” (10/5 min)

Una vez analizados los roles antes de tener un hijo y después de que haya nacido, el educador debe proponer a las personas participantes que trabajen individualmente la **ficha “¿Cómo repartiría el tiempo de mi vida?”**.

Nota para el educador

Se trata de una técnica de investigación en el aula que se utiliza para que las personas participantes expresen y compartan sus experiencias, vivencias y conocimientos. Es una técnica en la que todo vale, pues cada opinión es valiosa porque se trata de lo que cada persona lleva en su bagaje. Con esta técnica el educador escucha, no juzga, no opina, y su papel es favorecer y facilitar que las personas se expresen y evitar que entre ellas se juzguen. Se trabaja sobre todo las áreas afectiva y del conocimiento.

Debe insistir en que se trata de un trabajo individual y que, salvo que alguien quiera hacerlo, no se pondrá en común. Al terminar, el educador ha de preguntar al grupo si los dos círculos coinciden.

5. Adquisición de capacidades de 0-3 años

a) “Pues mi hijo hace...” (10/10 min)

El educador debe pedir a las personas participantes que se reúnan en grupos según la edad de sus hijos y que comenten qué hacen sus hijos en cuanto al desarrollo motor, a la relación con el entorno, al lenguaje y a la comunicación. Debe darles unas hojas del rotafolio para que anoten las características del desarrollo de los distintos grupos de edad. Posteriormente hay que hacer una devolución complementada con las fichas sobre el desarrollo infantil.

Nota para el educador

Si hay progenitores de niños de 0 a 3 años deben formar grupos separados los que tengan hijos menores de 1 año, de 1 a 2 años y de 2 a 3 años; si no, cada educador debe agruparlos según crea conveniente.

b) Fotopalabra + exposición (20 min)

El educador debe proyectar una presentación de diapositivas que contiene **fotos de niños** en situaciones diversas (sentados, iniciando los pasos, con cara de miedo, llorando, etc.) y preguntar a las personas participantes qué edad creen que tiene cada niño y por qué. Hay que completar la actividad con las fichas sobre el desarrollo infantil.

Nota para el educador

Las fotos del apéndice 4 son de uso libre, aunque recomendamos que en cada taller el educador busque fotos acordes a su población.

Para trabajar la adquisición de capacidades hemos utilizado una técnica de investigación en el aula (fotopalabra) y posteriormente una exposición.

FICHAS SOBRE DESARROLLO INFANTIL

Primer año de vida

Desarrollo psicomotor y autonomía personal

0-3 meses

- Mantiene la cabeza erguida cuando está en brazos.
- Fija la mirada y la mueve siguiendo movimientos de un objeto o de una persona.
- Sostiene objetos con presión involuntaria y los agita.
- Descubre las manos y los pies y juega con ellos.

3-6 meses

- Levanta la cabeza y la mueve cuando está boca abajo.
- Se gira desde la posición de boca arriba a la posición de lado, y viceversa.
- Coge objetos cercanos y los agita.

6-9 meses

- Se mantiene sentado sin apoyarse.
- Se arrastra por el suelo.
- Se sostiene de pie apoyándose.
- Sonríe al ver su imagen en el espejo, la acaricia y parlotea.
- Tira los objetos para ver cómo caen y el ruido que hacen.
- Se pone alimentos y objetos en la boca.
- Coge objetos y los golpea.

9-12 meses

- Se sienta y se levanta apoyándose.
- Gatea.
- Descubre objetos que ha visto que le han escondido.
- Mete objetos en un recipiente y los saca.
- Da los primeros pasos con ayuda.
- Juega con la cuchara y se la pone en la boca.
- Colabora en juegos de imitación.
- Obedece una orden simple cuando va acompañada de ademanes o gestos.

Relación con el entorno social y físico

0-3 meses

- Sonríe como respuesta a un estímulo.
- Reconoce visualmente a su madre.
- Responde positivamente, emite gorgoritos y ríe cuando juegan con él/ella.

3-6 meses

- Sonríe o patalea cuando ve a alguien que no conoce.
- Reconoce a quienes lo cuidan.

6-9 meses

- Acaricia objetos suaves y a personas.
- Se altera y llora cuando su madre se va o cuando está con personas desconocidas.
- Bate palmas y hace movimientos de decir adiós.

9-12 meses

- Abraza y besa a los adultos y a otros niños.
- Responde cuando le llaman por su nombre.

Comunicación y lenguaje

0-3 meses

- Localiza sonidos laterales moviendo la cabeza.
- Balbucea y emite sonidos guturales.

3-6 meses

- Emite sonidos para atraer la atención de los adultos.
- Reduplica sílabas (ma-ma; gu-gu; ta-ta...) y repite cadenas silábicas de consonante más vocal.

6-9 meses

- Localiza sonidos procedentes de diferentes direcciones.
- Muestra agrado y hace movimientos cuando oye canciones infantiles.

9-12 meses

- Pronuncia las primeras palabras con significado.

1-2 años

Desarrollo psicomotor y autonomía personal

12-18 meses

- Se pone de pie y da pasos sin apoyarse.
- Hace rodar una pelota imitando a un adulto.
- Comienza a comer con cuchara aunque derrame un poco de comida.
- Empieza a aceptar comida sólida.
- Manipula libremente juegos de construcción.
- Reconoce partes del cuerpo (cabeza, manos, pies).

18-24 meses

- Bebe en una taza o un vaso sosteniéndolos con ambas manos.
- Comienza a comer con cuchara aunque derrame un poco de comida.
- Reconoce algunos útiles de higiene personal.
- Reconoce algunas partes del cuerpo (ojos, nariz, boca...).
- Dobra la cintura para recoger objetos y no se cae.

Relación con el entorno social y físico

12-18 meses

- Reconoce a personas que no son familiares pero que pertenecen a su entorno cotidiano.
- Reconoce los objetos de uso habitual (cuchara, toalla, esponja, juguetes...).
- Imita en el juego los movimientos de los adultos.
- Acepta la ausencia de sus padres, aunque puede protestar un poco.
- Repite las acciones que provocan risa o atraen la atención.
- Explora y muestra curiosidad por los objetos familiares.

18-24 meses

- Reconoce los espacios básicos de su entorno habitual (casa, centro infantil, etc.).
- Toma parte en juegos con otros niños durante periodos cortos.
- Comparte objetos con otros niños cuando se le pide.
- Reconoce algunos elementos propios de la estación del año: ropa y calzado.
- Participa habitualmente en las actividades que se le proponen.
- Comienza a reproducir acciones reales con juguetes (comiditas, coches, etc.).

Comunicación y lenguaje

12-18 meses

- Repite sonidos que los otros hacen.
- Obedece órdenes simples acompañadas de gestos.
- Combina dos sílabas distintas.
- Identifica entre dos objetos el que se le pide.
- Le gusta mirar cuentos con imágenes.
- Atiende a su nombre.

18-24 meses

- Emplea una o dos palabras significativas para designar objetos o personas.
- Disfruta con la música e imita gestos y ritmos.
- Comienza a entender y aceptar órdenes verbales (recoger, sentarse, ir a la mesa, etc.).
- Comienza a juntar palabras aisladas para construir sus primeras frases ("mamá pan").
- Atribuye funciones a los objetos más familiares y comienza a nombrarlos.
- Imita sonidos de animales y objetos conocidos (onomatopeyas).

2-3 años

Descubrimiento y orientación en el mundo

- Edad acrobática y del deambulador: camina y desarrolla todo tipo de movimientos, sobre todo por medio del juego.
- Desarrollo psicomotriz.
- Adquisición de autonomía.
- Etapa egocéntrica: se considera el centro de todo lo que le rodea.

Desarrollo del pensamiento simbólico y de la adquisición del lenguaje

- Edad del lenguaje: interés por la comunicación hablada.
- Desarrollo de la fantasía y de la imaginación:
 - Interés por las ficciones, el ensueño y la imaginación.
 - Gusto por los cuentos y la identificación con personajes fantásticos.
 - Pseudomentiras: verdades cargadas de fantasía.

Interés por el juego

- Juegos de representar un papel e imaginarse cosas (juegos “de ilusión”): jugar a las casitas, a mamás, a conducir trenes, etc.
- Juegos de interés por el mundo que le rodea.
- Juegos de aprendizaje: aprender a leer jugando.
- Juegos de construcción, montaje y desmontaje.

Control de esfínteres

Desarrollo de la conciencia del yo y de la existencia de los otros: obstinación y terquedad. Etapa del “no”

- Inicio del desarrollo moral.
- Percepción de la existencia de normas y de exigencias en el entorno.
- Inicio del desarrollo de la capacidad de tomar decisiones.
- Descubrimiento de los otros, de sus necesidades y sentimientos: interés por los otros e inicio del desarrollo de la cooperación.
- Necesidad del afecto y del desarrollo de la seguridad y de la confianza.

Relación ambivalente con el padre y la madre

- Necesidad de seguridad afectiva y protección del padre y de la madre.
- Necesidad progresiva de independencia.
- Tendencia a la inseguridad, al desequilibrio afectivo, a la irritabilidad, a la hiperemotividad.
- Reacciones agresivas y regresivas para ganar el afecto del padre y de la madre.

Importancia de la tolerancia a la frustración

- Miedos aprendidos (influencia de los otros): a los animales, a la oscuridad, a lo extraño.
- Rabietas como emoción aprendida para que le atiendan o para obtener lo que desea y como reacción a la frustración. Pueden expresarse hacia los otros o hacia sí mismo.

6. Cierre

- Gomets y globos

El educador ha de pegar un trozo de cinta adhesiva de color horizontalmente en una hoja del rotafolio a modo de línea para dividirla en dos partes: en la superior tiene que dibujar un emoticono de cara contenta, en la inferior uno de cara seria y en la mitad uno de cara indiferente. A continuación tiene que dar a cada persona participante un *gomets* y tres globos (uno rojo, otro amarillo y uno verde) y cada una ha de poner su *gomets* por encima, por debajo o a la altura de la línea dependiendo si le ha gustado la sesión o no, o si la ha dejado indiferente. Después, el educador ha de decir las frases siguientes y cada participante ha de levantar el globo rojo si no está de acuerdo, el verde si está de acuerdo o el amarillo si no lo sabe:

- “La sesión se me ha hecho muy larga.”
- “He aprendido mucho.”
- “Me he aburrido un poco.”
- “De todas las actividades, la que más me ha gustado ha sido la presentación / el caso / el cómic / la actividad «Pues mi hijo hace»”, etc.

Para acabar hay que hacer una puesta en común.