



FACULTAD DE EDUCACIÓN DE PALENCIA
UNIVERSIDAD DE VALLADOLID

PROYECTO DE INTERVENCIÓN CON FAMILIAS DIVERSAS

TRABAJO FIN DE MÁSTER
MÁSTER PROFESORADO EDUCACIÓN SECUNDARIA OBLIGATORIA,
BACHILLERATO, FP Y ENSEÑANZA IDIOMAS. ESPECIALIDAD:
INTERVENCIÓN
SOCIOMUNITARIA

AUTORA: Sara Vázquez Aceves

TUTOR: José Miguel Gutiérrez Pequeño

Palencia, 26 de junio de 2025

Resumen

Este Trabajo de Fin de Máster tiene como objetivo ofrecer una propuesta de intervención orientada a trabajar con las familias. La idea central que lo sustenta es la importancia de fortalecer la unión entre la escuela y la familia, dos pilares fundamentales para garantizar una educación de calidad.

La propuesta se articula en tres bloques temáticos: el primero centrado en la comunicación afectiva, el segundo en la autoestima y el tercero en la resolución de conflictos. Todo el proceso se desarrolla a través de una metodología dialógica y participativa, creando espacios dinámicos que valoren y respetan la diversidad cultural presente en el entorno educativo.

Palabras clave: Educación, familias, intervención sociocomunitaria, respeto, confianza.

Abstract

This Master's Thesis aims to offer a proposal for interventions aimed at working with families. The central idea behind it is the importance of strengthening the bond between school and family, two key pillars for ensuring quality education.

The proposal is structured into three thematic sections: the first focuses on emotional communication, the second on self-esteem, and the third on conflict resolution. The entire process is developed through a dialogic and participatory methodology, creating dynamic spaces that value and respect the cultural diversity present in the educational environment.

Key words: Education, families, socio-community Intervention, respect, trust.

ÍNDICE

1. Justificación	1
2. Introducción	2
3. Objetivos	4
4. Marco Teórico	4
4.1 La familia en la sociedad española del Siglo XXI: modelos, transformaciones y su papel en la sociedad española	4
4.2. Familia y escuela	12
4.3. Labor del PSC en los centros educativos	15
4.4. Interculturalidad	19
5. Proyecto de Intervención	22
5.1 Justificación	22
5.2 Contextualización del centro	23
5.3 Metodología	24
5.4 Temporalización y destinatarios	26
5.5 Cronograma de las sesiones	28
5.6. BLOQUE 1: Comunicación afectiva con nuestros hijos e hijas.	29
6. Evaluación de la propuesta	47
7. Conclusiones	50
8. Referencias bibliográficas	53
9. Anexos	56
BLOQUE 2: Mejorando la autoestima de nuestros hijos/as	56
BLOQUE 3. “Transformando la realidad”	64

1. JUSTIFICACIÓN

La elección de este proyecto está profundamente vinculada con mi historia personal y profesional. Completé el grado en Educación Social, una formación que me instó siempre a mirar más allá de lo evidente, a considerar a las personas en sus contextos, a comprender que, muchas veces, detrás de una conducta o una dificultad hay un cúmulo de experiencias invisibles. Desde ese lugar, aprendí a valorar la justicia social no como un ideal lejano, sino como una meta que se construye cada día, con pequeñas acciones, con compromiso y con presencia.

La elección de llevar a cabo este proyecto se debe principalmente a la realización del Prácticum en el IES Arca Real, en la ciudad de Valladolid.

Desde el primer momento estuve muy interesada en realizar las prácticas en este centro ya que mi prioridad era poder aprender y vivenciar lo que es un PSC dentro del departamento de orientación. Este centro no se encontraba en la lista inicial, pero tras conseguir contactar con el equipo y exponerles mis motivaciones y ganas de aprender, decidieron ofertar una plaza para el su centro.

En dichas prácticas he tenido la oportunidad de conocer de primera mano cómo funciona un departamento de orientación, qué funciones tiene la PSC y cómo desarrolla su labor en un IES.

Siempre he creído que no podemos cambiarlo todo, pero sí podemos sembrar. Sembrar escucha, comprensión, oportunidades. A veces esas semillas no llegan a florecer, pero otras veces sí. A veces basta con estar ahí, con no rendirse, para que alguien encuentre un camino. Y eso es lo que me mueve.

Mi trabajo actual en un albergue para personas sin hogar me ha aportado una mirada todavía más humana y real. En mi día a día, al relacionarme con estas personas, descubro historias que en su mayoría tienen un origen común: infancias marcadas por la inestabilidad, familias desestructuradas, contextos sociales complicados, abandono escolar, malas decisiones tomadas desde el aislamiento y, sobre todo, la ausencia de apoyos significativos en momentos clave. Escuchar sus relatos me hace pensar que muchas de estas situaciones podrían haberse evitado si alguien, en su momento, hubiera estado ahí. Si alguien les hubiera acompañado, orientado, sostenido.

Por eso, cuando llegó el momento de escoger el centro para realizar mis prácticas, supe que quería estar en un sitio donde pudiera vivenciar de cerca cómo se trabaja desde la orientación educativa. Concretamente, y dentro de un departamento de orientación, mi objetivo era comprender el papel de la PSC en el contexto escolar, desde la prevención y la intervención directa. El IES Arca Real no figuraba inicialmente entre las opciones, pero como ya he comentado al principio, tras contactar con ellos/as, compartir mi motivación y mis ganas de aprender, me ofrecieron una plaza. Y se lo agradezco enormemente, porque gracias a esa oportunidad hoy tengo aún más claro hacia dónde quiero encaminarme.

Quiero, desde luego, seguir aportando mi grano de arena. Y si con mi trabajo consigo que alguien se sienta acompañado/a, comprendido/a, menos solo/a... entonces todo esto habrá tenido sentido. Porque a veces, basta con una sola flor para empezar a imaginar un jardín.

2. INTRODUCCIÓN

Cualquier intervención educativa en problemáticas complejas, es necesario abordarla desde diferentes contextos y lugares. Trabajar con el alumnado es de vital importancia, pero en numerosas ocasiones es necesaria la colaboración (o al menos llegar a un mínimo entendimiento) con el contexto familiar de forma que no caigamos en contradicciones, en sobrepasar límites o, incluso, en llegar a enfrentarnos.

Y no debemos olvidar, como señalan Musitu y Cava (2001, p. 11) que la familia es el primer contexto en el que se da el desarrollo cognitivo, afectivo y social de cualquier joven. Por mucho que la estructura y funciones de la familia hayan variado a lo largo de la historia, continúa siendo el principal referente de la inmensa mayoría de nuestros/as alumnos/as y, se convierte, por tanto, en el primer contexto socializador. Es muy probable que sea en el seno de la familia donde los alumnos/as van a adquirir elementos culturales, valores y creencias de forma muy arraigada. El modo que nuestros alumnos/as tienen de comportarse, el modo de pensar e, incluso, de sentir va a estar muy influido por dicho contexto familiar. Los diferentes efectos que cada estilo de socialización familiar tiene en sus hijos/as es algo evidente.

Por ello, en numerosas ocasiones, en los centros escolares se trabajan muchos aspectos de forma puntual o de forma más continua y elaborada, pero de espaldas al contexto familiar que puede, incluso, desconocer dicho trabajo.

De esta manera la idea de este TFM es la de complementar ese trabajo, en este caso acerca de la temática ya presentada, con una formación, información y debates complementarios, al proyecto que se lleve a cabo con el alumnado.

Este proyecto de intervención se enmarca dentro de una perspectiva de intervención sociocomunitaria buscando promover la participación activa de las familias en el proceso educativo. A lo largo del TFM se analizan aspectos como la interculturalidad, los tipos de familia, y la importancia de actuar de forma cohesionada como equipo y no como figuras separadas. La propuesta práctica se basa en una metodología participativa y dialógica orientada a fortalecer la comunicación, la autoestima y la resolución de conflictos.

Para ello, se trabajarán tres bloques temáticos: el primero centrado en la comunicación afectiva, el segundo en la autoestima, y el tercero en la resolución de conflictos y distorsiones cognitivas. Cada bloque se estructura en dos sesiones de una hora y media de duración, lo que suma un total de seis sesiones. Esta organización permite abordar de forma gradual y profunda cada uno de los contenidos, facilitando la participación activa de las familias y creando espacios de reflexión conjunta.

En el contexto actual, y tomando como referencia mi experiencia durante las prácticas, la transformación de los modelos familiares, el impacto de las TIC y los desafíos sociales y emocionales que enfrentan los adolescentes hacen más necesaria que nunca una mirada colaborativa entre los distintos agentes que influyen en sus vidas. Este trabajo surge como una respuesta a esa necesidad de adaptación, inclusión y trabajo conjunto.

3. OBJETIVOS

General:

- Diseñar un proyecto que promueva la participación activa de las familias en la vida escolar, con el objetivo de apoyar el desarrollo personal, académico y social del alumnado.

Específicos:

- Fomentar la participación activa de los padres y madres en el entorno escolar
- Promover una comunicación respetuosa y empática entre los padres y madres, impulsando la confianza y el establecimiento de límites claros y acuerdos familiares, con el fin de fortalecer los vínculos, mejorar el ambiente emocional y apoyar el desarrollo académico de los hijos/as.
- Concienciar y capacitar a las familias para apoyar el desarrollo de una autoestima saludable en sus hijos e hijas adolescentes, así como proporcionar herramientas para detectar señales de malestar emocional.
- Brindar recursos a las familias para identificar y transformar pensamientos distorsionados que afectan a la comunicación y relaciones familiares.

4. MARCO TEÓRICO

4.1 La familia en la sociedad española del Siglo XXI: modelos, transformaciones y su papel en la sociedad española

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), se entiende por familia: “a los miembros del hogar emparentados entre sí, hasta un grado determinado, por sangre, adopción y matrimonio. El grado de parentesco utilizados para determinar los límites de la familia dependerá de los usos a los que se destinen los datos y, por lo tanto, no puede definirse con precisión en escala mundial”.

Actualmente existen diferentes modelos de familia debido a las numerosas transformaciones sucedidas en nuestra sociedad. Muchos modelos de familia, poco o nada tienen que ver con la que solíamos definir como familia tradicional hasta hace bien poco; es decir, la pareja heterosexual tradicional, formada por el

padre, la madre y los hijos/as. Y es cierto que sigue siendo la opción mayoritaria, pero no la única válida.

Como defiende López. F (2008) “La orientación sexual no anula la posible función de paternidad o maternidad” (p. 167)

Y es que, como he mencionado, en la actualidad podemos hallar diversos tipos de familias.

En función **de la estructura**, nos podemos encontrar:

Familias monoparentales

Son aquellas familias formadas por un solo miembro (padre o madre) con hijos/as, es decir, será únicamente un progenitor el que se encargue del cuidado y educación de sus hijos/as. Las causas de una creciente monoparentalidad son muy diversas, podemos señalar;

- Madres solteras (embarazos no planificados o fruto de una opción personal).
- Viudedad.
- Divorcio o separación.
- Ordenamiento jurídico: adopción.
- Privación de libertad de uno de los cónyuges o migración.

En cuanto a las *familias biparentales*, son familias en las cuáles hay dos miembros a cargo de los hijos/as.

En función de los **aspectos legales**, podemos mencionar:

Las *parejas de hecho*, formadas por parejas que comparten un mismo hogar, unidas por vínculos afectivos y de sexualidad, pero sin haber contraído el matrimonio. Estas parejas tienen consideración legal y una serie de derechos reconocidos, tanto para ellos como para sus hijos/as.

Y dentro de los *matrimonios* podemos dividirlos en:

Los *matrimonios heterosexuales*, comentados anteriormente.

O bien, los *matrimonios homosexuales*, formados por dos hombres o por dos mujeres. En España fueron aprobados en 2005, (- Ley 13/2005- que reforma el código civil en lo concerniente al derecho a contraer matrimonio). En particular, esta reforma añade un segundo párrafo al vigente artículo 44 del Código civil:

“El hombre y la mujer tienen derecho a contraer matrimonio conforme a las disposiciones de este Código. El matrimonio tendrá los mismos requisitos y efectos cuando ambos contrayentes sean del mismo o de diferente sexo”.

Esta ley se encarga, además, de sustituir ciertas palabras o expresiones como por ejemplo “marido y mujer” por “cónyuges”.

Estas familias formadas por una pareja del mismo sexo pueden también tener hijos por relaciones heterosexuales previas, por adopción o por reproducción asistida.

Dentro de los aspectos legales también conviene citar a las familias reconstruidas donde existen *separaciones* o *divorcios* con niños/as de por medio. En ellas se puede dar una nueva relación con otra persona después de una separación o divorcio. En este tipo de familias pueden convivir hijos/as de ambos miembros de la nueva pareja, con lo que pueden surgir dinámicas problemáticas como; manifestación de lealtades divididas en los hijos/as, problemas de convivencia con la nueva familia debido a diferentes costumbres, valores o normas

Por último, podríamos hablar de las ***familias adoptivas***, familias que, por las razones que sean, deciden adoptar a un niño o a una niña.

Ante esta diversidad de tipos de familia, se hace necesario que el profesorado conozca la situación, como ya he citado en numerosas ocasiones.

Así, según Aguado (2008)

dado que cada vez es mayor el número de niños que pertenecen a familias monoparentales, reconstituidas, que atraviesan por procesos de divorcio, de readaptaciones familiares, etc., es importante para su desarrollo psicológico que sientan esa diversidad familiar como una realidad

habitual, no considerando a priori ningún tipo de familia mejor que otro. (p. 82)

Sea la tipología familiar que sea no se puede dejar de hacer referencia al *cambio de roles* fundamental que surge en las últimas décadas debido a la incorporación de la mujer al trabajo. Este hecho ha traído como consecuencia diversas situaciones como: los dos miembros de una pareja se reparten el tiempo de cuidados de los hijos/as, el papel de los abuelos/as como educadores protagonistas cuando ambos progenitores trabajan y, por último, que sean personas contratadas por los padres, las que se encarguen de estar con nuestros alumnos/as en muchos momentos del día. Este hecho ha traído también como consecuencia que sean, en muchas ocasiones, las actividades extraescolares, las que ocupan el mayor tiempo de los niños y niñas, cuando los padres/madres están trabajando.

Unido a todo ello, también se ha constatado una evolución del papel de la familia en la educación. Así, el rol de las familias en el sistema educativo español ha ido cambiando con el paso del tiempo. La relación entre el contexto escolar y el familiar es una realidad cambiante y actualmente ha pasado a convertirse en un factor de gran importancia en la educación del alumnado. Cuando anteriormente eran realidades mucho más desligadas.

Según Mariano Fernández Enguita (2007) en su artículo "*Educar es cosa de todos*", la escolarización generalizada puso en relación a la escuela con familias muy diferentes, consideradas como inferiores en lo referente a la cultura. Anteriormente se trataba de dos realidades relativamente paralelas, pero en la actualidad la familia traslada diferentes funciones a la escuela (*custodia, socialización...*) y ya no siempre y en todos los casos acepta respetuosamente las decisiones del profesorado. La escolarización comprende no sólo la enseñanza, si no también otras funciones socializadoras y educativas.

Respecto a la *socialización*, la escuela ha pasado de ocupar un lugar más bien pequeño en la vida de las personas, a ocupar prácticamente la niñez, la adolescencia y buena parte de la juventud. El resto de instituciones, incluida la

propia familia, han ido perdiendo fuerza en dicho ámbito. La familia puede educar en la convivencia doméstica, pero no en la social debida a la experiencia intragrupal que ofrecen los centros educativos.

Los centros educativos son el primer lugar de aproximación a la diversidad existente y creciente en la sociedad, con alumnos/as de otras razas, culturas, clases, capacidades, etc. El respeto hacia el otro, las habilidades sociales, la frustración social, la igualdad y tolerancia, ..., pueden ser valores que se inculquen desde la propia familia y ello es necesario, pero serán las escuelas el lugar donde esa experiencia se desarrolle y será fundamental para afianzarlos. Estos valores no se materializan en su totalidad dentro de una familia, si no que necesitan de la puesta en práctica en las experiencias sociales que ofrece la escuela.

Debido a la nueva visión de la escuela y a cambios culturales progresivos se ha observado la tendencia a una cultura de la participación. A finales del siglo XX, surgieron ya movimientos de padres y madres. Concretamente, en nuestro país hasta el año 1970 no existían asociaciones para los padres de los alumnos, el origen del movimiento de padres se da en los últimos años del franquismo debido a una falta de canales de participación, a través de los cuales poder expresarse sobre aquellos aspectos que afectan a las condiciones de vida, entre ellos la educación.

Actualmente, las relaciones entre la escuela y la comunidad son contempladas como un factor de gran importancia en la educación del alumnado y se dan por hecho.

Así, y siguiendo a Cuadrado Morales (2010), las demandas de hoy, de la escuela a la familia son las siguientes:

- Apoyo en las rutinas, que la familia se comprometa al cumplimiento de aspectos formales.
 - o Adecuada presentación personal.
 - o Asistencia y puntualidad.

- Asistencia a reuniones.
- Cumplimiento con los materiales que se piden.
- Padres que dediquen tiempo y atención a sus hijos e hijas. Atención a las preocupaciones de estos.
- Apoyo en el trabajo escolar diario.
 - Refuerzo de los contenidos trabajado en el aula.
 - Dotar de materiales de consulta.
 - Cumplimiento de las tareas.

Mientras que la familia, por su parte, demanda a la escuela un trato y tutorización personalizadas. Se espera y exige un trato respetuoso y una preocupación y protección hacia el alumnado. Al contrario que antiguamente, no se espera únicamente que la escuela ofrezca conocimientos y experiencias que ayuden a sus hijos/as en sus estudios, si no que se añade la expectativa de que los profesores les preparen para enfrentarse a situaciones de su vida cotidiana y les eduquen en valores.

El “peligro” de este acercamiento entre escuela y familia está en que se puede dar una dejación o traslado de responsabilidades que no es lo más adecuado ya que el objetivo es un trabajo conjunto y, a poder ser, coordinado. Así, una de las críticas en el análisis actual de dicha relación es la de la poca implicación de muchas familias en las tareas educativas, con cierta delegación de funciones en la escuela (Curieses, 2012). Cada vez son mayores los problemas de participación en los centros. Pero no se trata de un hecho completamente achacable a las familias ya que muchos profesores consideran que se les responsabiliza de demasiadas funciones y tareas más allá de lo académico.

Las investigaciones que se han hecho hasta la fecha sobre la participación de los padres en los centros escolares coinciden en un aspecto fundamental y es que ponen de manifiesto el impacto positivo que tiene en los resultados académicos de los alumnos”, asisten a las escuelas con mayor regularidad, cumplen más con sus tareas, demuestran mejor actitud y comportamiento, etc. Pero “dentro del 60% de los padres que pertenecen al AMPA, solamente un 20% se consideran padres

participativos y activos, siendo la cooperación más activa en Primaria que en Secundaria (Curieses, 2012, p.143).

Y es que “ser padres no es lo mismo que tener hijos, educar conlleva una serie de amplias responsabilidades que muchos están perdiendo de vista” (González, 2013, p.21).

Queda, por tanto, claro que la implicación de las familias en la vida de los centros no solamente es necesaria sino que resulta imprescindible. La no continuidad entre estos dos sistemas y contextos puede conllevar problemas académicos y de socialización. Debemos buscar espacios y tiempos para mejorar las relaciones escuela y familia.

Para ello, la propia legislación española, marca una serie de derechos, deberes y compromisos que las familias debieran de cumplir respecto a la participación en los centros educativos. Observando el siguiente Decreto de nuestra comunidad podemos observar lo comentado.

DECRETO 51/2007, de 17 de mayo, por el que se regulan los derechos y deberes de los alumnos y la participación y los compromisos de las familias en el proceso educativo, y se establecen las normas de convivencia y disciplina en los Centros Educativos de Castilla y León.

CAPÍTULO IV La participación de las familias en el proceso educativo

Artículo 15.– Implicación y compromiso de las familias.

A los padres o tutores legales, como primeros responsables de la educación de sus hijos o pupilos, les corresponde adoptar las medidas necesarias, solicitar la ayuda correspondiente y colaborar con el centro para que su proceso educativo se lleve a cabo de forma adecuada, asistiendo a clase y a las actividades programadas.

Artículo 16.– Derechos de los padres o tutores legales.

1. Los padres o tutores legales, en relación con la educación de sus hijos o pupilos, tienen los derechos reconocidos en el artículo 4.1 de la Ley Orgánica 8/1985, de 3 de julio, reguladora del derecho a la educación.
2. La administración educativa garantizará el ejercicio de los derechos reconocidos en el apartado anterior. Con especial atención, y de acuerdo con los principios informadores de este Decreto, garantizará el derecho de los padres o tutores legales a:
 - a) Participar en el proceso de enseñanza y en el aprendizaje de sus hijos o pupilos y estar informados sobre su progreso e integración socio-educativa, a través de la información y aclaraciones que puedan solicitar, de las reclamaciones que puedan formular, así como del conocimiento o intervención en las actuaciones de mediación o procesos de acuerdo reeducativo.
Ser oídos en aquellas decisiones que afecten a la orientación personal, académica y profesional de sus hijos o pupilos, sin perjuicio de la participación señalada en el párrafo anterior, y a solicitar, ante el consejo escolar del centro, la revisión de las resoluciones adoptadas por su director frente a conductas de sus hijos o pupilos que perjudiquen gravemente la convivencia.
 - b) Participar en la organización, funcionamiento, gobierno y evaluación del centro educativo, a través de su participación en el consejo escolar y en la comisión de convivencia, y mediante los cauces asociativos que tienen legalmente reconocidos.

Artículo 17.– Deberes de los padres o tutores legales.

1. Los padres o tutores legales, como primeros responsables de la educación de sus hijos o pupilos, tienen las obligaciones establecidas en el artículo 4.2 de la Ley Orgánica 8/1985, de 3 de julio.
2. La administración educativa velará por el cumplimiento de los deberes indicados en el apartado anterior. Con especial atención, y de acuerdo con los principios informadores de este Decreto, velará por el cumplimiento de los siguientes deberes de los padres o tutores legales:
 - a) Conocer la evolución del proceso educativo de sus hijos o pupilos, estimularles hacia el estudio e implicarse de manera activa en la mejora de su rendimiento y, en su caso, de su conducta.

- b) Adoptar las medidas, recursos y condiciones que faciliten a sus hijos o pupilos su asistencia regular a clase así como su progreso escolar.
- c) Respetar y hacer respetar a sus hijos o pupilos las normas que rigen el centro escolar, las orientaciones educativas del profesorado y colaborar en el fomento del respeto y el pleno ejercicio de los derechos de todos los miembros de la comunidad educativa.

A pesar de la propia legislación y de todo lo anteriormente expuesto, no se puede obviar que la relación entre las escuelas y las familias son complejas en cuanto a lo que unas esperan de las otras y viceversa,

Algunos educadores aspiran a que los padres se involucren en la educación de sus hijos por su propia cuenta. Si lo hacen, son “buenos padres”; de lo contrario, son irresponsables, desinteresados o “malos” padres. Algunos educadores y padres esperan que la escuela “les diga a los padres qué hacer” y que los padres simplemente acaten. Ningunos de estos enfoques –esperar el involucramiento ni dictar cómo éste debe ser– es eficaz para involucrar a todas las familias” (Epstein, 2013, p.118).

Estas palabras representan textualmente una realidad existente en las aulas, una relación siempre difícil, generando múltiples preguntas como las siguientes: ¿Cómo ha de ser esa colaboración? ¿Qué necesidades tiene cada parte? ¿Qué barreras se encuentran?...

Pero, a pesar de las dificultades y siguiendo a Martín (2016): “Las familias y la escuela están destinadas a entenderse por un objetivo común que no es otro que la mejora de la calidad educativa del alumnado” (p.16).

4.2. Familia y escuela

Como afirma Garreta, J (2007, pp. 9-12) la relación entre los centros educativos y la comunidad es un factor de gran importancia en la educación del alumnado. No podemos olvidar que la educación se inicia en la familia. Los centros educativos son una prolongación de dicha educación. Por ello es fundamental conocer el medio, el contexto donde los alumnos crecen y se van formando. Así, la participación de los padres/madres en la vida escolar debiera ser algo básico.

Según el autor anteriormente citado existen diversas barreras que dificultan este contacto entre centro y familia, entre ellas: “falta de disponibilidad de algunos padres por las condiciones de vida precarias, horarios de trabajo...; nivel de escolarización insuficiente para poder ayudar en los estudios de los hijos; poco interés o escasa motivación para participar en la vida de la escuela al no tratarse de una prioridad; poco o nulo conocimiento del sistema educativo; diferencia entre valores familiares y los de la escuela; roles en el seno de la familia; dificultad de algunos padres en percibir el personal de la escuela como agentes educativos competentes y considerar la escuela como un lugar accesible y donde tienen el derecho y deber de participar; dificultad en que la escuela traspase lo estrictamente escolar por la actitud cerrada que manifiestan padres y profesores; comunicación imposible o limitada por dificultades lingüísticas; etc”.

El autor también comenta, lo cual tiene mucha relación con la realidad del centro en el que realizo las prácticas y en el que baso este TFM, que particularmente la comunicación entre el centro y los colectivos de padres y madres de origen inmigrante y gitanos/as es aún más dificultosa. Esto es debido a “la falta de interés de los progenitores (37%), el conflicto cultural (27%), el bajo nivel cultural (24%) y el desconocimiento del sistema educativo (21%) (que aumenta hasta el 65%, 41%, 37,6% y 31% respectivamente entre el alumnado gitano”).

Respecto a los obstáculos que dificultan la comunicación con los progenitores inmigrantes, el idioma adquiere un papel relevante (30%), aunque en primer lugar aparece el desconocimiento del sistema educativo (42%) seguido del escaso interés de los padres /madres(32,5%).

En la misma línea, Musitu y Cava (2001, pp. 118-120), remarcan la obviedad de que los comportamientos, creencias y hábitos son aprendidos principalmente desde la familia. Nuestra percepción de las relaciones, del mundo que nos rodea, nuestro sistema de valores y la propia formación de nuestra identidad son factores claramente influenciados por el contexto familiar.

Todas las sociedades, independientemente del contexto cultural, confieren a las familias un papel clave en la educación y preparación de sus jóvenes para que puedan integrarse en sociedad. La sociedad va a esperar de las familias que sean capaces de enseñar a sus hijos/as a controlar sus impulsos, a desempeñar

determina los papeles sociales para el futuro adulto y que adquieran un significado global de lo que se valora en su sociedad y cultura.

En resumen, los autores, indican que la familia contribuye de forma crucial en que los jóvenes aprendan a desarrollarse como seres sociales.

Los mismos autores (pp. 132-134), remarcan, por otra parte, el papel de los centros educativos en dicha función de educación y transmisión de cultura, conocimiento y valores. Es decir, la labor socializadora de los centros escolares no es nada desdeñable. Con lo cual, familia y escuela se convierten en dos contextos de especial relevancia para los jóvenes. Y son dos contextos que se superponen. Por ello, su comunicación y, a poder ser colaboración, son esenciales y debería de potenciarse. La mejora de dicha relación conllevaría efectos positivos en los jóvenes, pero también en las familias e, incluso, en el profesorado. La participación de las familias en los centros escolares incide de forma positiva en el rendimiento y en aspectos tales como: habilidades sociales, autoestima, menor absentismo, actitudes positivas... Por otra parte, las familias mejoran también en sus actitudes hacia la labor escolar y hacia los propios profesores. Estos, por su parte, también ven reforzado su trabajo y adquieren, incluso, un mayor compromiso en el mismo.

Finalmente, los autores concluyen con la consideración de que la colaboración se torna deseada y necesaria. A veces (sobre todo con alumnos más problemáticos) es dificultosa ya que las recomendaciones del profesorado pueden interpretarse como una intromisión en la labor parental. Y viceversa. Ni a los padres/madres les gusta que les indiquen "cómo educar a sus hijos/as", ni al profesorado "cómo deben realizar su trabajo". Unos y otros pueden verse amenazados/as en sus respectivos roles y formas de hacer. Por ello, en estos casos, habrá que potenciar aún más los espacios de encuentro resaltando los aspectos positivos y la superación de barreras que impidan la comunicación.

A todo lo anteriormente referido debemos añadir, siguiendo a Fernández Anguita, M. (2007, pp.19-20), que el objetivo último de la escuela no es meramente enseñar, sino educar. Trata, no sólo de transmitir conocimientos académicos sino influir y fomentar el desarrollo integral de los niños/as y adolescentes. Por tanto, será una función coincidente con la propia familia.

Además, el papel creciente de la institución escolar frente al de la familia y la comunidad y el aumento de demandas que ello conlleva es debido al cambio en el modelo de sociedad, que hace que las familias tengan menos tiempo, que los niños pasen más horas al día y más años de su vida en los centros educativos, que la sociedad sea más sensible ante las condiciones de escolaridad y derechos de los alumnos/as... Por todo ello, no tiene sentido entrar en el debate de si los padres delegan demasiada responsabilidad en los centros o si los centros deberían ofrecer más o menos o si, unos u otros actúan, o no, correctamente. De lo que se trata es de encontrar un reparto de tareas adecuado, suficiente y eficaz y, a poder ser, coordinado.

4.3. Labor del PSC en los centros educativos

Para contextualizar la intervención que se presenta en este trabajo, resulta imprescindible describir el rol y las funciones que desempeña la Profesora de Servicios a la Comunidad (PSC) en los centros de educación secundaria. A continuación, se detallan las principales funciones de la PSC, tal como están recogidas en la normativa vigente con el fin de comprender el marco desde el cual se diseña la intervención propuesta.

Según la Consejería de Educación de la Junta de Castilla y León (2012), el profesorado de servicios a la comunidad tiene las siguientes funciones:

- a) Proporcionar orientaciones para la atención al alumnado en desventaja socioeducativa o integración tardía en el sistema educativo, facilitando su acogida, integración y participación, así como la continuidad de su proceso educativo y su transición a la vida adulta y laboral.
- b) Favorecer el conocimiento del entorno, identificar los recursos educativos, sanitarios, culturales, sociales o de otra índole existentes, y colaborar en el establecimiento de vías de coordinación y colaboración.
- c) Colaborar en la prevención y mejora de la convivencia, en el seguimiento y control del absentismo escolar y en la realización de actuaciones encaminadas a prevenir y disminuir el abandono temprano de la educación y la formación.

d) Aportar criterios sobre la evaluación del contexto familiar y social facilitando la información necesaria, en los casos en los que sea preciso.

e) Participar en las tareas de orientación a las familias y de integración e inserción social del alumnado, que se lleven a cabo en el centro.

f) Participar en las comisiones específicas que se articulen en función de las necesidades de organización interna de los centros.

g) Cualquier otra que determine la Administración educativa en el ámbito de sus competencias.

Centrándome en el IES Arca Real, el departamento de orientación está compuesto por los siguientes integrantes:

- Jefe del departamento de Orientación
- Orientadora.
- Maestra de PT.
- Profesora Servicios a la Comunidad.
- Maestra Compensatoria.
- Maestra Compensatoria.
- Maestra de Audición y Lenguaje.
- Profesora Diversificación Curricular, ASL
- Profesor de Diversificación Curricular, ACT.

Aunque no forman parte del departamento cabe mencionar al maestro que trabaja todo el tema del PROA +.

El funcionamiento del Departamento de Orientación se rige por la normativa interna del centro.

Sus miembros se reúnen semanalmente, y al menos una vez al mes dedican estas sesiones a la puesta en común y evaluación de las actuaciones realizadas. En estas reuniones se valoran aspectos como el grado de coordinación entre los propios miembros del departamento y con otros profesionales del centro, el número y perfil de los alumnos/as atendidos, así como el progreso educativo de los mismos.

Según el plan de actuación de I.E.S Arca Real:

El Plan de Actuación del Profesor de Servicios a la Comunidad (PSC) tiene como objetivo desarrollar prácticas educativas inclusivas y paliar las desigualdades que en materia educativa se producen o pueden producir debidas a la situación: personal, cultural y/o socioeconómica del alumnado; es una medida del Sistema Educativo para fortalecer el acceso a la educación como derecho y atender a la diversidad alumnado en el mundo educativo. Debe de ser de carácter flexible y abierto ajustándose a la realidad diversa del alumnado y a su contexto, el barrio de las Delicias, donde se enmarca el IES Arca Real.

El PSC actuará como agente mediador/a y dinamizador/a de acción sociocultural y educativa entre todos los componentes de la comunidad educativa (alumnado, profesorado, familias, recursos externos), para ello tendrá en cuenta la normativa: ORDEN EDU/1054/2012, de 5 de diciembre, por la que se regula la organización y funcionamiento de los departamentos de orientación de los centros docentes de la Comunidad de Castilla y León y más concretamente el artículo 8.4.(mencionado al inicio de este apartado) donde aparecen las funciones de los profesores técnicos de servicios a la comunidad en los departamentos de orientación de los institutos de educación secundaria. Asimismo, está en consonancia con del Proyecto Educativo del Centro, de la Programación General Anual y de sus planes: Plan de atención a la diversidad; Plan de acción tutorial, Plan de convivencia, Plan de absentismo escolar, Plan de acogida, Plan de igualdad, PROA +, Éxito Educativo y otros planes del centro.

Los objetivos generales son:

- ✦ Promover la igualdad de oportunidades en educación, focalizando la atención preferentemente en sectores desfavorecidos, colaborando en la organizando medidas que hagan efectiva la compensación de las desigualdades de partida, garantizando la continuidad en el proceso educativo del alumnado y asegurar el mantenimiento de la respuesta educativa en función de sus necesidades educativas.

- ✦ Trabajar la diversidad como elemento inherente al capital humano, promoviendo la educación intercultural en el Instituto y favoreciendo el respeto, la comunicación y la comprensión mutua entre todo el alumnado, independientemente de su origen cultural, lingüístico, étnico o religioso.

Para desarrollarlos se plantean varios objetivos específicos, se destaca el siguiente, directamente relacionado con las familias:

4.-Facilitar la implicación de las familias en el proceso educativo de sus hijos/as tanto en el momento inicial de la escolarización en el Instituto como en el desarrollo del proceso educativo posterior, potenciando su participación en actividades de tutoría individual y grupal, en actividades de formación, así como en cuantas acciones dirigidas a las familias se desarrollen en el centro.

En cuanto a las funciones que definen los objetivos de la actuación:

i) Colaborar en la prevención de los desajustes de carácter social y familiar que puedan afectar negativamente en el proceso educativo del alumnado, actuando como mediador entre las familias y el profesorado, promoviendo actuaciones de información, formación y orientación a las familias y participando en su desarrollo.

k) Informar a las familias de los recursos y programas educativos y socioculturales del centro educativo y del sector donde se ubica, con el objeto de mejorar la formación y la integración del alumnado y sus familias.

Ámbitos de actuación y actuaciones específicas relacionados con las familias:

- Participar en tareas de orientación familiar: logrando una implicación activa y eficaz en aspectos fundamentales dentro del proceso de enseñanza-aprendizaje de su hijo/a.
- Ayudar a las familias, padres y madres y/o tutores legales a desarrollar capacidades que le permitan afrontar sus problemas personales o sociales.

- Desarrollar y/o colaborar en los programas formativos dirigidos a familias: Escuelas de familias, conferencias, ciclos, charlas, mesas redondas...
- Tutorización de familias que, por las características de sus hijos/as, y/o por sus características funcionales, requieran un seguimiento periódico.
- Actuar como mediador entre las familias del alumnado y el profesorado, facilitando el acercamiento de las familias al centro educativo para favorecer y mejorar el proceso educativo del alumnado, previniendo así posibles desajustes de carácter social y/o familiar.
- Asesorar a las familias sobre gestiones a realizar en relación con sus hijos/as en el centro educativo y en el sector (ayudas sociales, becas, subvenciones, campamentos escolares, ayudas de libros, traslados) y sobre los organismos a los que han de dirigirse, con objeto de mejorar la formación e integración del alumnado y sus familias.

4.4. Interculturalidad

El IES Arca Real, como todos, es diverso, y acoge a numerosos alumnos de otros países y etnias. La diversidad es un hecho diario y patente, las diferencias personales, sociales y culturales son muy significativas, lo cual no siempre se vive como una situación positiva.

Favorecer la interculturalidad no es fácil y promover prácticas educativas dirigidas a todos con una visión educativa inclusiva es un reto de nuestro sistema educativo en general que debiera promover condiciones reales y efectivas para conseguir espacios y tiempos de intercambio cultural. Esto aun debería ser más patente en centros como el nuestro ya que, como queda claro, es un centro donde la diversidad cultural es la característica principal del mismo. Por ello, es fundamental respetar, aceptar y reconocer las diferencias culturales como valor educativo, y asumir una perspectiva intercultural en el trabajo educativo en el centro, así como en las interacciones del mismo. Así, estaríamos en la línea de López Melero (2006, p. 21) cuando defiende que:

la cultura de la diversidad en educación es «la comprensión de la diversidad y de la diferencia humana en las aulas como un elemento de valor y como derecho (...) y no consiste en el sometimiento de las culturas

minoritarias a las condiciones que le imponga la cultura hegemónica, sino exige que sea la sociedad la que cambie en sus comportamientos y sus actitudes respecto a las personas diferentes para que éstas no se vean sometidas a la tiranía de la normalidad.

La escuela actual debe ser capaz de articular propuestas efectivas que permitan impulsar prácticas pedagógicas que retomen la idea de la diversidad cultural desde una perspectiva eminentemente interactiva y en permanente análisis social (Jordán y Castella, 2001).

Es por las ideas anteriormente expuestas, por las que este TFM trata de abrir puertas a esta filosofía de trabajo en este caso, con las familias. Es necesario proponer actividades educativas de reflexión y cooperación entre profesores/as y familias ya que, el centro educativo puede llegar a ser un espacio privilegiado para trabajar la interculturalidad, dentro de un contexto de valores primordialmente humanos. ¿Por qué la diferencia conlleva separación y/o discriminación? ¿por qué no puede conllevar unión y cercanía? El centro educativo se debe convertir en un lugar fundamental de formación para la convivencia y la comunicación intercultural con las familias. Puede y debe ser la base para aprender y compartir valores y actitudes que aseguren una convivencia libre, pacífica, respetuosa y no discriminatoria.

Los conflictos a los que puede llevar la multiculturalidad también pueden servir para establecer entre los diferentes grupos unas relaciones de interdependencia enriquecedora basada en la valoración y el enriquecimiento mutuo (Leiva, 2007 y 2012).

En este contexto lleno de pluralidad, en muchas ocasiones, algunas culturas inmigrantes aportan trabajadores y muchas veces, son, siguiendo a Essomba, MA (1999, p 82)

culturas que de una forma más o menos tímida y desde una posición de desventaja, debido a los procesos de marginación y exclusión que viven

gran parte de estas personas, piden estar presentes, ser reconocidas como parte de la cultura social y escolar.

Por eso, es muy importante visibilizarlas, trabajar con ellas, de igual a igual, de forma interdependiente, con humildad, confianza y valoración mutua

Y la diversidad cultural tiene que ir más allá de aceptar sin más a las demás culturas. La educación intercultural es un vehículo de apertura y de fomento de la formación para la participación de todos los miembros de la comunidad educativa (Banks, 2008).

El planteamiento de mi TFM quiere seguir humildemente las ideas anteriormente plasmadas. Y finalizo la exposición de este punto con una cita de Leiva Olivencia J (2013, p.194) que resume con claridad lo expuesto.

aparece con fuerza la necesidad de imbricar la interculturalidad dentro del currículum escolar y también implicando acciones educativas que conecten la educación con el servicio a la comunidad, esto es, que se diseñen y desarrollen propuestas que el alumnado pueda desarrollar en sus contextos más cercanos (familia, barrio, asociaciones de vecinos, etc...) para la promoción de la interculturalidad y la cultura de la diversidad. Con prácticas pedagógicas simples, dogmáticas o reduccionistas no se puede lograr una escuela sin exclusiones. Se hace necesaria una pedagogía más compleja y humana donde las personas y las culturas diferentes puedan aprender a aprender en libertad y a convivir desde la diversidad cultural a la cultura de la diversidad. Y esto supone abrirse a una perspectiva inclusiva y holística que aglutine lo positivo de las diferentes miradas educativas interculturales de los docentes con el objetivo de ir construyendo la interculturalidad en la escuela de manera eminentemente práctica, sin caer en activismos militantes ni en posicionamientos idealizados, y sí en acciones educativas rigurosas que fomenten el intercambio, la participación democrática, la libertad, el

aprendizaje cooperativo, la innovación curricular y, sobre todo, la mejora de la convivencia, el bienestar y el aprendizaje escolar.

5. PROYECTO DE INTERVENCIÓN

¿Me han cambiado de hijo? ¡S.O.S.! ¡Un adolescente en casa!

5.1 JUSTIFICACIÓN

En este apartado del trabajo llevaré a cabo mi propuesta de intervención desarrollada en el IES Arca Real, ubicado en la ciudad de Valladolid. He escogido este centro educativo ya que es donde realicé mi periodo de prácticas lo que me permitió conocer de primera mano la realidad del trabajo que desempeña un PSC (Profesor de Servicios a la Comunidad) en un instituto de estas características. Estas prácticas me han permitido observar tanto las fortalezas como las debilidades del centro y he podido comprobar los desafíos a los que se enfrentan en su día a día, siempre visualizado desde la perspectiva de un PSC.

Tras mi experiencia en las prácticas he decidido enfocar mi propuesta de intervención en la intervención con las familias. Considero que la familia es el pilar fundamental para favorecer el desarrollo integral de niños, niñas y adolescentes. Su implicación activa en el proceso educativo resulta clave para alcanzar resultados positivos tanto a nivel académico como a nivel personal y emocional.

Para ello, he desarrollado tres bloques, relacionados cada uno de ellos con la intervención centrada en las familias. Cada bloque trabaja una temática distinta que se centra en un aspecto específico relacionado con la mejora de la dinámica familiar y el fortalecimiento del vínculo entre la familia y la escuela. El primer bloque trata sobre la comunicación afectiva, el segundo incide sobre la autoestima y el tercero trabaja la resolución de conflictos. Cada bloque está dividido en dos sesiones de carácter participativo y práctico donde se pretenden generar espacios de debate y reflexión.

Este proyecto persigue mejorar el vínculo entre IES y familias, al tiempo que respeta y juega con la rica variedad cultural y social del barrio. Para alcanzar este objetivo se pretenden utilizar métodos más flexibles, que se alejen de “las conversaciones habituales”, introduciendo dinámicas para construir un vínculo más fuerte con las familias.

Es de vital importancia recordar y tener presente dicha realidad multicultural cuando se trabaje con las familias, ya que puede plantear retos o dificultades debidos, por ejemplo, a las diferencias idiomáticas o a la falta de comprensión del sistema educativo español, lo cual podría impedir en gran medida el hecho de que dichas familias se involucren en estas actividades.

A pesar de dichas dificultades, podemos enfocar la situación como una gran posibilidad de crear un proyecto rico en cultura, que acompañe a todos/as, donde unos se nutran de otros/as y con un claro enfoque de intercambio de opiniones basadas en su diversidad cultural, lo que, seguramente, mejorará y enriquecerá la experiencia de las familias participantes.

5.2 CONTEXTUALIZACIÓN DEL CENTRO

El centro educativo elegido para llevar a cabo este proyecto es el Instituto de Educación de Secundaria Arca Real, en Valladolid. Este IES se encuentra situado en el barrio de las Delicias. Según el censo del Ayuntamiento de Valladolid, a fecha de 4 de junio de 2024, el barrio de las Delicias cuenta con 25.865 habitantes. A pesar de haber perdido 1.375 en la última década, las Delicias sigue siendo uno de los núcleos urbanos más poblados de Valladolid.

Este barrio es conocido por su gran diversidad sociocultural, lo que se refleja de manera significativa en el alumnado del IES Arca Real. En el centro educativo se imparte Educación Secundaria Obligatoria (ESO), Bachillerato y Formación Profesional, y se considera un centro preferente para la escolarización de alumnado con discapacidad auditiva.

La mayor parte del alumnado que asiste al IES Arca Real proviene del propio entorno urbano, a la vez que recibe alumnos de localidades vecinas como la

Cistérniga. Las características sociodemográficas del barrio son múltiples y se aprecia una importante población inmigrante, fundamentalmente con nacionalidad marroquí y venezolana. Esta diversidad cultural y social supone retos a nivel de intervención educativa, como la barrera idiomática y el bajo nivel socioeconómico.

Como he indicado, esta riqueza cultural y social presenta diversos retos y opciones para el ámbito escolar, dado que muchos alumnos se topan con realidades de desventaja económica o dificultades lingüísticas.

En todos los cursos del IES se cuenta con un gran número de alumnos/as que se incorporan al sistema escolar sin el dominio del idioma o con carencias educativas previas, lo que requiere un apoyo cercano y e individualizado por parte de los docentes y las familias.

El barrio de las Delicias ha sido siempre una zona de clase trabajadora e industrial y, si bien, ha vivido ciertas mejoras urbanas y de población, conserva una composición social variada. Aparte de la gente inmigrante antes mencionada, cabe resaltar que muchas familias de la zona lidian con apuros económicos y tienen un nivel educativo bajo, lo que impacta directamente en el apoyo que pueden ofrecer a sus hijos e hijas en su proceso escolar.

Sumado a los retos académicos, muchas familias se ven en situaciones de vulnerabilidad, como el paro o trabajos inestables. Esto puede crear un círculo de desventaja social y escolar, donde los padres no siempre tienen los medios o el tiempo que necesitan para involucrarse del todo en la formación de sus hijos e hijas.

5.3 METODOLOGÍA

Durante todo el proyecto se trabajará desde una metodología basada en dos enfoques complementarios, la metodología participativa y el aprendizaje dialógico. Ambas parten de la concepción de que el aprendizaje es un proceso activo, colectivo y significativo, donde los y las participantes se convierten en protagonistas de su propio desarrollo.

Así, una de las opciones metodológicas elegidas para este proyecto de intervención será el aprendizaje dialógico. Un aprendizaje que tenderá a ser activo, promoviendo la reflexión y participación de las familias.

Según la guía para escuelas de García Yeste y García Carrión (2022), el aprendizaje dialógico es; un tipo de aprendizaje basado en las interacciones a través del diálogo y la comunicación. Este aprendizaje se consigue con una conversación orientada al entendimiento y la comprensión bidireccional de todas las personas participantes.

La metodología dialógica consta de siete principios:

1. Diálogo igualitario
2. Inteligencia cultural
3. Transformación
4. Dimensión instrumental
5. Creación de sentido
6. Solidaridad
7. Igualdad de diferencias

De dichos principios quiero destacar especialmente la inteligencia cultural.

En contextos educativos culturalmente diversos, la participación igualitaria requiere reconocer y valorar la inteligencia cultural de todos los miembros/as de la comunidad. Esta no se limita al saber académico, sino que incluye habilidades y conocimientos adquiridos en distintos entornos sociales y culturales. Investigaciones en psicología cultural han demostrado que todas las personas poseen formas de inteligencia útiles para la vida cotidiana y el aprendizaje.

En la escuela, esto implica integrar saberes familiares y comunitarios —como la participación de abuelas voluntarias o métodos culturales alternativos para enseñar—, lo que enriquece el proceso educativo y fortalece el vínculo entre escuela y comunidad. Al hacerlo, se amplían los recursos para el aprendizaje, se mejora la convivencia escolar y se fomenta una mayor implicación de las familias, especialmente en contextos multiculturales.

En cuanto a la metodología participativa, se trabajará basándose en el aprendizaje lúdico e interactivo en el que las familias asumen un rol activo dentro del proceso educativo.

Con esta metodología se pretende que las familias interaccionen entre sí, fortalecer vínculos, acercar culturas y crear un clima de seguridad, carente de miedos y donde cualquier idea sea válida. Al propiciar el encuentro entre personas de diferentes contextos y culturas, se abre un espacio para el diálogo intercultural, donde cada familia puede compartir sus experiencias, visiones y conocimientos desde el respeto y la horizontalidad.

5.4. TEMPORALIZACIÓN Y DESTINATARIOS

Mi propuesta de intervención estará dividida en tres bloques compuestos por dos sesiones cada uno, sumando un total de seis sesiones.

Cada sesión tendrá una duración de una hora y media aproximadamente. Teniendo en cuenta la realidad de las familias, se considera fundamental adaptar los tiempos a la disponibilidad de las mismas para que el mayor número de padres y madres puedan acudir. Algunas de las propuestas serían por la tarde a partir de las 17:00h o 17:30 ya que los niños/as pueden estar en actividades extraescolares como el PROA o el éxito escolar. En caso de no tener ninguna actividad, el centro educativo pondría a disposición la biblioteca para que los alumnos/as pudieran esperar ahí a sus familias.

Se podría valorar realizar las sesiones en viernes por la tarde o incluso sábados por la mañana si el centro y la familia lo consideraran viable, para favorecer la asistencia.

Estas familias, en su mayoría, presentan dificultades económicas y sociales, y muchas de ellas trabajan en empleos precarios o con horarios irregulares. Además, algunas son familias monoparentales, y otras tienen barreras idiomáticas o escasa red de apoyo. Por tanto, la franja horaria de las sesiones debe ser accesible y flexible, no interferir con el horario laboral y facilitar la conciliación familiar.

Los destinatarios principales de esta intervención son las familias del alumnado de 1º de ESO del IES Arca Real. Se ha seleccionado este curso por ser uno de los más complejos del centro, tanto por el número de alumnado como por los retos asociados a la transición desde la Educación Primaria, ya que se trata de una etapa que normalmente viene acompañada de cambios significativos a nivel académico, emocional y social.

Hay que tener en cuenta el perfil de estos chicos/as y sus familias. Son familias con pocos recursos y bajo nivel socioeconómico, lo que puede dificultar el acceso a recursos educativos; muchas familias monoparentales con una sobrecarga en la crianza y el acompañamiento a sus hijos/as; varias familias con dificultades en el idioma, lo que puede suponer una barrera de acceso a la información; con escasa participación previa en actividades escolares, posiblemente por desconfianza, desinformación o falta de tiempo; y con realidades personales muy duras marcadas por problemas laborales, de vivienda, salud mental o violencia estructural.

Ante esta diversidad de situaciones, la intervención pretende acompañar, empoderar y ofrecer herramientas prácticas para mejorar la comunicación familiar, reforzar la autoestima en el hogar y prevenir o gestionar conflictos desde un enfoque positivo y cercano.

5.5. CRONOGRAMA DE LAS SESIONES

Tabla 1: Cuadro de temporalización del proyecto

TRIMESTRE	BLOQUES	SESIONES	ACTIVIDADES
1	BLOQUE 1 COMUNICACIÓN AFECTIVA CON NUESTROS HIJOS E HIJAS	SESIÓN 1 “Hablar sin discutir: comunicarnos mejor en casa”	Presentación y bienvenida (15’) A1 Romper el hielo (15’) A2 El semáforo de los límites (20’) A3 Acuerdos familiares (30’) A4 Me “llevo” y “dejo” (10’)
		SESIÓN 2 “Conexiones y Comunicación: fortaleciendo el vínculo familiar ”	A5 Palabra secreta (10’) A6 Cadena (30’) A7 ¿Te la han colado? (40’) A8 Dinámica final
2	BLOQUE 2 MEJORANDO LA AUTOESTIMA DE NUESTROS HIJOS/AS	SESIÓN 3 “Construyendo autoestima en casa ”	A1 Historias de autoestima (35’) A2 Cadena de fortalezas (35’) A3 El árbol cultural (30’)
		SESIÓN 4 “Manejo de la frustración”	A4. Un poco de teoría (30’) A5 Reconociendo señales en movimiento (40’) A6 Cartas (20’)
	BLOQUE 3	SESIÓN 5 “Cambia el pensamiento, cambia la relación”	A1 ¿Todo o nada? A2 Videoforum A3 “Cadena de palabras”

3	TRANSFORMANDO O LA REALIDAD	SESIÓN 6 Tejiendo lazos	A4 Rol Playing A5 El hilo A6 Compartiendo sabores
---	--	-----------------------------------	--

Nota. Elaboración propia.

5.6. BLOQUE 1: COMUNICACIÓN AFECTIVA CON NUESTROS HIJOS E HIJAS.

En este primer bloque trabajaremos la comunicación afectiva ya que es clave para la relación entre familias e hijos/as.

Para ello se llevarán a cabo dos sesiones de una hora y media, distribuidas a lo largo del primer trimestre del curso. Las sesiones serán participativas, priorizando la creación de un clima emocional cálido, respetuoso y libre de juicios. En ambas sesiones se llevarán a cabo dinámicas relacionadas con la comunicación en familia.

La elección de este bloque se basa en la importancia de una buena comunicación en el núcleo familiar para crear lazos sólidos, creando un ambiente saludable donde prevalezca la confianza y el respeto.

Objetivos:

- Fomentar una comunicación afectiva y asertiva entre padres e hijos.
- Desarrollar habilidades comunicativas que favorezcan la escucha activa.
- Sensibilizar a las familias sobre la importancia de expresar emociones de forma positiva.

SESIÓN 1 “Hablar sin discutir: comunicarnos mejor en casa”

➤ **Bienvenida y presentación cálida**

Objetivos:

- Romper el hielo y generar un primer acercamiento.

- Validar a las familias sin juzgar.

Metodología:

Para el primer acercamiento, nos aseguraremos de crear un ambiente cálido y acogedor. Escogeremos un salón que tenga buena luz natural y sea espacioso, y colocaremos las sillas formando un círculo. Así, todos podrán verse las caras, lo que ayudará a que se cree un ambiente más íntimo y cercano, perfecto para interactuar.

Para dar la bienvenida a las familias, pondremos música suave, teniendo en cuenta la diversidad cultural de los participantes, lo que ayudará a que se sientan tranquilos y a gusto. Además, en una mesa en el centro pondremos algo ligero para picar, como té, café y algunas galletitas o pastas. Sumaremos también detalles culturales, como té de menta, que gusta mucho en la cultura árabe, café de Colombia o Venezuela, y dulces típicos de diferentes lugares. Esto no solo favorecerá que las familias se relajen y disfruten, sino que ayudará a que hablen entre ellas y sientan que están en un lugar acogedor y cercano, lo cual redundará en que conversen y tengan una mayor sensación de hogar.

Colocaremos un cartel de bienvenida con un lenguaje cercano, esto servirá para que sepan donde tienen que ir y para crear una primera impresión positiva. Se puede plasmar una frase como “Gracias por venir. Hoy es un espacio para compartir y aprender entre familias”

Dada la dificultad de la participación de las familias, utilizaremos mensajes de recepción que validen su participación. Es importante este punto para motivar a futuras reuniones. Algunas frases que podremos ir utilizando son: “Nos alegra mucho que hayan venido, este es un espacio para compartir entre madres y padres, donde no se hacen juicios”, “aquí nadie sabe más que nadie, todos/as aprendemos de todos/as”, “no tienen que hablar si no quieren, pero todas las voces son importantes”, “no hay padres ni madres perfectos, aquí venimos a hablar con sinceridad, reírnos un poco y aprender juntos/as”, ...

Según lleguen podemos realizarles preguntas como “¿cómo se dice bienvenido/a en tu idioma?” y compartirlo con el grupo, colocando carteles o posits con esas palabras por el aula.

Temporalización

15'

Materiales

Infusiones, pastas, galletas

➤ **Actividad 1. Dinámica para romper el hielo**

Objetivos

-Romper el hielo y generar confianza entre las familias

-Fomentar un ambiente cálido de escucha y dialogo

Metodología

Después de la bienvenida, pasaremos a realizar una dinámica rápida y sencilla para romper el hielo. Para ello empezaremos preguntando sobre las últimas conversaciones con sus hijos/as.

Cada persona recibirá una tarjeta de color (verde, amarilla o roja) que tendrá que levantar según cómo fue su última conversación con su hijo o hija. Haremos la pregunta en voz alta:

¿Cómo fue la última vez que hablaste con tu hijo o hija?

Se invita a quien quiera contar brevemente por qué eligió ese color.

Ejemplos:

- “Ayer le pregunté cómo estaba y me contestó con una sonrisa, me gustó.”
- “Le hablé de sus tareas, me dijo que sí, pero se notaba que no quería escuchar.”
- “Discutimos por el móvil, acabamos enfadados.”

Es muy importante que la profesional valide sin juzgar, dando respuestas como “gracias por compartir”, “es normal, a todos/as nos pasa” ...

Dejaremos claro que no hace falta contar detalles si no les apetece hablar, pero sí que deberán levantar la tarjeta del color que consideren, verde si fue bien, amarilla si fue regular, roja si acabaron discutiendo.

Para llevar a cabo esta dinámica pondremos las tarjetas de colores en una caja, cada uno tendrá que escoger una tarjeta de la mesa sin decir nada y guardarla. Cuando todos estemos en círculo, se compartirá (solo de forma voluntaria) por qué eligieron ese color.

Por ejemplo; “Yo cogí verde porque ayer hablamos tranquilos de su examen de lengua”, “Roja... no quería hacer nada y terminé gritando”.

Después de compartir haremos una puesta en común lanzando preguntas como:

- ¿Qué cosas pequeñas ayudan a tener una conversación verde?
- ¿Qué suele encender la chispa para que sea roja?
- ¿Crees que a veces el problema es más el “cómo hablamos” que el “qué decimos”?

Es importante tener en cuenta que algunas madres y padres quizás no hablen mucho español. Por eso, usaremos un lenguaje claro y sencillo. También animaremos a participar con ejemplos del día a día.

Para facilitar la participación de quienes tengan un nivel bajo de lectura, las tarjetas tendrán dibujos simbólicos:

- Una carita feliz 😊 para la verde,
- Una carita neutra 😐 para la amarilla.
- Y una carita enfadada 😡 para la roja.

Figura 1: Tarjetas actividad 1



Nota. Elaboración propia.

Temporalización

15'

Materiales

- Tarjetas de tres colores:
 - Verde = buena, tranquila, hubo conexión.
 - Amarilla = regular, hubo tensión o malentendidos.
 - Roja = mala, terminó en discusión o gritos.
- Cesta o caja para guardarlas.

➤ Actividad 2 “El semáforo de los límites”

Objetivos

- Identificar límites de forma clara y respetuosa
- Compartir experiencias propias y escuchar las de los demás

Temporalización

20'

Metodología

Para esta actividad usaremos los mismos colores de antes, aunque no son necesarias las tarjetas. En primer lugar, haremos una breve explicación sobre los límites y la importancia de estos. Adjunto explicación en PowerPoint en anexos.

Después, de forma individual cada persona pensará en dos situaciones en las que tiene que poner límites a sus hijos. Después se compartirán en voz alta las situaciones, como grupo, se debate y se decide si ese límite es:

ROJO: No se negocia. Límite firme y claro

AMARILLO: Se puede negociar según la circunstancia

VERDE: Es flexible y se puede acordar con los hijos/as

Algunos ejemplos de los límites son:

- Hora para ir a dormir
- Uso del móvil
- Tiempo empleado en los deberes
- Salidas con los amigos/as
- Alimentación
- Higiene
- Respeto en la comunicación
- Participación en tareas del hogar
- Elección de la ropa
- Hora de llegada a casa
- Comidas
- Gastos semanales/mensuales
- Contactos y amistades

Para el debate se pueden lanzar preguntas como:

- ¿Qué hace que un límite sea más claro o más difícil de aplicar?
- ¿Qué pasa cuando no se respeta un límite?

- ¿Cómo podríamos comunicar mejor ese límite?
- ¿Qué consecuencias usamos cuando no se respeta? ¿Funcionan?
- ¿Cómo se sintieron al tener que clasificar sus límites?
- ¿En qué tipo de límites se sienten más cómodos: los rojos, amarillos o verdes?

Cada persona deberá levantar la tarjeta según considere.

Materiales

- Pizarra grande (para ir apuntando cosas que surjan en el debate)
- Power-point sobre límites. (Anexo)

➤ **Actividad 3: Acuerdos familiares**

Objetivos

- Fomentar el dialogo y la participación
- Definir normas claras y consensuadas
- Aplicar límites y generar acuerdos

Temporalización

30'

Metodología

Los padres y madres deben trabajar con sus hijos e hijas para definir acuerdos familiares. Estos pueden ser sobre tareas del hogar, horas de pantalla, responsabilidades escolares etc. Para ello, haremos una lluvia de ideas aprovechando lo utilizado en la dinámica anterior. Los participantes pensarán los temas que suelen generar discusiones en casa a la hora de poner límites:

- Uso móvil u ordenador
- Horarios para dormir y comer
- Reparto de tareas
- Tiempo de ocio

Haremos grupos pequeños o parejas, dependiendo de los participantes que acudan. Después de formar los grupos o parejas, tendrán que escribir propuestas y acuerdos. Para ello se les facilitará una ficha con las casillas a rellenar.

Los acuerdos deben ser:

Claros (que todos/as lo entiendan)

Realistas (posible de cumplir según la edad y situación)

Equitativos (justo para todos/as)

Visibles (escrito y colocado en un lugar común)

Acordados en familia (no solo decidido por los adultos)

El acuerdo debe contener las siguientes partes:

- 1º El tema: escribir el tema del que trata el acuerdo: uso del móvil, tareas, dormir, pantallas, etc.
- 2º ¿Qué se acuerda?: norma que todos entiendan y acuerden cumplir
- 3º ¿Quiénes lo acuerdan?: indicar quién debe cumplirlo, todos, solo los niños, etc
- 4º ¿Cuándo se acuerda?: días y horarios
- 5º Si se cumple ¿qué se hace?: poner una recompensa
- 6º Si no se cumple ¿qué pasa?: poner una consecuencia lógica y acorde
- 7º Cuándo se hace la revisión: poner una fecha para hablar nuevamente el acuerdo
- 8º Firmas: es importante y simbólico ya que es una señal de compromiso

Figura 2: Plantilla de Acuerdo Familiar

PLANTILLA DE ACUERDO FAMILIAR

- **1 TEMA DEL ACUERDO**
Uso del móvil en casa
- **¿QUÉ SE ACUERDA EXACTAMENTE?**
El móvil solo se usa después de hacer los deberes. No se usa en la mesa. A las 21h se apaga 
- **¿QUIÉNES ESTÁN INVOLUCRADOS?**
Todos en casa. 
- **¿CUÁNDO SE APLICA ESTE ACUERDO?**
De lunes a viernes 
- **¿QUÉ PASA SI CUMPLIMOS EL ACUERDO?**
Elegimos todos juntos una película para ver 
- **¿QUÉ PASA SI NO SE CUMPLE?**
Si no se cumple: se reduce el uso al día siguiente. 
- **CUÁNDO LO VAMOS A REVISAR**
Cada domingo 

FIRMAS Papá Mamá Hijo/a

Nota. Elaboración propia.

Materiales:

-Plantilla con los acuerdos

➤ **Actividad 4: Me “llevo” y “dejo”**

Objetivo

- Reflexionar sobre lo aprendido y vivido durante la sesión.
- Fomentar la participación emocional y crear un ambiente de confianza y cierre positivo.

Metodología:

En esta actividad buscamos terminar la sesión con algo reflexivo y emocional. Para ello, explicaremos la dinámica y pasaremos a la parte más introspectiva. En esta dinámica, cada participante deberá reflexionar sobre dos aspectos: “me llevo” y “dejo”. A cada familia se le entregará una tarjeta con símbolos, una mochila para representar lo que se llevan de la sesión y una nube para lo que dejan atrás.

Teniendo en cuenta la barrera idiomática, podrán escribir o dibujar según sus capacidades y preferencias. Las tarjetas se colocarán en un sombrero o caja y se mezclarán. La profesional podrá dar la opción de que, de forma voluntaria, alguien comparta lo que ha puesto en su tarjeta. Si no desean compartir, se recogerán las tarjetas para analizarlas y tenerlas en cuenta en la próxima sesión.

Después de este análisis, se podrá hacer un mural en la siguiente sesión y pegar las tarjetas en él, dejando un símbolo visual de lo vivido en el encuentro de hoy.

Temporalización

10`

Materiales

- Tarjetas o post-its con dibujos (mochila para lo que se llevan, piedra o nube para lo que dejan).
- Pegatinas o imágenes recortadas para aquellos que no deseen escribir.
- Rotuladores o bolígrafos para quienes necesiten escribir.

Figura 3: Imágenes actividad 4



Nota. Elaboración propia.

- **SESIÓN 2: “Conexiones y Comunicación: Fortaleciendo el vínculo familiar ”**

- **Actividad 4. La palabra secreta**

Para la introducción del día de hoy, haremos una pequeña dinámica, que llamaremos la palabra secreta.

Objetivos

- Fomentar la interacción y conexión entre los participantes
- Reflexionar sobre las barreras de comunicación familiar

Temporalización

15 min

Metodología

Es una dinámica ideal para grupos diversos donde los padres y madres no se conocen mucho entre sí.

Con esta actividad se busca romper el hielo, invitar al humor y generar una conexión entre padres y madres de una manera lúdica.

La dinámica consiste en lo siguiente: prepararemos unos papeles con distintas palabras y cada uno tendrá que coger una palabra al azar guardándola en secreto. Las palabras son palabras relacionadas con la familia, la conexión y la escucha.

Se les darán unos minutos para que se levanten y conversen entre ellos/as, donde, de forma disimulada, tienen que conseguir meter la palabra en la conversación. Tienen que levantarse, mezclarse y hablar informalmente. Cuando lleven 5 minutos se sentarán en círculo y haremos unas preguntas.

- “¿Alguien descubrió la palabra de otra persona?”
- “¿Alguien logró decir su palabra sin ser descubierto?”

Después de cerrar la dinámica con humor, introduciremos la siguiente actividad. Explicaremos que este “juego” no es solo un juego, sino parte de lo que necesitamos trabajar más en casa. Así como en el juego, necesitamos encontrar formas de integrar nuestros mensajes de manera que lleguen a los jóvenes de manera que realmente los escuchen, sin que el mensaje se pierda o pase desapercibido.

La dinámica de “la palabra secreta” no solo sirve como una herramienta para romper el hielo, sino también como una manera divertida de ejemplificar los desafíos reales de comunicación que enfrentan los padres y madres hoy en día. A través de esta actividad, los participantes tienen la oportunidad de reflexionar sobre las barreras que existen en la comunicación familiar, especialmente en un mundo digital donde la atención de los niños/as se dispersa rápidamente.

Este ejercicio, aunque lúdico, sirve como punto de partida para abordar las dificultades que los padres y madres experimentan a la hora de intentar conectar con sus hijos/as en un contexto donde las pantallas y las distracciones son una constante. De esta manera, se prepara el terreno para la siguiente parte de la sesión, que se centrará en estrategias más prácticas y efectivas para mejorar esa comunicación y crear espacios de diálogo auténtico entre padres madres hijos e hijas

Materiales

- Papeles pequeños con palabras secretas (pueden estar ya doblados).
- Lista de palabras

Tabla 2: Tabla de las palabras secretas

LISTADO DE LAS PALABRAS SECRETAS	
FAMILIA	ESCUCHAR
CONEXIÓN	PACIENCIA
MIRADA	AMOR
RESPECTO	CULTURA
ATENCIÓN	CONVERSACIÓN
FAMILIA	VÍNCULO
PANTALLA	TECNOLOGÍA

Nota. Elaboración propia.

Nota que se les da. “Cada uno de vosotros tiene una palabra secreta. Durante los próximos minutos, tu misión será charlar con otras personas e intentar decir esa palabra, pero de forma natural, sin que los demás la descubran”.

➤ **Actividad 6. La cadena**

Objetivos

- Demostrar lo fácil que es destruir el ambiente familiar y lo difícil que es reconstruirlo
- Fomentar la reflexión sobre cómo mejorar la comunicación familiar.

Metodología

El profesional podrá ir guiando la sesión con preguntas por si se quedan bloqueados, por ejemplo:

En primer lugar, se les dará una breve explicación al estilo de lo siguiente (y dependiendo del nivel de comprensión verbal del grupo): “en la vida familiar, a veces sin darnos cuenta, podemos dañar el ambiente del hogar con nuestras palabras, actitudes o incluso con nuestros silencios. Esta dinámica pretende profundizar en ese tema de forma sencilla pero significativa”.

Para ello, el/la profesional dirigirá la actividad. La idea es que las familias imaginen que forman una cadena fuerte, y para simbolizarlo se darán la mano formando un círculo. Cada persona tendrá que expresar una acción que pueda romper un eslabón de esa cadena, es decir, algo que dañe la relación familiar. La única norma es que cada intervención debe ser más destructiva que la anterior.

Por ejemplo, alguien puede comenzar diciendo:

“No escucho a mi hijo/a cuando me habla.”

La siguiente persona podría decir:

“Le grito cuando me habla.”

Y así sucesivamente.

Se realizarán dos o tres rondas, y a medida que avancen, la cadena se irá volviendo cada vez más frágil y destructiva. El objetivo es visualizar de forma clara como, a veces sin darnos cuenta, surgen fácilmente palabras o actitudes que dañan el ambiente familiar.

A continuación, se pasará a la segunda parte de la dinámica: reconstruir la cadena. En esta fase, cada persona deberá expresar una acción que ayude a reparar lo que se ha roto en la ronda anterior. Aquí suele ser más difícil intervenir; muchas personas se quedarán en blanco o no sabrán qué decir. Y esa es justamente la intención: reflexionar sobre lo difícil que resulta reconstruir lo que ha sido dañado

- a. ¿Qué te gustaría que hicieran contigo si te gritaran?
- b. ¿Qué hace falta para recuperar la confianza de un hijo/a?

Después de esto se hará una reflexión en grupo, se lanzarán preguntas como:

- ¿Fue fácil destruir? ¿Y reconstruir?
- ¿Qué sintieron al escuchar las formas de dañar?
- ¿Qué aprendieron sobre la importancia de la comunicación en familia?

Temporalización

30 minutos

Materiales

- Tarjetas
- Rotuladores
- Pizarra

➤ Actividad 7. ¿Te la han colado?

Objetivos

- Fomentar la conciencia digital en los padres y madres
- Reflexionar sobre el uso de las TIC en el entorno familiar

Metodología

En esta actividad trataremos sobre las tecnologías, para ello se les dará unas frases a los padres y madres que irán leyendo:

Ejemplos:

Tabla 3: Tabla actividad 7

¿CREEMOS TODO LO QUÉ NOS DICEN?	
1. "Necesito el ordenador porque tenemos un trabajo en Teams"	(y luego se queda en YouTube).
2. "Discord es como WhatsApp para el cole"	(pero se pasa horas hablando con gente desconocida).
3. "Si no me dejas el móvil, me excluyen del grupo de clase"	(grupo que también usan para memes y retos).
4. "Estoy usando el móvil como calculadora"	(pero en realidad está en Instagram).
5. "La Play también me ayuda a relajarme"	(tras 5 horas seguidas jugando).
6. "Si me lo quitas, me dejas incomunicado"	(pero solo se comunica con el móvil).
7. "No estoy en TikTok, solo escucho música."	(pero se pasa horas viendo vídeos sin parar).
8. "Si me quitas el móvil, no puedo hacer los deberes porque todo está en Classroom."	(y no ha abierto la app en todo el día).

<p>9. “Es un juego educativo, me ayuda con el inglés.”</p>	<p><i>(aunque el juego es más de acción que de vocabulario).</i></p>
<p>10. “El grupo es del colegio, solo hablamos del trabajo de Sociales.”</p>	<p><i>(pero también lo usan para mandarse vídeos o retos virales).</i></p>
<p>11. “Solo juego online con amigos del instituto.”</p>	<p><i>(aunque tiene contactos de otras partes y habla con desconocidos).</i></p>
<p>12. “Es que me entra ansiedad si no miro el móvil todo el rato, mamá.”</p>	<p><i>(para evitar que se lo retiren o limitar su uso).</i></p>
<p>13. “No estoy en redes, solo en Telegram.”</p>	<p><i>(sin saber que en Telegram también se comparte contenido delicado o inapropiado).</i></p>
<p>14. “Me he puesto esa ropa porque está de moda, no es para fotos.”</p>	<p><i>(aunque luego las sube a redes con poses forzadas).</i></p>
<p>15. “Lo uso solo mientras como, así no me aburro.”</p>	<p><i>(pero luego no suelta el móvil en toda la tarde).</i></p>
<p>16. “Estoy en una reunión de grupo por videollamada.”</p>	<p><i>(pero en realidad están jugando o haciendo otras cosas mientras “fingen” estudiar).</i></p>
<p>17. Se pueden añadir frases y experiencias reales que las propias familias hayan experimentado con sus hijos a este respecto.</p>	

Nota. Elaboración propia.

Después lanzaremos las siguientes preguntas:

- ¿Esto les suena?
- ¿Creen que puede ser verdad, mentira o media verdad?
- ¿Qué harían ustedes?
- ¿Qué podrían preguntar o decir sin discutir?

Les explicaremos que no es necesario usar TikTok, pero sí es fundamental conocer qué normas establecemos en casa y en qué entornos digitales se mueven nuestros hijos e hijas. Las tecnologías, en manos inexpertas, pueden ser peligrosas. Si se les da vía libre al móvil o a la consola por miedo a discutir, los dejamos sin guía ni protección.

Detrás de los ejemplos que entregaremos, incluiremos tres ideas sencillas pero clave para recuperar el control.

1. Pregunta con curiosidad, no con enfado.
Ej.: “¿Qué hacéis en Discord? ¿Me lo enseñas?”
2. Pon normas claras y con sentido.
Ej.: “Móvil fuera del dormitorio a la hora de dormir.”
Ej.: “Una hora de consola después de los deberes.”
3. Hazte presente, aunque no sepas de tecnología.
Ej.: “Hoy cenamos sin pantallas, quiero saber cómo te ha ido el día.”

Temporalización

40`

Materiales

- Fichas con las frases de la dinámica
- Pizarra (para anotar conclusiones)

6.EVALUACIÓN DE LA PROPUESTA

El proceso de evaluación de esta propuesta se lleva a cabo en tres fases: antes, durante y después de las sesiones

Evaluación diagnóstica: en esta fase nos centraremos en conocer el punto de partida de las familias en cuanto a la comunicación y los límites que tienen en el hogar. Para ello, utilizaremos la primera actividad desarrollada acerca de los límites, en la que se emplean tarjetas de colores. Durante la dinámica, se pedirá a cada participante que levante la tarjeta que mejor represente cómo aplican los límites en su familia. A partir de esta acción, se formularán preguntas abiertas para conocer las experiencias y percepciones de las familias.

Esta información se recoge de manera cualitativa, es decir, se obtiene a partir de las opiniones, experiencias y percepciones que expresan las familias. Todo esto permitirá ajustar el desarrollo de las sesiones y orientar las actividades e intervenciones hacia las necesidades reales de las familias.

La razón principal de usar un método cualitativo e interpretativo es que no se considera adecuado aplicar un test o cuestionario estructurado y cuantitativo que busque medir variables o calificar, de alguna manera, a las familias, sino darles voz y espacio para expresar sus experiencias. Este enfoque permite captar matices y particularidades que un cuestionario cerrado no podría reflejar adecuadamente. Este punto es especialmente importante porque las familias participantes presentan una gran diversidad cultural, y un cuestionario rígido podría resultar sesgado y poco representativo. Por ello, optamos por métodos participativos que valoren esa diversidad y se enriquezcan a través del proceso.

Evaluación formativa: esta fase se lleva a cabo durante el desarrollo de las sesiones, fundamentalmente a través de la observación participante. El objetivo es valorar cómo evolucionan e interactúan las familias a lo largo del proceso. Esta evaluación permite observar la participación activa, la implicación, el interés y el nivel de comprensión de los contenidos que se trabajan.

Se presta especial atención a aspectos como: qué se dicen entre ellos/as, si se escuchan mutuamente, si respetan las distintas opiniones, si comparten

ejemplos personales, si se sienten identificados con lo que se expone, si reflexionan o si formulan preguntas, entre otros aspectos.

También se valoran indicadores cualitativos como el respeto al turno de palabra, la colaboración en grupo, la capacidad de cuestionarse y la disposición a aplicar en casa lo aprendido durante las sesiones.

Esta evaluación se complementa con momentos de reflexión integrados en las propias actividades, como los debates en grupo, los círculos de cierre o dinámicas participativas. Estos espacios permiten conocer qué han interiorizado las familias y cuál ha sido el impacto emocional y personal de los contenidos trabajados.

La evaluación formativa, continua y participativa, permite además ajustar el ritmo de las sesiones, así como adaptarse a las necesidades e intereses que vayan surgiendo de manera espontánea durante el proceso.

Evaluación sumativa: Esta sesión se realiza al finalizar los bloques, con el objetivo de valorar los aprendizajes adquiridos y el impacto general de todo el proceso con las familias. A diferencia de las otras dos fases mencionadas, en esta se pretenden recoger de forma más estructurada las percepciones de las familias. Para ello, se utilizarán dinámicas de cierre, como por ejemplo “me llevo y dejo”, que permiten expresar de manera oral o escrita qué aspectos han resultado significativos, qué han aprendido o qué les ha hecho reflexionar. Sería interesante, además, recoger propuestas de mejora de cara a futuras intervenciones.

Para esta última evaluación, se contará con una tabla de carácter interno sobre algunos ítems. Esta tabla no está pensada para que las familias la completen, sino como una herramienta interna para valorar lo vivido.

En esta evaluación se pretenden valorar los resultados, los aprendizajes y el impacto global de la propuesta.

Tabla 4: ítems a observar

Ítem a observar	Sí / No / Parcial
¿Los/las participantes expresan que se llevan algún aprendizaje o reflexión útil?	
¿Comparten experiencias personales o cambios que hayan intentado aplicar en casa?	
¿Se percibe una actitud positiva y abierta hacia la comunicación familiar?	
¿Muestran interés por continuar con este tipo de espacios?	
¿Se sienten cómodos compartiendo sus ideas o emociones en grupo?	
¿Reconocen la importancia del diálogo y la escucha con sus hijos/as?	
¿Formulan propuestas o reflexiones que evidencien una comprensión de los contenidos?	

7. CONCLUSIONES

Tras la realización de este trabajo, puedo extraer algunas conclusiones relevantes. Una de las principales conclusiones que extraigo es la necesidad urgente de fortalecer los vínculos entre la escuela y las familias. Más allá de señalar simplemente una desconexión, es importante entender cómo esta falta de colaboración incide negativamente en la inclusión educativa y en el desarrollo integral del alumnado, especialmente en la adolescencia.

El análisis de los distintos tipos de familia, junto con el abordaje de la interculturalidad, me ha llevado a reafirmar la idea de que la escuela debe convertirse en un espacio abierto, flexible y respetuoso, capaz de acoger y valorar la pluralidad de realidades que conviven en ella. No se trata solo de aceptar la diversidad, sino de integrarla activamente como un recurso educativo que enriquece a toda la comunidad.

Una segunda idea clave es la importancia de promover el encuentro entre culturas diversas, entendiendo la diversidad cultural como una oportunidad para enriquecer la educación de nuestros hijos e hijas. Vivimos en una sociedad multicultural, compartimos espacios con personas de distintas culturas no solo en la escuela, sino también en nuestros barrios, en los centros de salud, en los espacios de ocio. Entonces, ¿por qué no aprovechar esa riqueza cultural? ¿por qué no fomentarla y cuidarla? Estoy convencida de que siempre se puede aprender algo de cada persona, de cada contexto y de cada vivencia.

Desde mi experiencia, he podido observar cómo influyen factores como pertenecer a una familia desestructurada, tener escasos recursos, desconocer el sistema educativo o estar poco implicado en él. El origen y las circunstancias de cada persona condicionan el valor que se otorga a la educación. Por ello, es fundamental trabajar desde el respeto, el interés genuino, la confianza y la firme convicción de que otra forma de acompañar a las familias es posible. No se trata de un “qué debéis de hacer”, si no de un “qué podemos hacer todos/as juntos/as”. Hay que traspasar la idea de actuar como expertos/as en educación que traspasan su sabiduría a las familias, desde una posición superior, instruyendo

y aconsejando. Necesitamos una visión más colaborativa, donde todas las perspectivas son válidas y han de complementarse si, de verdad, queremos trabajar con familias de forma profunda y efectiva. Y esta filosofía de actuación ha de multiplicarse aún más, cuanto mayor sea la distancia con dichas familias.

A pesar de los beneficios y posibles ventajas de consolidar los vínculos entre la escuela y la familia, es inevitable pensar en los diversos obstáculos que implica este proceso.

Una de las principales barreras podría ser la limitada participación de ciertas familias, la mezcla de elementos como horarios de trabajos incompatibles, la desconfianza hacia el centro educativo o la sensación de que su presencia no es verdaderamente apreciada.

Otro reto podría ser el desafío de manejar la diversidad cultural sin caer en estereotipos o en una visión superficial de la interculturalidad. No siempre es sencillo crear actividades que sean verdaderamente inclusivas y relevantes para todas las familias, especialmente cuando existen diferencias significativas en valores, métodos de crianza o expectativas educativas. En ocasiones, las actividades sugeridas pueden ser demasiado dinámicas o incluso intimidantes para ciertos grupos, lo que provoca que no se sientan cómodos participando.

Otro problema podrá ser que no todas las familias parten del mismo punto para involucrarse en la vida académica. Familias con menos recursos, menor formación académica o que no dominan el idioma local pueden sentirse en desventaja frente a otras. Esto puede limitar su participación y hacerles sentir que “no tienen nada que aportar”. El instituto sin querer, puede reforzar estas diferencias si no se adaptan las propuestas a las realidades diversas del alumnado y sus familias.

Finalmente, existe el riesgo de que, en el esfuerzo por fomentar una colaboración más amplia, se generen expectativas poco realistas. Por ejemplo, si se organiza un taller al que acuden unas pocas familias puede generar una sensación de fracaso tanto en el profesorado como en quienes participaron. Esto evidencia que, a pesar del propósito de promover la diversidad cultural su aplicación

práctica exige constancia, sensibilidad y una planificación muy cuidadosa. Además, es importante señalar que los grandes cambios siempre comienzan por pequeños pasos, cada pequeño logro por modesto que parezca, puede sentar las bases para una transformación más profunda generando un efecto dominó y una implicación de más familias.

Es cierto que existen muchos desafíos y obstáculos en este camino, pero prefiero centrarme en las posibilidades, en los aspectos positivos, y en el potencial transformador que tiene la colaboración entre escuela y familia.

8. BIBLIOGRAFÍA

Aguado Iribarren, L. (2010). Escuela inclusiva y diversidad de modelos familiares. *Revista Iberoamericana de Educación*, 5.

Banks, J. A. (2008). Diversity, Group Identity and Citizenship Education in a Global Age. *Educational Researcher*, 37(3), pp. 129-139.

Cibils, J. P., & Rodríguez, C. (2021, julio). *Contenido elaborado con la colaboración técnica del Psic. Juan Pablo Cibils. Revisión de Psic. Carmen Rodríguez*. UNICEF Uruguay. <https://www.unicef.org/uruguay>

Cuadrado Morales, J. F. (2010). La escuela y la familia. *Revista Digital Innovación y Experiencias Educativas*, 34.

Curieses, R. (2012). *Guía práctica para padres* (1ª ed.). Madrid: Wolters Kluwer España.

DECRETO 51/2007, de 17 de mayo, por el que se regulan los derechos y deberes de los alumnos y la participación y los compromisos de las familias en el proceso educativo, y se establecen las normas de convivencia y disciplina en los Centros Educativos de Castilla y León.

Epstein, J. (2013). Programas efectivos de involucramiento familiar en las escuelas: estudios y prácticas. *Fundación CAP*. 209p.

Essomba, M. A. (1999). *Construir la escuela intercultural. Reflexiones y propuestas para trabajar la diversidad étnica y cultural*. Barcelona: Graó.

Fernández Anguita, M. (2007). *Educar es cosa de todos*. En Jordi Garreta (Universidad Lleida), *La relación familia-escuela* (pp. 13-32).

Fernández Enguita, M. (2007). *Educar es cosa de todos: escuela, familia y comunidad*. En J. Garreta (Editor), *La relación familia-escuela* (pp. 13-33). Universidad de Lleida.

Garreta, J., & Llevot, N. (2007). La relación familia-escuela: ¿una cuestión pendiente? En J. Garreta (Editor), *La relación familia-escuela* (pp. 9-12). Universidad de Lleida.

Gobierno de Navarra & Consorcio EDER. (s.f.). *Guía: Actividades para la prevención en el uso de las TIC (teléfono móvil, redes sociales y videojuegos) en la adolescencia*. Gobierno de Navarra. <https://www.consorcioeder.es/wp-content/uploads/2024/04/Material-didactico-actividades-familias.pdf>

González, O. (2013). *Familia y escuela. Escuela y familia. Guía para que padres y docentes nos entendamos*. Desclée De Brouwer.

Jordan, J. A., & Castella, E. (2001). *La educación intercultural, una respuesta a tiempo*. Barcelona: Universitat Oberta de Catalunya.

Leiky Tapia Quintana, Arasay Domínguez Suárez y Ana Yipsy López Melián (2018). *Propuesta de actividades dirigidas a potenciar la comunicación familiar en la etapa de la adolescencia*. Revista Caribeña de Ciencias Sociales (abril 2018).file:///C:/Users/usuario/Downloads/Dialnet
PropuestaDeActividadesDirigidasAPotenciarLaComunic-9814965.pdf

Leiva, J. (2007). *Educación y conflicto en escuelas interculturales*. Málaga: Spicum.

Leiva, J. (2012). *Educación intercultural y convivencia en la escuela inclusiva*. Archidona (Málaga): Aljibe.

Leiva Olivencia, J. J. (2013). *Bases conceptuales de la educación intercultural. De la diversidad cultural a la cultura de la diversidad*. *Foro de Educación*, 11(15), pp. 169-197. doi: <http://dx.doi.org/10.14516/fde.2013.011.015.008>

López, F. (2008). *Necesidades en la infancia y en la adolescencia*. Pirámide.

Lopez Melero, M. (2006). *Cultura de la diversidad, cultura de la inclusión: educar para construir una escuela sin exclusiones*. En *Actas de las XVI Jornadas Municipales de Psicopedagogía L'Ecola que inclou*. Ajuntament de Torrent, Col·lecció Hort de Trenor 18, pp. 11-52.

Martín, O. (2016). *Familia-centro escolar: análisis del punto de vista docente en las relaciones difíciles con las familias* (TFM). Universidad de Oviedo.

Misticoni, M. (2021, mayo 18). *Cinco actividades para que cuidadores y docentes promuevan la autoestima de los niños*. CECODAP. <https://cecodap.org/cinco-actividades-para-que-cuidadores-y-docentes-promuevan-la-autoestima-de-los-ninos/>

Musitu, G., & Cava, M. J. (2001). *La familia y la educación*. Octaedro.

ORDEN EDU/1046/2007, de 12 de junio, por la que se regula la implantación y el desarrollo de la Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad de Castilla y León.

ORDEN EDU/1054/2012, de 5 de diciembre, por la que se regula la organización y funcionamiento de los departamentos de orientación de los centros docentes de la Comunidad de Castilla y León. Boletín Oficial de Castilla y León, de 17 de diciembre de 2012. <https://bocyl.jcyl.es/html/2012/12/17/html/BOCYL-D17122012-1.do>

ORDEN EDU/362/2015, de 4 de mayo, por la que se establece el currículo y se regula la implantación, evaluación y desarrollo de la educación secundaria obligatoria en la Comunidad de Castilla y León. <https://bocyl.jcyl.es/html/2015/05/08/html/BOCYL-D-08052015-4.do>

9. ANEXOS

BLOQUE 2: MEJORANDO LA AUTOESTIMA DE NUESTROS HIJOS/AS

En este segundo bloque trabajaremos la autoestima de nuestros/as adolescentes, ya que constituye un pilar clave en su desarrollo emocional. Vivimos en una época marcada por una auténtica "pandemia de ansiedad", en la que la salud mental se ve comprometida en todas las etapas de la vida.

Cada vez son más frecuentes los casos de autolesiones entre adolescentes, lo que pone de manifiesto la urgencia de intervenir desde el entorno familiar y educativo.

Por este motivo, se propone trabajar la autoestima a través de dos sesiones de una hora y media, distribuidas a lo largo del segundo trimestre. Las sesiones serán participativas y estarán diseñadas para fomentar un clima de confianza, respeto y apertura, donde las familias puedan reflexionar y compartir experiencias en torno al acompañamiento emocional de sus hijos e hijas.

Objetivos:

- Concienciar a las familias sobre la repercusión que tienen sus palabras en la formación de la autoestima de sus hijos/hijas.
- Proporcionar herramientas prácticas para reforzar la autoestima de los adolescentes desde el entorno familiar.
- Favorecer la reflexión personal de las familias sobre sus propios modelos educativos y emocionales.

SESIÓN 3 “Construyendo autoestima en casa ”

➤ Actividad 1. “Historias de autoestima”

Objetivos

- Fomentar la reflexión personal de los padres y madres basándose en sus experiencias
- Crear un espacio de diálogo que promueva la comprensión hacia el desarrollo de la autoestima de sus hijos/as.

Metodología

Haremos un círculo para introducir el tema de la autoestima de una forma dinámica. Tras hacer el círculo, cada persona por turnos escogerá una tarjeta con preguntas y compartirá de forma breve lo que piensa. Habrá dos tipos de preguntas, unas acerca de sus experiencias y otra acerca de sus hijos/as. Las preguntas serán las siguientes (o similares).

Tabla 5: Tabla con las preguntas para la actividad

Preguntas sobre sus experiencias	Preguntas sobre sus hijos
¿Recuerdas un momento en que te sentiste muy orgulloso/a de ti mismo/a?	¿Qué palabra usarías para describir la personalidad de tu hijo/a?
¿Cómo te sentías contigo mismo/a cuando eras adolescente?	¿Cuál ha sido un momento en que viste a tu hijo/a demostrar confianza en sí mismo/a?
¿Puedes recordar alguna ocasión en que alguien te hizo sentir mal contigo mismo/a? ¿Cómo te afectó?	¿Qué haces para mostrarle a tu hijo/a que crees en él o ella?
¿Te sentiste valorado/a por lo que eras, o por lo que hacías?	¿Qué tipo de mensajes crees que tus hijos/as escuchan más en casa?: ¿mensajes de apoyo o de crítica?
¿Qué te hubiera gustado escuchar más en tu infancia?	¿De qué manera crees que tu cultura influye en la autoestima de tus hijos/as?

¿Qué diferencias aprecias entre cómo te educaron a ti y cómo intentas educar tú?	¿Qué cualidad de tu hijo/a te hace sentir más orgulloso/a?
¿Crees que tu cultura ha influido en cómo te valoras a ti mismo/a? ¿De qué manera?	¿Qué es lo que más te gustaría que tu hijo/a recuerde de ti cuando sea adulto?

Nota: elaboración propia

Temporalización

35`

Materiales

- Tarjetas con preguntas

➤ **Actividad 2. “Cadena de fortalezas”**

Objetivos

- Reconocer y expresar las fortalezas de los hijos/as para fortalecer su autoestima.
- Mejorar la comunicación positiva y el vínculo afectivo en la familia.

Metodología

Para esta actividad los padres y madres tendrán que escribir en tiras de papel fortalezas de sus hijos/as ya sean acerca de la personalidad, ámbito social, académico u otros talentos. Con una cinta uniremos las tiras y haremos una cadena de papel.

Colgaremos la cadena en la pared y les explicaremos que esto pueden hacerlo en casa con sus hijos/as. Lo bonito es ir añadiendo mas eslabones según su hijo/a aprenda nuevas destrezas. Por ejemplo:

- “tengo buena imaginación”
- “soy buena amiga/o”
- “puedo pedir ayuda”
- “es cariñoso/a con su hermano pequeño”

Pueden escribir en su lengua materna si lo desean.

Al terminar, quien se sienta animado/a puede leer una de las fortalezas escritas en voz alta. Al finalizar haremos una pequeña reflexión, algunas de las preguntas para guiar esta reflexión podrían ser: “¿Qué habéis sentido al escribir esas cualidades? ¿Y al verlas todas juntas? ¿Creéis que vuestros hijos/as saben que pensáis esto de ellos/as?”

Temporalización

35`

Materiales

- Tiras de papel de colores (aprox. 20 x 4 cm)
- Rotuladores o bolígrafos
- Grapadora o cinta adhesiva
- Una mesa o superficie para montar la cadena
- Cartel con el título: “Cadena de fortalezas de nuestros hijos e hijas”

Figura 4: Imágenes de las cadenas



Nota: Imágenes sacadas de Internet

➤ Actividad 3. “El árbol cultural”

Objetivos

- Identificar fortalezas culturales que fortalecen la autoestima
- Aprender de diversas culturas

Metodología

Esta actividad consiste en crear un mural visual y simbólico basado en las experiencias de las familias. Para ello, se llevará un mural grande en el que aparecerá un árbol gigante con raíces, tronco, ramas y hojas. Se les irá orientando para que escriban en cada parte del árbol según corresponda. Por ejemplo, en las raíces se escribirán las bases culturales y los valores familiares, en el tronco los recursos emocionales y en las ramas y hojas acciones concretas que hacen para cuidar, proteger o sostener la autoestima de sus hijos/as.

Un ejemplo sería:

Raíces: respeto, honestidad

Tronco: paciencia, diálogo, amor

Ramas y hojas: escuchar opiniones, reconocer sus esfuerzos

Temporalización

30`

Materiales

- Cartulina grande para hacer el mural.
- Rotuladores de colores variados.
- Tijeras y pegamento (por si quieren recortar y pegar algún elemento decorativo).
- Post-it o papelitos pequeños para escribir y pegar en el mural (opcional).
- Chinchetas para fijar el mural en la pared.
- Plantillas o dibujos del árbol (raíces, tronco, ramas y hojas) para guiar la actividad.

Figura 5: Plantilla para la actividad del árbol



Nota. Elaboración propia

SESIÓN 4 “Manejo de la frustración”

Objetivos:

- Ofrecer herramientas a las familias para ayudar a sus hijos/as a manejar la frustración
- Detectar señales de malestar emocional

➤ Actividad 4. “Un poco de teoría”

Objetivos

- Que las familias reconozcan la realidad y la gravedad de las autolesiones en adolescentes.
- Que las familias identifiquen las señales de autolesiones en sus hijos/as.

Metodología

A pesar de intentar que las sesiones sean dinámicas y participativas, considero que en este tema es imprescindible abordar primero algunos conceptos básicos. Esto es fundamental, ya que para que las actividades funcionen y tengan el impacto que merecen, es necesario contar con nociones claras, datos realistas y estadísticas relevantes.

Temporalización

30'

Materiales

- Power point con explicación

➤ **Actividad 5. “Reconociendo señales en movimiento”**

Objetivos

- Reconocer señales visibles e invisibles sobre el malestar de sus hijos/as
- Sensibilizar a las familias sobre la importancia de estas señales

Metodología

En esta actividad colocaremos dos carteles que dividan la clase, en uno pondrá “señales visibles” y en el otro “señales invisibles”. La profesional irá leyendo en voz alta comportamientos o señales, algún ejemplo sería:

- Ropa que siempre cubre el cuerpo (incluso cuando hace calor)
- Cambios en el comportamiento
- Heridas visibles.

Los padres y madres tendrán que posicionarse hacia el cartel que crean que representa mejor cada señal.

Al final se debatirá y profundizará sobre la importancia de observar las señales y la necesidad de estar siempre alerta.

Temporalización

40'

Materiales

- Carteles con las frases “señales visibles” y “señales invisibles” para poner por la clase.

Figura 6. Carteles para la actividad



Nota. Elaboración propia

➤ **Actividad 6. “Cartas”**

Objetivos

- Expresar en palabras lo que les gustaría comunicar a sus hijos/as en momentos difíciles.

Metodología

Después de la intensidad de la sesión, pasaremos a una actividad más distendida y reflexiva. En esta actividad, los padres y madres deberán imaginar que están escribiendo una carta a sus hijos e hijas para los momentos en que se sientan tristes, frustrados o no sepan cómo manejar sus emociones.

Las cartas no se leerán en voz alta; cada persona se llevará su carta a casa.

Temporalización

20'

Materiales

- Papel y bolis

BLOQUE 3. “Transformando la realidad “

En este bloque trabajaremos las distorsiones cognitivas. Muchas veces los conflictos familiares no dependen solo de lo que pasa, sino de cómo lo interpretamos o lo pensamos. La mayoría de los problemas, tanto personales, como relacionales, son causados por una interpretación irracional e impulsiva de las situaciones a las que nos enfrentamos en la vida. Estas últimas no pueden ser cambiadas a nuestro gusto, pero sí podemos manejar una interpretación más justa y realista de las mismas, de forma que nos sintamos y reaccionemos de forma proporcional y sin añadir sufrimiento personal y malentendidos sociales que llevan a numerosos conflictos. En este bloque se pretende reflexionar sobre cómo influye esto en nuestra forma de relacionarnos.

Objetivos

- Reconocer distorsiones cognitivas
- Dar herramientas para mejorar la comunicación en familia.

SESIÓN 5: Cambia el pensamiento, cambia la relación

➤ Actividad 1 ¿Todo o nada?

Objetivos

- Identificar pensamientos extremos o distorsionados

Metodología

En esta actividad trabajaremos de forma sutil las distorsiones cognitivas. Para ello, se presentarán en una pizarra, mediante una aplicación como Mentimeter, frases de tipo absolutista o polarizado. Un ejemplo podría ser: “Mi hijo/a nunca me hace caso”.

Las familias deberán votar desde su móvil si están de acuerdo o no con cada afirmación. Las frases aparecerán en los idiomas necesarios para garantizar la

comprensión y facilitar la participación de todas las familias, teniendo en cuenta la diversidad cultural y lingüística del grupo.

Después de cada votación, reflexionaremos en grupo sobre qué tipo de pensamiento se oculta detrás de cada frase, y cómo estas formas de pensar pueden afectar nuestras emociones y relaciones familiares.

Algunos ejemplos de las frases serían los siguientes:

- “Mi hijo/a nunca me escucha.”
- “Siempre está de mal humor.”
- “Si no obedece ahora, será un desastre en el futuro.”
- “Todo lo hace mal.”
- “Ya no podemos hablar como antes.”
- “Solo le importa el móvil.”

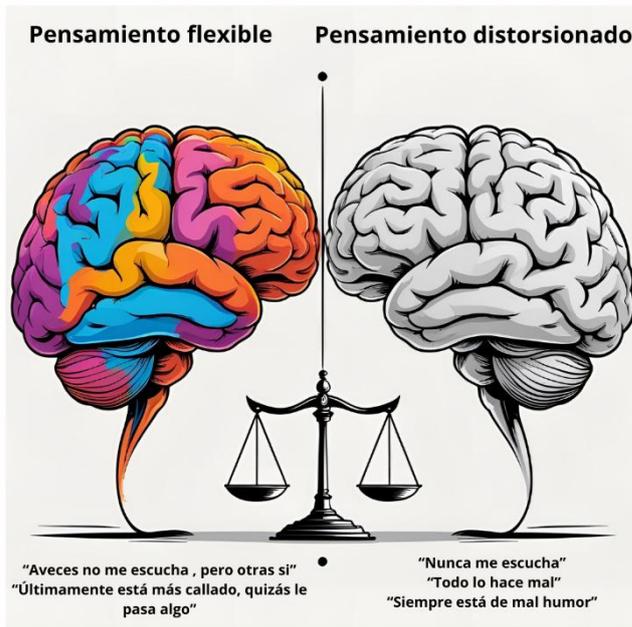
Temporalización

30’

Materiales

- Proyector
- Dispositivos móviles (uno por familia o grupo).
- Herramienta digital para votación en vivo. Puede ser cualquiera Mentimeter, Kahoot, Slido, Google Forms,
- Esquema de los dos tipos de pensamiento

Figura 7: Esquema de los tipos de pensamiento



Nota. Elaboración propia

➤ Actividad 2 “Videoforum”

Objetivos

- Reflexionar y aprender sobre las distorsiones cognitivas
- Concienciar sobre cómo los pensamientos automáticos influyen en la percepción de nuestros hijos/as

Metodología

Para esta actividad veremos un vídeo sobre distorsiones cognitivas. Uno de los posibles vídeos es: *“tu mente te engaña: las 10 distorsiones cognitivas más comunes”*, con una duración de 5 minutos. En él se explican de forma clara y visual las distorsiones más frecuentes de nuestro pensamiento.

Durante el visionado, las familias podrán tomar notas sobre el contenido: distorsiones que ya conocían, aquellas que más les han llamado la atención o con las que se sienten más identificadas.

Al finalizar el vídeo, organizaremos una puesta en común en grupo, donde podrán compartir sus reflexiones a partir de lo que han anotado

Temporalización

40'

Materiales

- Hojas
- Bolígrafos

➤ Actividad 3 “Cadena de palabras”

Objetivos

- Terminar la sesión con un clima positivo y de confianza
- Reforzar vínculo entre familias

Metodología

Para esta actividad formaremos un círculo con todo el grupo. Explicamos que para esta actividad tendremos que hacer una ronda de palabras bonitas para cerrar la sesión. Puede ser una palabra, una frase o un recuerdo.

Temporalización

20'

Materiales

- No son necesarios

SESIÓN 6: Tejiendo lazos

➤ Actividad 4 “Rol Playing”

Objetivos

- Practicar lo aprendido en forma de rol playing
- Identificar distorsiones cognitivas

Metodología

Para esta última sesión haremos un rol playing. Es una dinámica arriesgada por ese motivo se deja para la última sesión donde los y las participantes llevan varias sesiones, se conocen y hay más confianza.

No obstante, se tendrán en cuenta posibles casos de timidez y se irá adaptando en función de cómo sea el grupo.

En primer lugar formaremos un grupo de parejas o tríos en función de las personas que acudan. A cada grupo se le entregará una tarjeta aleatoria con unas frases escritas sobre las distorsiones cognitivas. Uno tendrá que ser el adulto que dice la frase y otro tendrá que reformularla de forma más realista. Un ejemplo sería:

Persona 1: “Mi hijo/a no me hace caso”

Persona 2: “Últimamente no nos entendemos, quizá está expresando algo que no sabe decir de otra forma. Puedo ayudarle a comunicar lo que siente”

Temporalización

40’

Materiales

-Tarjetas con las distorsiones cognitivas

Tabla 6: Tabla de las distorsiones

DISTORSIONES	REFORMULACIÓN
Mi hija nunca me dice la verdad	A veces le cuesta contarme las cosas, quizás necesita sentirse más segura para hablar conmigo
<i>Siempre se está quejando de todo.</i>	Últimamente está más irritable, quizá hay algo que le preocupa y no sabe cómo expresarlo.”
Si no cambia ahora, su vida será un desastre.	Está en un momento difícil, pero tiene tiempo y apoyo para mejorar poco a poco
Mi hijo solo piensa en sí mismo.	Tal vez está centrado en sus propias emociones y necesita aprender a ponerse en el lugar del otro
Todo lo hace mal	Hay cosas que le cuestan, pero también hace otras bien. Necesito verlo con más equilibrio
Ya no se puede hablar con ella	Nos cuesta comunicarnos últimamente, pero quiero intentarlo de otra manera.
Nunca escucha lo que le digo	Puede que no me escuche como antes, quizás tengo que cambiar la forma en que me comunico con él

Nota. Elaboración propia

➤ **Actividad 5 “El hilo”**

Objetivos

- Cerra la sesión con un gesto simbólico
- Reforzar el sentimiento de comunidad y apoyo mutuo

Metodología

Para esta actividad haremos un círculo y nos sentaremos en sillas. El profesional cogerá un ovillo de lana e ira lanzándolo a una persona del grupo diciendo una

frase final. Por ejemplo: “me llevo el coraje que he visto en vosotros y vosotras”. Esa persona recoge el ovillo y hace lo mismo lanzándolo a otra persona, así hasta que todo el mundo haya participado.

Si la dinámica fluye de forma positiva se puede cortar trozos del hilo para que cada persona se lo lleve como símbolo.

Temporalización

15'

Materiales

-Ovillo de lana

➤ Actividad 6 “Compartiendo sabores”

Objetivos

- Crear un espacio de encuentro y celebración de las diversas raíces.
- Fortalecer la unión y el respeto entre familias a través de la diversidad

Metodología

Para esta actividad se pedirá a las familias que traigan comida típica de sus culturas para compartir entre todos. Será un momento especial para celebrar la diversidad cultural, conocer otras tradiciones y cerrar así estas bonitas sesiones.

Temporalización

35'

Materiales

-Distintas comidas

-Mesas, platos, servilletas, cuchillos de plásticos y vasos

-Algo de bebida