

# Contenido

## Introducción

Bienvenido a la <i>4a edición de Paternidad Activa</i> .....	8
Lo que es nuevo en esta 4a edición .....	8
Cómo funciona el programa .....	9
¿Quién debe participar en la <i>4a edición de Paternidad Activa</i> ? .....	10
¿Cuál es la razón de tener un programa de video y orientación? .....	10
Los materiales del programa .....	11
El sistema de aprendizaje de Paternidad Activa .....	12
¿Se basa <i>Paternidad Activa</i> en evidencias? .....	12
¿Quién puede dirigir un grupo de la <i>4a edición de Paternidad Activa</i> ? .....	12
Aptitudes para dirigir un grupo .....	13
En preparación .....	15
La clave para el uso de esta guía .....	16
La comunidad de Paternidad Activa .....	17

## Sesión 1. El padre activo .....

I. Cómo empezar .....	20
Póngalo por escrito .....	20
II. Lo que necesitarán nuestros hijos para tener éxito .....	24
III. Estilos de crianza .....	31
IV. Escuche lo que le dice el cerebro de su hijo .....	37
V. Dos claves: Respeto mutuo y participación .....	40
VI. Velar por quien vela .....	45
VII. Conversación familiar y actividad enriquecedora familiar: Dedicar tiempo a la diversión .....	47
VIII. Actividades de hogar .....	48
La sede de su grupo en línea .....	49
IX. La Paternidad Activa y usted .....	49

## Sesión 2. Cooperación y comunicación .....

I. Repaso .....	54
El problema de las gominolas .....	54
II. Compartir y contar .....	55
III. Ganar la cooperación .....	58
El problema de las gominolas .....	59
IV. ¿Quién es el dueño del problema? .....	61
V. La comunicación: El camino a la cooperación .....	66
VI. Barreras comunicativas y desaliento .....	68
Actividad de barreras comunicativas .....	70
VII. Comunicación activa .....	71
Actividad de comunicación activa .....	76
Práctica con video: Corresponder a los sentimientos .....	80
VIII. Actividad enriquecedora familiar: Rutinas a la hora de ir a dormir y expresiones de amor .....	82
IX. Conversación familiar: Rutinas a la hora de ir a dormir .....	84
X. Actividades de hogar .....	84
XI. La Paternidad Activa y usted .....	85

## Sesión 3. Responsabilidad y disciplina .....

I. Repaso .....	92
II. Compartir y contar .....	92
III. Responsabilidad .....	94
IV. Disciplina o castigo .....	97
Ejercicio de castigos .....	99

V. Pedidos respetuosos, mensajes de “yo”, y recordatorios firmes .....	103
Actividad de práctica de disciplina básica .....	104
VI. Consecuencias.....	106
Práctica con video: Consecuencias lógicas o castigo .....	112
VII. Conversación familiar: Diálogo para prevenir problemas .....	114
VIII. Actividad enriquecedora familiar: Pésquelos portándose bien .....	116
IX. Actividades de hogar .....	117
X. La Paternidad Activa y usted .....	117
<b>Sesión 4. Desarrollo del valor y de la estima propia .....</b>	<b>122</b>
I. Repaso .....	124
II. Compartir y contar.....	125
III. Valor y estima propia: El ciclo de pensar-sentir-hacer .....	129
IV. El poder de alentar.....	134
El método “BANK”.....	140
El círculo del aliento .....	140
V. Actividad enriquecedora familiar: Carta alentadora .....	145
VI. Conversación familiar: Diálogo para forjar carácter .....	145
VII. Actividades de hogar .....	146
VIII. La Paternidad Activa y usted .....	147
<b>Sesión 5. Cómo comprender y rencaminar el mal comportamiento.....</b>	<b>150</b>
I. Repaso .....	152
II. Compartir y contar.....	152
III. El ciclo de padre e hijo .....	154
IV. Los cuatro objetivos de conducta .....	155
El empujón a dos manos .....	158
El método “FLAC”.....	161
Los cuatro objetivos.....	165
V. Cómo tratar el enojo .....	167
VI. Conversación familiar: Resolución de problemas con “FLAC”.....	172
VII. Actividad enriquecedora familiar: Técnicas didácticas .....	173
VIII. Actividades de hogar .....	174
IX. La Paternidad Activa y usted .....	174
<b>Sesión 6. Paternidad activa para tener éxito en la escuela.....</b>	<b>178</b>
I. Repaso .....	180
II. Compartir y contar.....	180
III. Siete cosas inteligentes que los padres activos pueden hacer para ayudar a su hijo a tener éxito en la escuela .....	182
#1: Participar y apoyar. ....	184
#2. Conocer a los maestros de su hijo y animarlos.....	185
#3. Hacer de la enseñanza una prioridad familiar.....	185
#4. Estructurar la hora de los deberes .....	186
Compartir tareas.....	187
#5. Leer y hablar con su hijo .....	188
#6. Filtrar (y limitar) el acceso de su hijo a los medio de comunicación y sociales.....	190
#7. Respaldar el plan de disciplina de la escuela .....	193
IV. Actividad enriquecedora familiar: En nuestra familia .....	194
V. Actividades de hogar .....	195
VI. Conclusión .....	196
VII. La Paternidad Activa y usted .....	197
VIII. Cómo completar su experiencia como líder .....	199
<b>Referencias.....</b>	<b>200</b>