

Sesión 2: Cooperación y comunicación

Actividades de hogar 17

Formularios:

Práctica con vídeo: ¿Quién es el dueño del problema? (ejercicio en clase). 18

Barreras comunicativas (ejercicio en clase / actividad de hogar) 19

Actividad de comunicación activa (ejercicio en clase). 20

Práctica con vídeo: Corresponder a sentimientos (ejercicio en clase) 22

Práctica de comunicación activa (actividad de hogar) 23

Rutinas a la hora de ir a dormir y expresiones de amor (actividad de hogar). 24

La Paternidad Activa y usted: Práctica de comunicación activa (actividad de hogar) . . . 25

Diapositivas de repaso 26

Actividades de hogar de la sesión 2

1. Leer el capítulo 3 de la *Guía para los padres*.
2. Si no lo terminaron en la clase, completar el diagrama de barreras comunicativas de la página 19.
3. Practicar la comunicación activa para una situación en la que su hijo sea dueño de un problema y completar el formulario de la página 23.
4. Llevar a cabo una conversación familiar para determinar la rutina a la hora de ir a dormir en su familia y después ponerla en práctica. Completar el formulario de la página 24.
5. Recordar decir “te amo” a cada uno de sus hijos todos los días.
6. Seguir trabajando en modos de cuidar de usted mismo, y seguir llenando el diagrama de atención personal de la página 8.
7. (Opcional) Entrar en su sitio de apoyo de grupo de *Paternidad Activa*.

Actividades de hogar de la Paternidad Activa y usted

1. Reconozca las barreras comunicativas que emplea en usted mismo. Llene la sección de la PA y usted del diagrama de barreras comunicativas en la página 19.
2. Practique el uso de la comunicación activa en usted mismo. Llene el formulario de la página 25.

Práctica con vídeo: Consecuencias lógicas

Ejercicio en clase

Al ver cada escena del vídeo #7, “Práctica con vídeo: Consecuencias lógicas”, remítase a la siguiente lista de ocho pautas para aplicar consecuencia lógicas. Después de cada escena, cuando haya detenido el vídeo, llene el diagrama que está después de la lista con el número o números de la pauta o pautas que el padre violó y escriba una consecuencia lógica más apropiada para la situación. Después vuelva al vídeo para ver cómo sus respuestas se comparan con el ejemplo que se da. Tenga presente que hay muchas posibles consecuencias lógicas para cada situación.

Pautas para aplicar consecuencias lógicas

1. Pedir a su hijo que le ayude a determinar la consecuencia.
2. Disponer la consecuencia en forma de opción.
3. Asegurarse de que la consecuencia esté lógicamente conectada a la mala conducta.
4. Dar opciones que no tenga ningún problema en aceptar.
5. Mantener su tono de voz firme y calmado.
6. Dar la opción una vez y después actuar para aplicar la consecuencia.
7. Estar preparado para ser puesto a prueba
8. Permitir a su hijo volver a tratar.

Escena	Pauta violada	Posible consecuencia lógica
#1. Mrs. Moore		
#2. Mrs. Chandler		
#3. Ms. Han		
#4. Mrs. Álvarez		

Conversación familiar: Diálogo para prevenir problemas

Actividad de hogar

Este formulario le ayudará a planear un diálogo para resolver problemas con su familia y después evaluar cómo le fue.

Antes del diálogo...

¿A qué tema se referirá?

Diálogos para prevenir problemas

1. Identificar posibles problemas y riesgos.
2. Compartir ideas y sentimientos.
3. Crear pautas de conducta.
4. Si fuera necesario, hablar de las consecuencias lógicas.
5. Hacer seguimiento más tarde.

¿Cuáles son algunas de las preocupaciones específicas sobre las cuales querrá compartir ideas y sentimientos?

Después del diálogo...

¿Qué pautas decidió usar su familia?

¿Cuáles consecuencias lógicas o incentivos incluyó, si es que los hubiera?

¿Qué dio resultado durante la reunión?

¿Qué hará diferente la próxima vez?

¿Cómo hará seguimiento de las pautas?

Diapositivas de repaso de la sesión 5

Las siguientes diapositivas de la presentación de la 4a edición de *Paternidad Activa* contienen la mayoría de los puntos clave de la sesión 5. Úselas para hacer un repaso y como recordatorio de lo que aprendió.



- ### Cómo evitar una lucha de poder (o salirse de una que no haya podido evitar)
- No pelee y no se rinda.
 - Haga lo inesperado.
 - Dé opciones en vez de órdenes.
 - Use el método "FLAC".
 - Permanezca firme, calmo y paciente.
- Guía para el líder: página 162 DIAPOSITIVA 68

Las cuatro metas

Meta del niño	Enfoque negativo del niño	Cómo el padre amortizó	Cómo rencaminar
Pertenencia	Búsqueda indebida de atención	Le dio atención	Pedido respetuoso, mensaje de "yo", consecuencia lógica
Poder	Rebelión	Contraatacó	Ofrecer opción Consecuencia lógica
Protección	Revancha	Perdió la paciencia, hirió a su hija	Pedido respetuoso, respeto mutuo, conversación familiar (y más)
Aislamiento	Evasión	Se dio por vencido	Comunicación activa, alentar, resaltar muchos pequeños éxitos

Guía para el líder: páginas 163-164 DIAPOSITIVAS 69a-b

Enojo: para bien o para mal

Use su temperamento. No **abuse** de él.

¡El enojo puede ser útil!

Guía para el líder: página 168 DIAPOSITIVA 70

