



TALLERES PARA TRABAJAR CON FAMILIAS

¿TE SUENA FAMILIAR?

Cuaderno 1

Cartilla para los Facilitadores
Dinámicas y Juegos

Cuaderno 2

Empezar a Conocernos
Qué Aprendimos

Cuaderno 3

La Historia Familiar
La Familia que Hemos Construido

Cuaderno 4

El Día que me Convertí en Papá o Mamá
Compartir Responsabilidades en la Crianza

Cuaderno 5

Desarrollo y Derechos de Niños y Niñas
Cada Hijo, un Nuevo Desafío

Cuaderno 6

Aprender a Resolver Nuestros Conflictos
Padres: ¿Amigos o Autoridad?

Cuaderno 7

La Comunicación en Familia
Expresar los Sentimientos

Cuaderno 8

Los Temas Difíciles de Hablar
La Televisión en Familia

Registro de Propiedad Intelectual 132333
I.S.B.N. 92-806-3788-9
Mayo de 2003
Andros Impresores
1.000 ejemplares
Diseño: Josefina Olivios

Agradecemos la Colaboración de:
Centro de Investigación y
Desarrollo de la Educación (CIDE)
Servicio Nacional de la Mujer (SERNAM)

Los textos de esta publicación
pueden ser utilizados citando la fuente.





LA HISTORIA FAMILIAR

LA HISTORIA FAMILIAR

En este módulo se trabajará en las experiencias que como hijos e hijas vivieron los participantes del grupo con sus familias de origen. La idea es explorar las imágenes y vivencias de la infancia, la crianza y los propios padres. A partir de estas experiencias reflexionar en torno a cómo cada uno ha tomado y dejado cosas aprendidas en esa época y cuáles de ellas las repiten con sus hijos.

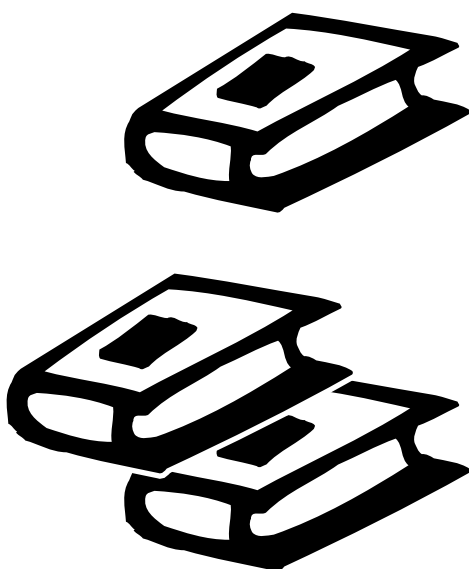
Cada uno de nosotros ha crecido en una familia, tiene buenos, malos recuerdos y experiencias. Todas ellas influyen en cierta medida en la forma en cómo se es papá y mamá. Suele suceder que existen conductas, estilos y modos de nuestros padres que quisiéramos repetir con los hijos e hijas, sin embargo, también identificamos otras que preferiríamos hacer de un modo diferente.

Lo importante de este trabajo es hacer el recorrido desde que fuimos hijos hasta ahora que somos papás y mamás. De esta forma podremos identificar en esta historia lo semejante y diferente que nosotros hacemos y lo que deseamos cambiar. Esa es la invitación para el trabajo de la sesión sobre la propia historia familiar.



EXPLORAR LAS IMÁGENES Y
VIVENCIAS DE LA INFANCIA

NUESTRO TEMA DE HOY



SER PAPÁ Y MAMÁ: UNA REVISIÓN DE LA PROPIA INFANCIA

Todo aquel que ha tenido la experiencia de ser papá o mamá sabe que el hecho de tener un hijo es una experiencia transformadora, única e irrepetible. La experiencia de traer a un ser humano al mundo, o de asumir la paternidad de un niño o niña, es una fuente de intensas emociones. Sin duda, también es una experiencia que estimula muchísimas preguntas acerca de la vida, la felicidad, el sentido de la existencia, entre otras.

Parece ser que el hecho de ser papá o mamá, querámoslo o no, es una experiencia que sitúa a los progenitores frente a un espejo, en donde cada adulto recuerda la imagen de sí mismo en su propia infancia, donde vuelve a verse niño, pequeño, vulnerable.

En este espejo, que no es más que el recuerdo de la propia vida, cada padre escucha voces o se le aparecen imágenes de aquellas personas que fueron significativas en la propia infancia.

Suele ocurrir que estas personas son recordados simplemente por haber entregado afecto, protección, o haber estado ahí en el momento en que se necesitaron.

Sin embargo, e inevitablemente, la memoria de cada cual como hijo guarda imágenes o situaciones que tal vez quisiéramos no recordar;

experiencias dolorosas, sentimientos de soledad, alguna sensación de haber sido incomprendidos, pasados a llevar o abandonados. Recordar implica siempre una mezcla de recuerdos positivos con aquellos más difíciles o frustrantes.

Este acto de revisar cómo uno fue criado, es una fuente importante de aprendizaje. De hecho es ahí donde aprendemos a ser padres por primera vez, y es probable que de esas experiencias tengamos más en nosotros de lo que imaginamos.

UN ENCUENTRO ENTRE DOS PERSONAS, UN ENCUENTRO ENTRE DOS MUNDOS

Cuando dos personas se encuentran y establecen una relación más íntima, conocerse implica, entre otras cosas, darse el tiempo para entender la historia de cada uno. El mejor ejemplo puede ser el encuentro de un hombre y una mujer que se enamoran: traen consigo una gran historia, un sinfín de experiencias que han sido marcadoras en algunos aspectos de su vida, y que le han llevado a pensar o enfrentar la vida de un cierto modo.

Parece algo obvio, pero no por eso menos significativo: el encuentro de dos personas supone el encuentro de dos mundos. El origen de cada uno es la familia de donde proviene, por lo tanto,

se puede decir que el encuentro de una pareja es el encuentro de dos historias, probablemente llenas de diferencias y de experiencias semejantes.

En el proceso de conocer a otro, su historia, las costumbres y ritos de su familia, nos abre una enorme puerta para saber quién realmente es. Suele suceder que el encuentro de pareja trae consigo numerosos desencuentros de costumbres, creencias y experiencias, que de alguna manera los obligan a negociar permanentemente. El desafío para las parejas que comienzan una vida en común es poder construir un nuevo estilo, una nueva familia integrando lo que cada uno trae.

EL RECUERDO DE LA PROPIA FAMILIA: UNA OPORTUNIDAD DE APRENDIZAJE

Gran parte de las formas o estilos que tenemos para relacionarnos con el mundo los hemos aprendido en las primeras etapas de nuestra vida. Existen diversos estudios e investigaciones provenientes de disciplinas como la educación, la psicología, la sociología y la antropología, que entregan evidencias claras e irrefutables acerca de la relevancia que tienen los primeros años de vida en el desarrollo de las personas como adultos.

Es esencialmente en la primera infancia cuando aprendemos cómo

movernos en el mundo y dónde exploramos estrategias para superar obstáculos. Aprendemos a conocer lo que se debe o no hacer, cómo se expresan las penas, las rabias, las alegrías; aprendemos si somos personas valiosas para los demás o no; se definen las bases de nuestra autoestima, aprendemos a identificarnos como hombres y mujeres, entre otras cosas. Tal vez una de las cosas más importantes que como niños aprendemos de nuestra familia es a relacionarnos.

Posteriormente, estas experiencias de la primera infancia se van mezclando con nuevas experiencias de las cuales también aprendemos, por ejemplo, en el barrio, colegio o trabajo. También somos influidos por la cultura en la que estamos insertos, por los hechos históricos y sociales significativos que hayan ocurrido en nuestro país, y por la transmisión cultural de nuestros antepasados, especialmente cuando se pertenece a una determinada raza o etnia.

Recordar y analizar nuestra historia nos permite reconstruir la propia identidad social y personal; nos ayuda a conocernos mejor y a explicarnos en mayor medida por qué somos como somos. Reflexionar sobre nuestra historia y sobre cómo nos formaron nuestros padres, nos ayuda a ser más conscientes de la forma personal de educar a nuestros hijos. De esta manera

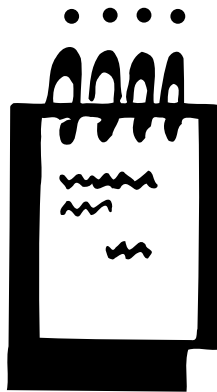
podemos aprovechar mejor los aspectos positivos de nuestra experiencia, intentado mejorar y no repetir aquello negativo.

Bibliografía

"Manual de Tertulias Familiares". Documento interno, PRODEMU, sin año.

"Taller de Identidad y Autoestima. Manual para la monitora" Documento interno, PRODEMU, sin año.

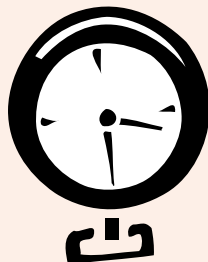
OBJETIVOS PARA ESTA SESIÓN



Se espera que a través de esta sesión los participantes del taller logren:

- **Reconocer la influencia de la familia en la que fueron criados en la forma de ser y de mirar el mundo actualmente.**
- **Reflexionar en torno a vivencias significativas de la propia infancia que hayan influido en su forma actual de ser padres o madres (positivas y negativas).**
- **Identificar aspectos que quisieran cambiar en su forma actual de ser papá y mamá.**

ACTIVIDADES PARA LA SESIÓN DE HOY



MATERIALES A USAR EN LA SESIÓN

Hojas blancas.

Fotocopias de la hoja "Hoy conversamos sobre..."

Lápices para escribir y dibujar.

Papelógrafos y plumón.

Música tranquila para la imaginación.

¿TENGO TODO LO QUE NECESITO?

**ACTIVIDAD INICIAL
(15 MINUTOS)**

Para iniciar las actividades de hoy se sugiere al facilitador recoger comentarios sobre la sesión anterior, tomando las ideas, reflexiones o preguntas que hayan surgido en relación con los temas tratados.

Es importante darse un tiempo al comienzo para comentar cómo les fue con la tarea, qué aprendieron de ella, o si fue muy difícil hacerla.

Luego se sugiere hacer una breve presentación del tema de hoy.

**ACTIVIDAD CENTRAL
(45 A 60 MINUTOS)**

La actividad central de la sesión está dividida en dos partes: un trabajo individual y un trabajo en grupos.

**PRIMERA PARTE
IMAGINERÍA
RECONSTRUYENDO
MI HISTORIA
(15 MINUTOS)**

El objetivo de esta primera parte es contactar a cada participante del taller con recuerdos, imágenes y vivencias de su infancia para posibilitar la reflexión acerca de la propia historia familiar.

Para motivar esta parte de la actividad se presenta un texto que puede ser leído. Lo importante es que la actividad se haga con un ritmo pausado, que las personas puedan estar en una posición cómoda, ojalá con los ojos cerrados. Se sugiere también poner música tranquila y bajar las luces.

**TEXTO PARA
MOTIVAR EL TRABAJO**

"Ahora los invito a hacer un viaje en el tiempo, un viaje que parte en la sala de un cine o un teatro donde vamos a ver la película de nuestras vidas. Imagina que estás en un cine, mirando la pantalla que está en blanco.

Poco a poco comienzan a verse imágenes actuales de ti. Te ves en tu casa, actuando como en un día normal de tu vida o haciendo lo que acostumbras hacer en la semana.

Suavemente, esas imágenes se van transformando en escenas de cuando eras más joven, con unos cinco años menos. ¿Cómo era tu vida en ese tiempo? (pausa)

Vas a ir más lejos... unos diez años atrás (pausa). Mírate cómo eras, con quiénes estabas, qué cosas hacías hace diez años.

Recuerda ahora cómo eras de adolescente... deja que las imágenes de esa época vuelvan a tu mente.

Y mira cómo era tu vida en familia cuando tenías cinco o seis años, o lo más chico que puedas recordar (pausa).

Vamos a detenernos ahí por un momento, a mirar con más detalles esta escena que vemos en la pantalla del cine.

¿Cómo es la imagen que ves?... ¿Qué edad tienes?... ¿Cómo eres físicamente?... ¿Con quién estás?... ¿Dónde vives?... ¿Qué haces?... ¿Qué sensación, sentimiento, imagen, sonido, aroma u olor, te surgen al recordar este momento de tu infancia?

El facilitador debe dar un tiempo para que los participantes graben estas imágenes en su memoria.

"Vean ahora a sus padres o a los adultos que los cuidaron y criaron. ¿Quiénes son esas personas? ¿Cómo se sienten al lado de ellas? ¿Qué sentimientos les producen?"

Dar un tiempo para que los participantes graben estas imágenes en su memoria.

"Ahora los invito a que poco a poco vayan volviendo al presente y vean en la pantalla del cine la escena de nuestro taller nuevamente, y a medida que quieran, vayan abriendo los ojos."

Una vez que abran los ojos, estiren todo el cuerpo como si se estuvieran levantando en la mañana.

SEGUNDA PARTE
COMPARTIENDO
ALGO DE MI VIDA
(20 minutos)

El objetivo de esta segunda actividad es reflexionar acerca de la propia historia familiar, identificar elementos de la propia crianza, tanto positivos como negativos, reconocer aspectos de la propia experiencia como papás y mamás, y reconocer aquellos que les gustaría mejorar.

✓ Se forman grupos de trabajo con los participantes. Es importante conformar grupos pequeños (3 a 4 personas), ya que así todos tendrán la posibilidad de hablar. Si el taller se está desarrollando en parejas se sugiere que haya un momento inicial de

compartir el ejercicio sólo con la pareja y después se junten con otras parejas formando grupos de 4 o 6 personas máximo.

✓ La indicación para el trabajo grupal es compartir el ejercicio individual sobre la base de las preguntas que se plantean a continuación. Se le pide al grupo escucharse y ser respetuosos con las vivencias de cada uno. Nunca está demás recordar algunos aspectos del contrato grupal, en especial el compromiso de confidencialidad y respeto por el otro.

Se sugiere al facilitador escribir en un papelógrafo o pizarra las siguientes preguntas para guiar la conversación:

✓ ¿Qué escenas de mi infancia se vinieron a mi mente con este ejercicio? ¿Qué emociones me produjeron esas escenas?

✓ ¿Qué aspectos de mis padres quisiera rescatar para mi propia forma de ser papá o mamá?

✓ ¿Qué aspectos de mis padres quisiera no repetir con mis hijos y por qué?

Una vez que hayan compartido en grupo, el facilitador invita a los participantes a compartir lo aprendido en el grupo en forma espontánea. Es necesario reforzar la idea de privacidad y de respeto en esta parte del trabajo ya que pueden surgir testimonios de alto contenido emocional.

Motivar la conversación principalmente en relación a la segunda pregunta del trabajo en grupo, reforzando la idea de los recursos que cada uno tiene para ser padres.

**ACTIVIDAD ALTERNATIVA
(30 A 45 MINUTOS)**

El objetivo de esta actividad es que cada participante del taller pueda identificar recuerdos, imágenes y experiencias de su infancia que quisiera rescatar para su propia experiencia como papá o mamá.

Se le pide a cada participante que libremente haga un dibujo acerca de su familia cuando era niño o niña. En el dibujo deben reflejar cosas como las siguientes: con quiénes vivían, dónde vivían, que actividades realizaban en conjunto, etc.

Posteriormente, se les pide a los participantes que en grupo cuenten los mejores y peores recuerdos que tienen de cada uno de los personajes del dibujo.

Luego en plenario se comparte y reflexiona acerca de qué cualidades y defectos creen que tenían los padres de cada uno, cuáles quisiera rescatar para su propia forma de ser papá o mamá y cuáles quisiera no repetir.

SÍNTESIS

Al terminar la sesión es importante que el facilitador realice una síntesis de los principales contenidos presentados por los participantes, refuerce algunas ideas importantes sobre la base de los contenidos teóricos de este módulo y los contenidos de la hoja de los temas conversados hoy.

TAREA PARA LA CASA



La tarea para esta semana consistirá en que cada miembro escribirá en su casa una carta donde cuente la experiencia que más lo marcó en su infancia. Se sugiere que comparta algo de esta carta con una persona cercana, especialmente con su pareja si al taller asiste sola(o).

Pida a quienes puedan traer para la próxima sesión una o más fotos de su actual familia, o bien de sus integrantes por separado. Si los participantes preguntan a quiénes incluir dentro de su familia, señale que cada uno debe definir por sí mismo a quienes considera su familia actual.

**EVALUANDO LA SESIÓN
(10 minutos)**

Invite a los participantes a identificar los aprendizajes de la sesión preguntando con qué ideas se van de lo conversado hoy. Se sugiere registrar todos estos comentarios finales para el momento de la evaluación del taller.





ANEXO I

HOY CONVERSAMOS SOBRE

Todo lo que cada uno de nosotros es tiene que ver en gran medida con las experiencias que hemos vivido a lo largo de nuestra vida. Nos marcan en la manera de pensar y de actuar.

De todas las experiencias de la vida, las que tienen una huella más profunda en cada uno son las que vivimos en la infancia y que tienen que ver con las personas más queridas por nosotros en esa etapa de la vida, generalmente los papás.

No da lo mismo si tuvimos un papá cariñoso y cercano o autoritario y lejano; no da lo mismo si uno de los dos padres nos abandonó de niños; no da lo mismo si éramos los hijos mayores o menores; tampoco es lo mismo haber sido tratado con respeto y sintiendo que nos querían, que haber crecido en un ambiente violento donde nos sentíamos demás.

Cada experiencia de la vida va modelando nuestra forma de ser.

Uno de los momentos en que los recuerdos de la propia infancia se hacen más intensos es cuando somos papá o mamá. Este hecho nos hace recordar cómo fueron nuestros padres con nosotros y, según lo que evaluamos de nuestra experiencia como niños, repetiremos o cambiaremos conductas y actitudes con nuestros hijos.

Es necesario saber que aunque estamos marcados por las experiencias infantiles, eso no nos determina en forma irreversible. Reflexionar sobre nuestra historia nos permite ser más conscientes de nuestras fortalezas para ser padres y madres, y también nos ayuda a reconocer lo que nos parece negativo y queremos superar.

Algunas ideas que me quedaron fueron:

FICHA DE EVALUACIÓN DE LA SESIÓN

PARA EL FACILITADOR

1. NOMBRE SESIÓN

2. LUGAR EN QUE SE REALIZÓ

3. FECHA

4. DURACIÓN

5. ASISTENTES (nombres de cada participante)

6. Describa los principales contenidos que surgieron durante la sesión:

7. En general el nivel de participación en esta sesión fue:

ALTO

MEDIO

BAJO

8. Como monitor(a) conducir esta sesión me resultó:

DIFÍCIL

ALGO DIFÍCIL

FÁCIL

9. Creo que esta sesión podría mejorar si: (describir lo que a su juicio faltó o sobró)