

TALLER CUIDADO FRÁGIL

"Dando forma a lo temido,
generando juntos nuevas soluciones".



Destinado a padres y madres.



Cuidado frágil para padres y madres

1. ¿Qué es?

El rol de padre y madre, al igual que los roles que desempeñamos a lo largo de la vida, **es entrenable** y su desempeño mejora con el aprendizaje.

Requiere de una motivación por parte de los padres y madres para la mejora del rol, confianza en los procesos y en sus tiempos de maduración, en la escucha y empatía con el hijo o hija y en la flexibilidad para la adaptación a los cambios y de la red de apoyo social y familiar.

Es necesario que exista un espacio de interacción y aprendizaje donde los profesionales de la salud y los expertos en psicología en las distintas fases de los hijos e hijas (perinatal, infancia y adolescencia) y los padres/madres puedan aprender y mejorar en el rol parental y profesional.

Cuidado frágil aborda en la sesión con los padres y madres las preocupaciones de éstos para encontrar herramientas que les sirva en la crianza de su hijo e hija en el día a día.

2. Objetivos:

La crianza respetuosa y la parentalidad positiva deben ser un pilar fundamental para la comunidad en la que vivimos: escuela, familia, barrio, ciudad, municipio y profesionales sanitarios y comunitarios.

La crianza de los hijos y hijas está llena de mitos, manuales, ensayo y error, modas en cuanto a estilos educativos... todo esto genera en los padres y madres mucha frustración.

Los miedos, la agresividad en la infancia, la sexualidad, los afectos, la sobreprotección o el *laisse faire*, el juego con los hijos e hijas, el juego con los iguales, las relaciones entre hermanos.... son algunos de los temas que abordaremos en el taller.

Cómo se construye el rol de padre/madre, como se construye el rol de hijo, las diferentes etapas: gestación, parto, fase bebe, fase primera infancia, fase preadolescencia, fase adolescencia, fase adultez... y cómo poder resolver dichas problemáticas.

“Preparados, listos ya...aprender a ser padre... manual de vuelo sin motor”

3. Metodología

La metodología sicodramática permite acercarnos de forma respetuosa al universo de la crianza de los hijos, al aprendizaje y al desarrollo del rol de padre y madre, desde un encuadre psicológico y pedagógico. La metodología empleada será teórico-práctica. La teoría se presentará de forma dinámica, lúdica y creativa, a través de material audiovisual. **La práctica se trabajará con las herramientas del sicodrama:** títeres, música, telas, elementos plásticos como pinturas, plastilina, etc.

4. Destinatarios

Padres y madres.

5. Calendarización

Sesiones formativas de dos horas de duración.

6. Temporalización

Sesión 1ª: Cómo se construye el rol de padre y de madre .

Sesión 2ª: Ciclos evolutivos: niños/as y la familia.

Sesión 3ª: Crianza respetuosa, parentalidad positiva y apego seguro.

Sesión 4ª: Sexualidad y afectividad.

Sesión 5ª: Inteligencia emocional y neurociencia.

Sesión 6ª: La tribu, redes de apoyo: familia y amigos.

Sesión 7ª: Las tres patas del banco: escuela, padres y niños.

Sesión 8ª: Alimentación y sueño.

Sesión 9ª: RRSS y nuevas tecnologías.

Sesión 10ª: Ocio y tiempo libre con los hijos e hijas.