

## GUÍA PARA EDUCADORAS/ES

### JORNADAS DE TRABAJO CON PADRES Y MADRES DE FAMILIA

# TENEMOS DERECHO A EXPRESARNOS Y A QUE SE RESPETE NUESTRA EXPRESIÓN

#### Objetivo general

Complementar el trabajo realizado en las aulas con los niños y niñas, haciendo que padres y madres de familia identifiquen y pongan en práctica derechos asertivos, de manera que refuercen el aprendizaje de "Habilidades para Vivir" de sus hijos(as) realizado en las aulas y mejoren sus relaciones con ellos(as) en el ambiente familiar.

#### Población objetivo

Padres, madres de familia y acudientes de estudiantes que están dentro de la experiencia "Habilidades para Vivir".

#### Actividades previstas

Esta guía propone una jornada de actividades para un lapso mínimo de dos horas, para trabajar:

#### **Tenemos derecho a expresarnos y a que se respeten nuestras opiniones**

Esta actividad se realizará con la metodología de taller y se describe más adelante.

#### Preparación del trabajo

Se sugiere una motivación mediante carta o a través de otros medios para los padres y madres de familia, mencionando la importancia de la propuesta de Habilidades para Vivir y la experiencia de los/las estudiantes en este aprendizaje, para que ellos también puedan estar informados y de alguna manera beneficiarse de lo que está brindándoles a sus hijos e hijas el centro escolar.

Se sugiere releer los textos básicos sobre la propuesta "Habilidades para Vivir" de la Organización Mundial de la Salud y el Marco Conceptual de esta propuesta para la experiencia en Colombia; así como repasar la sección "Lo que necesitamos saber" del Módulo "Aprendiendo a Relacionarnos", páginas 2 a 7.

## ¿Y CÓMO LO HAGO?

### **JORNADA: TENEMOS DERECHO A EXPRESARNOS Y A QUE SE RESPETE NUESTRA EXPRESIÓN**

#### **Objetivos:**

Introducir a los padres-madres de familia en el conocimiento y ejercicio de algunos derechos asertivos en la comunicación interpersonal:

- El derecho a tener y expresar los propios sentimientos y opiniones.
- El derecho a ser escuchado y tomado en serio, con respeto y dignidad.

#### **Prever...**

- Papeletas en blanco
- Alfileres, marcadores
- Un cartel de ambientación con la lista de los derechos asertivos de las personas (Hoja de ayuda, pág. 6)
- Un morral con varios bolsillos. En la parte delantera del morral se escribe un cartel que diga DERECHOS
- Tiras de papel con los derechos asertivos que se van a trabajar (Hoja de ayuda, pág. 5). Las tiras deben colocarse separadas en los bolsillos del morral
- Barajas con las palabras para construir respuestas asertivas (Hoja de ayuda, pág. 7)
- Los/las participantes necesitarán hojas para tomar notas

#### **Desarrollo de la Actividad**

Esta actividad requiere de un tiempo máximo de dos horas para su realización. A lo largo de las instrucciones se coloca una sugerencia de tiempos mínimos.

##### **1. Motivación/Sensibilización: 15 min**

###### **1. Para romper el hielo**

- Al ingresar al recinto donde se realizará el taller, se entrega a cada participante una papeleta en blanco, un marcador y un alfiler, y se le solicita escribir por un lado el nombre de su fruta o flor favorita y por el otro su nombre completo. Debe prenderse el papel en la ropa con el nombre de la fruta o flor visible.
- Cuando estén todos los/las invitados/as, se les pide agruparse por flores y frutas y presentarse entre sí. Terminada esta presentación, deben buscar a otra persona que no sea del grupo que le tocó para presentarse.

## 2. Introducción al tema de la jornada

- El/la animador/a introduce el tema colocándose el morral de los "Derechos", que traemos todos puesto al nacer. Brevemente se presenta el tema de los derechos humanos y los derechos de niños y niñas.
- Seguidamente, se pide que dos participantes retiren de los bolsillos del morral las tiras donde figuran - El derecho a tener y expresar los propios sentimientos y opiniones.  
- El derecho a ser escuchado y tomado en serio, con respeto y dignidad.
- Se hace la pregunta general:
  - ¿Qué tiene que ver el contenido de **ese bolsillo** con nuestra vida en la familia?
  - ¿Qué tiene que ver el contenido de **ese bolsillo** con la vida de nuestros hijos e hijas en la escuela?
  - ¿Qué tiene que ver el contenido de ese bolsillo con nuestra vida en esta sociedad?
- Se contrasta lo que se ha leído con el cartel de los "derechos asertivos" y se explica que aunque son muchos más, en esta sesión se trabajarán sólo los dos enunciados que estaban en el bolsillo.

## 2. Actividad central: 90 min.

### Trabajo en grupos:

- Se organizan cinco subgrupos y se les pide que cada participante, por turno, cuente de la manera más fiel posible, una situación de la familia, de la escuela, el trabajo y de la comunidad, donde no haya podido expresar sus sentimientos, opiniones, creencias, etc. o donde no le hayan tomado en serio, respetado o escuchado sus sentimientos, opiniones, creencias, etc. Relatar cómo se sintió en dicha situación y que hizo. Hacer un listado de esas situaciones.
- Se reparten las barajas con palabras para construir respuestas asertivas (Hoja de ayuda pág. 7). Se les pide que empleen la que mejor se ajusta a cada situación de la lista y hagan el ejercicio de respuesta utilizando esas palabras.

### Por ejemplo:

Situación laboral: El patrón me dijo "Cállese, que aquí el que manda soy yo".

Baraja 1: Señor, **le pido** que me respete, porque...

Baraja 2: Señor, **me siento** ofendido, porque...

Baraja 3: Señor, por favor, **escúcheme**, porque...

Baraja 4: Señor, **me parece** que está enojado conmigo, porque...

Otras...

- Pasados unos 15 minutos de este trabajo, se les pide que contemplen la situación inversa, esto es, cuando cada uno/a ha violado el derecho de alguien a la expresión de sus

sentimientos, opiniones, creencias, etc. en la vida cotidiana de la familia, el trabajo o la comunidad. Hacer un listado de esas situaciones. Relatar cuál fue la reacción de la persona afectada.

- Poniéndose en el lugar de la otra persona, construir una respuesta asertiva empleando las barajas. Luego preguntarse:
  - ¿Cómo me habría sentido si me hubieran dado esa respuesta?
  - ¿Qué habría hecho?
- Se pide que cada grupo prepare unas coplas o canción tomando las frases asertivas, en donde se resalte el derecho que todos tenemos a expresar lo que sentimos y pensamos, y a ser escuchados/as con respeto por las otras personas.

#### Plenaria

- Se comparte en plenaria el trabajo de los grupos, promoviendo que los/las participantes expresen cómo se sintieron empleando frases asertivas.
- Luego cada grupo presenta sus coplas o canciones y se comparten reacciones a las presentaciones.
- El/la animador/a propone a los/las participantes hacer un compromiso, para respetar y hacer respetar estos derechos:
  - A tener y expresar los propios sentimientos y opiniones.
  - A ser escuchado y tomado en serio, con respeto y dignidad.

y practicar las respuestas asertivas que se han trabajado en esta sesión.

### 3. Evaluación de la jornada

## **HOJAS Y MATERIAL DE AYUDA**

PARA RECORTAR Y PONER EN BOLSILLOS SEPARADOS EN LA MOCHILA  
(ACTIVIDAD DE MOTIVACIÓN/SENSIBILIZACIÓN)

- El derecho a tener y a expresar los propios sentimientos y opiniones.
- El derecho a ser escuchado/a y tomado/a en serio, con respeto y dignidad.

## **HOJAS Y MATERIAL DE AYUDA**

### **CARTEL PARA AMBIENTACIÓN DE LA JORNADA**

Los principales derechos en los que se basa un comportamiento asertivo son:

- El derecho a ser tratado con respeto y dignidad.
- El derecho a tener y expresar los propios sentimientos y opiniones.
- El derecho a ser escuchado y tomado en serio.
- El derecho a juzgar mis necesidades, establecer mis prioridades y tomar mis propias decisiones.
- El derecho a decir "NO" sin sentir culpa.
- El derecho a pedir lo que quiero, dándome cuenta que también mi interlocutor tiene derecho a decir "NO".
- El derecho a cambiar.
- El derecho a cometer errores.
- El derecho a pedir información y ser informado.
- El derecho a obtener aquello por lo que pagué.
- El derecho a decidir no ser asertivo.
- El derecho a ser independiente.
- El derecho a decidir qué hacer con mis propiedades, cuerpo, tiempo, etc., mientras no violen los derechos de las otras personas.
- El derecho a tener éxito.
- El derecho a gozar y disfrutar.
- El derecho a mi descanso, aislamiento, siendo asertivo.
- El derecho a superarme, aun superando a los demás.

## HOJAS Y MATERIAL DE AYUDA

### BARAJAS PARA CONSTRUIR RESPUESTAS ASERTIVAS

VEO QUE...	OPINO...	PREFIERO...
(ME) o (TE) SIENTO...	CONSIDERO ...	ESCÚCHAME ...
TE ESCUCHO...	ME PARECE ...	PIDO...
PERCIBO...	CREO...	EXIJO...
ME DOY CUENTA...	NO ME...	TE VEO...
PIENSO...	ME GUSTARÍA...	YO QUIERO ...

Ministerio de Salud - Programa "Habilidades para Vivir". Módulo: Asertividad: Aprendiendo a relacionarnos - Jornadas con padres-  
madres de familia

febrero de 1998



# **MINISTERIO DE SALUD**

## **PROGRAMA “HABILIDADES PARA VIVIR”**

### **GUÍAS PARA EDUCADORAS/ES**

#### **JORNADAS DE TRABAJO CON PADRES Y MADRES DE FAMILIA**

## **TENEMOS DERECHO A EXPRESARNOS Y A QUE SE RESPETE NUESTRA EXPRESIÓN**

Material elaborado por el equipo de Fe y Alegría de Colombia:

Amanda Bravo H.  
Hernando Gálvez, s.j.  
Víctor Martínez, s.j.

PROGRAMA DE COMPORTAMIENTO HUMANO - MINISTERIO DE SALUD  
FONDO NACIONAL DE ESTUPEFACIENTES  
FE Y A LEGRÍA DE COLOMBIA

Santa Fe de Bogotá, D.C.

1998

# **MINISTERIO DE SALUD**

MARÍA TERESA FORERO DE SAADE  
Ministra de Salud

JUAN CARLOS GIRALDO VALENCIA  
Viceministro de Salud

SILVIA EMMA HERRERA CAMARGO  
Secretaria General

ÁNGELA GONZÁLEZ PUCHE  
Directora General de Promoción y Prevención

CONSTANZA GIRALDO NIETO  
Subdirectora de Promoción

GUIDO MAURICIO ROMERO GONZÁLEZ  
Jefe Programa Comportamiento Humano

LEONARDO MANTILLA CASTELLANOS  
Asesor