



PROGRAMA DE FUNCIONAMIENTO FAMILIAR SALUDABLE

CARTILLA DIRIGIDA A LA INSTITUCIÓN
EDUCATIVA MUNICIPAL JUAN XXIII

ELABORADO POR JINETH MARTÍNEZ HERRERA
Universidad de Cundinamarca

INTRODUCCIÓN

- El siguiente programa psicológico se realiza con el fin de asesorar a padres de familia sobre el desarrollo social, cognitivo y emocional de sus hijos, este trabajo de pasantía se realiza en el año 2018 respondiendo a la demanda manifestada por el diagnóstico realizado con miembros de la planta docente.
- Está dirigido a los Padres de familia de estudiantes de educación básica secundaria.

JUSTIFICACIÓN

El presente proyecto de pasantía tiene como objetivo contribuir a la necesidad referida por la institución, correspondiente al fenómeno de funcionamiento familiar saludable y el proceso de diagnóstico realizado; Enfocado a la creación de un programa de intervención que brinde a los padres habilidades que fortalezcan el óptimo desarrollo del funcionamiento familiar, esto con el fin de mejorar las relaciones familiares de los estudiantes de la institución.



EJES DEL PROGRAMA

- *¿Yo genero relaciones familiares saludables?*
- *¿Ayudo a la satisfacción de las necesidades de mi familia?*
- *¿Transmito valores éticos y culturales?*
- *¿Propicio el equilibrio de tensión que se puede generar en mi familia?*
- *¿Tengo claros cuales son los roles que representa cada miembro?*
- *¿Ayudo a mi familia en el desarrollo de su identidad personal y la adquisición de la identidad sexual?*



SESIONES

1. Sesión 1:

¿Cómo me relaciono con mi familia?

Duración: 40 minutos

Materiales:

Aula de orientación

12 Sillas

1 pelota

Árbol de ideas

Marcador

Tablero

Material humano:

Participantes: Padres de familia

Moderador

ACTIVIDAD 1 ROMPEHIELO

Se le pide a los participantes que hagan un círculo alrededor del aula de clase, posterior a ello se da la instrucción de lanzar la pelota algún compañero, mientras la pelota está en el aire debe decir su nombre, la persona a cargo de la actividad inicia con su nombre. El objetivo es que los padres se conozcan y se genere un espacio libre de tensiones.

Desarrollo:

1. Se inicia el taller con una actividad rompehielo

2. se comunica a los participantes que para que el desarrollo de la actividad es necesario establecer normas de comportamientos y respeto entre todos:

Levantar la mano cuando quieran participar.

Escuchar al otro.

Se recalca la importancia de la participación de todos.

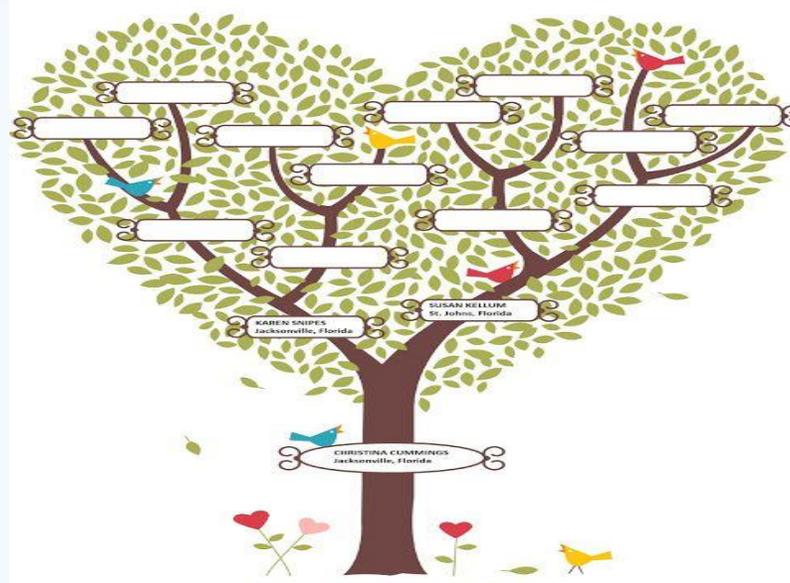
Actividad 2

Luego de ello se inicia el grupo de discusión con una pregunta orientadora por parte de la persona a cargo acerca de ¿Qué es una familia?

Luego de escuchar a los participantes, se construye una definición de familia, de acuerdo a lo dialogado en el grupo de discusión en el tablero.

Se realiza una pregunta reflexiva acerca de ¿qué consideran que debe tener una familiar para tener un funcionamiento saludable?

Para ello se tendrá un árbol de ideas que estará pegado en el tablero, se comunicará a los participantes que cada idea la escriban en una rama del árbol y al final se leerá todas las ideas formando una definición conjunta del tema.



Cierre:

La persona a cargo finaliza la actividad con una retroalimentación, resolución de preguntas de el funcionamiento familiar saludable y agradecimiento por la participación en la actividad.

EJES DEL PROGRAMA

¿Qué podemos hacer como familia?

☐ Tener la capacidad de adaptarnos al cambio de normas o roles en caso de dificultad.

☐ Establecer vínculos fuertes, sentirme parte importante del grupo

☐ Dialogar con mi familia, expresar mis sentimientos y preocuparme por los sentimientos de los demás



Sesión 2. Actividad 1

¿Qué características debe tener mi familia para ser saludable?

Duración: 40 minutos

Materiales: Hojas de casos

Apertura:

Se da la bienvenida a los participantes y se comenta que la actividad posterior a realizar tiene como finalidad conocer las características que debe tener una familia para ser saludable, dando continuidad al tema anteriormente tratado.

Desarrollo

Se pide a los participantes que realicen 3 grupos de 4 personas aproximadamente.

Seguido a ello se le pedirá a cada grupo que escoja un líder al cual se le asignara un caso el cual debe leer a su respectivo grupo. Cada grupo debe buscar una solución acorde al problema asignado y decir que características les parecieron más y menos importantes, plasmándolo en una hoja de papel.

Al cabo de 20 minutos cada líder debe hacer una plenaria del caso que le correspondió y lo encontrado con su grupo a todos los participantes de la actividad.

La finalidad es que los participantes tengan una visión reflexiva de las problemáticas que se pueden presentar y las posibles soluciones ante dichas situaciones.

Se retroalimenta acerca de la manera correcta de solucionar dichos casos según la teoría de dinámicas familiares saludables.



CASOS

GRUPO 1: La familia Hernández está pasando por un mal momento económico tienen deudas y el padre se encuentra enfermo e imposibilitado para trabajar, y su madre se encarga de las labores del hogar, Juan su único hijo tiene 16 años y con el fin de ayudar a sus padres decide trabajar y aportar dinero a su casa, un mes después de empezar a trabajar Juan empezó a incumplir las normas del hogar, como llegadas tarde, no realizaba sus deberes y le daba órdenes a sus padres excusándose en que él apoya económicamente ¿Por qué sucedió esto?

GRUPO 2: Juanita no se siente cómoda cuando llega a su hogar, casi nunca sale de su cuarto, un día hablando con sus amigos les comenta que se siente diferente y que cree que no hace parte de su familia, que en su casa nadie la entiende y por eso no puede contarles lo que le ocurre. ¿Por qué sucedió esto?

GRUPO 3: Pedro se ha venido sintiendo triste porque tiene problemas en su colegio y peleó con sus amigos, él piensa que está solo, por esto se frustra, se entristece y se enoja, su madre le pregunta que le pasa y en el momento en que Pedro le va a contestar, su madre saca el celular para hablar con sus amigas, él se siente mal por no ser escuchado, se aleja y decide no volver a confiar en su familia. ¿Cuál fue el error?

Grupo 1

Grupo 2

Grupo 3

Actividad 2

Se realiza un grupo focal en donde se realicen preguntas dirigidas a evaluar el impacto que tuvo el programa de funcionamiento familiar saludable.

Preguntas

1. ¿La intervención está proporcionando beneficios a la institución?
2. los conocimientos generados en la actividad aporta a su convivencia familiar?
3. ¿Los temas explicados en las sesiones del programa fueron claros?
4. ¿Recomendaría la aplicación de este programa para que se implemente en otras sedes y/o instituciones?
5. ¿Cómo se podría mejorar el proyecto para lograr mejores resultados?

Cierre:

La persona a cargo finaliza la actividad con un agradecimiento por la participación en la actividad.

