



Programa de parentalidad PASOS UANDES

 ctarud@uandes.cl

 www.pasosuandes.cl

El Programa de Parentalidad PASOS UANDES está dirigido a madres, padres y apoderados de niños, niñas y jóvenes desde los 2 hasta los 18 años. Se basa en una metodología que se sustenta en la revisión de más de 200 publicaciones científicas y programas internacionales que han demostrado ser efectivos en sus resultados, con los ajustes y adaptaciones necesarios para nuestra realidad nacional.

Parentalidad PASOS UANDES es parte del Programa PASOS de formación de habilidades socioemocionales, afectividad y sexualidad, que se implementa en colegios, jardines infantiles y fundaciones educacionales. PASOS Parentalidad puede ser implementado como parte del Programa Matriz o bien de manera independiente.

El Programa de Parentalidad PASOS UANDES tiene tres objetivos principales:

Desarrollar competencias parentales	Aumentar la autoeficacia parental	Reducir el estrés parental
Todas las capacidades, recursos o habilidades que los apoderados puedan requerir para educar, acompañar y guiar a sus hijos a lo largo de su vida.	Percepción que tienen los apoderados acerca de las competencias que creen que tienen para ejercer su rol parental.	Aquellos procesos complejos en los que los apoderados sienten que están sobrepasados o desbordados ante las circunstancias o demandas que enfrentar en su rol parental.

El programa cuenta con tres tipos de intervenciones, más seguimiento según sea el caso, y recursos complementarios para las familias. En todas las actividades se usa una metodología activa y dinámica que mezcla momentos de psicoeducación en diversas temáticas, instancias de conversación o trabajo grupal para formar comunidad y redes de apoyo entre las familias, junto con espacios de reflexión individual. Esto permite fortalecer el rol de primeros educadores de los padres, madres y apoderados.

1. TALLERES DE PARENTALIDAD POSITIVA

Talleres de formación en los que tratan diversas temáticas acordes a la etapa de desarrollo del estudiante y del ciclo vital familiar.

2. ENCUENTROS PADRE/MADRE E HIJO/A

En esta instancia se busca fortalecer el vínculo y la comunicación entre padres/madres con hijos/as por medio de actividades lúdicas que promueven la reflexión, el diálogo y la unión familiar.

3. ACOMPAÑAMIENTOS FAMILIARES

Esta es una instancia de intercambio, reflexión y diálogo en la que madres, padres y cuidadores construyen su proyecto educativo familiar. La elaboración de este proyecto da sentido a la vida personal y familiar de cada uno de sus integrantes, sirve de ruta, marca el rumbo, fortalece los valores familiares y lleva a todos los miembros de la familia a proponerse metas altas y cumplirlas. Estos consisten en 4 ciclos de conversación, de 4 sesiones cada uno, en grupos más pequeños de apoderados con una mediadora familiar. Cada ciclo posee una sesión adicional de seguimiento.

4. RECURSOS COMPLEMENTARIOS PARA LAS FAMILIAS

Los recursos complementarios integran una variada gama de alternativas que permiten mantener un contacto con la familia, profundizar en su aprendizaje, formar comunidad, favorecer las instancias de diálogo y reunión familiar.

Estos son:

- Página web con recursos disponibles para padres/madres y apoderados.
- Instagram @pasosuanDES con contenidos educativos presentados de manera simple, lúdica y propositiva.
- Grupos de WhatsApp que reciben contenidos referidos a las actividades en las cuales participaron.
- Juegos para la familia, que desarrollan los vínculos, empatía, confianza y conocimiento mutuo entre los miembros de una familia.

Propuesta temática

A continuación, se detallan los temas que se tocan en las diferentes intervenciones del programa de parentalidad para cada nivel.

Curso	Acompañamientos	Talleres				Encuentros padre/madre e hijo/a		
Pre kínder	Proyecto educativo familiar	Alfabetización emocional	¿Por qué educar la afectividad y la sexualidad desde la infancia?	Familias vitaminas		Jugando juntos ¹	¡Adivina cuánto te quiero!	
Kínder		Desarrollando la autonomía	Regulación emocional	Niños en un mundo digital	Disciplina positiva (Poniendo límites y normas)	Alfabetización emocional		
Primero básico	Disciplina positiva	Autocuidado parental	Enseñar a tolerar las frustraciones	Prevención abuso sexual		Animémonos en familia	Juguemos en familia	
Segundo básico		La autoridad de los padres	El valor de la amistad	Formación del carácter y la personalidad		Más conectados	Mi hijo, un tesoro	
Tercero básico		Diversidad e inclusión	Autoestima	Cómo hablar de sexualidad con los hijos e hijas		¿De dónde venimos? Hablemos del inicio de la vida	Fortaleciendo nuestra comunidad	
Cuarto básico		Mentalidad de crecimiento ²	¿Cómo te lo digo? Comunicación asertiva	Preparándome para la pubertad de mi hijo		La tecnología es mejor cuando nos une	Hoja de ruta familiar	Construyamos juntos nuestra mentalidad de crecimiento
Quinto básico	Comunicación en la familia	Autoimagen ¿cómo me veo?	Educación emocional en la pubertad	Prevención de bullying		¿Cuánto me conoces?	Te acompaño en los cambios de tu pubertad	
Sexto básico		El cerebro adolescente	Educar el optimismo	Sexualidad y afectividad en la pubertad	Prevención y abordaje del acoso escolar ³	Acción social en familia	Vinculación familiar (juego cortocircuito)	
Séptimo básico		La búsqueda de la identidad en la adolescencia	¿Cómo me sobrepongo a la adversidad? (resiliencia)	Hablemos de pornografía ⁴		Prevención de conductas de riesgo (juego ¿Qué harías? ¿Qué dirías?)	Convivamos bien con la tecnología	
Octavo básico		¿Cómo perderle el miedo a la adolescencia de mi hijo?	Felicidad y trascendencia	Sexualidad y afectividad en la adolescencia		Hablemos de sexualidad	¡Quiero saber de ti!	
Primero medio	Hijos, protagonistas de su vida	Libertad y toma de decisiones en la adolescencia	Salud mental en la adolescencia	Pololeo y relaciones románticas		Quiero querer (afectividad y sexualidad)		
Segundo medio		Normas y límites en la adolescencia	¿Cómo hablar de sexualidad con mi hijo adolescente?	¿Cómo mejorar la relación con mi hijo/a adolescente?		Hablemos de alcohol y drogas ⁵		
Tercero medio		Personalidad adolescente	Amistad en la adolescencia	Estereotipos de género		¿Tomémonos un café? Comunicación y escucha activa		
Cuarto medio		Autoconocimiento para el proyecto de vida	Manejo de la ansiedad y el estrés	Sexualidad y género ⁶		Hablemos de tu proyecto de vida	Conversemos de afectividad y sexualidad	

¹ Los encuentros jugando juntos e ¡adivina cuánto te quiero! se pueden aplicar de playgroup a kínder.

² Se puede aplicar de manera transversal en distintos niveles.

³ Se puede aplicar a partir de cuarto básico en adelante.

⁴ Se puede aplicar a partir de quinto básico de manera preventiva.

⁵ Se podría aplicar a partir de octavo básico.

⁶ Se puede aplicar de manera transversal para interiorizar más a las familias acerca de género.

Descripción de las actividades

PRE-KINDER				
Talleres			Encuentros padre/madre e hijo/a	
Alfabetización emocional	¿Por qué educar la afectividad y la sexualidad desde la infancia?	Familias vitamina	Jugando juntos	¡Adivina cuánto te quiero!
Este taller es para reconocer la importancia de las emociones y de la educación emocional. A través del taller los padres y madres se reconocen como los agentes principales de la educación emocional. Por último, identifican prácticas concretas que pueden ayudar a sus hijos e hijas a identificar, denominar, aceptar y regular sus emociones, además de reconocer las emociones de los demás.	Este taller es para introducir a los papás en el tema de la sexualidad y que puedan comprender el concepto de sexualidad y su relación con nuestra identidad desde el inicio de la vida, por eso la importancia de hablar con los hijos sobre el desarrollo de su sexualidad desde la etapa preescolar (y antes) para su sano desarrollo. Además se trata la importancia de hablar de sexualidad como factor protector frente a la prevención de abuso.	Qué significa ser una familia vitamina, por qué es importante y qué impacto tiene en la vida de nuestros hijos. En este taller se explica la química de la felicidad (cómo funciona la dopamina, la oxitocina y el cortisol en nuestro cuerpo) y cómo la familia, sobre todo los padres y madres, pueden ser una fuente clave para el bienestar y felicidad de sus hijos e hijas. Este encuentro se podría aplicar en cursos más grandes ajustando algunos ejemplos par los padres de acuerdo a la edad.	En este encuentro se promueve el vínculo jugando juntos entre padres/madres e hijos/as. A través de diferentes juegos dirigidos y muy simples se da un espacio especial para hacer una pausa, sintonizar, vincularse y conectarse de una manera especial con los hijos. Este encuentro se podría implementar de playgroup a kinder.	Encuentro que a través de la lectura del cuento ¡Adivina cuánto te quiero! promueve la vinculación entre madres/padres e hijos/as por medio de juegos, bailes, contacto físico, entre otros. Este encuentro se podría implementar desde playgroup a kinder.

KINDER					
Talleres				Encuentros padre/madre e hijo/a	
Desarrollando la autonomía	Regulación emocional	Niños en un mundo digital	Disciplina positiva (poniendo límites y normas)	Alfabetización emocional	
Se muestra cómo los distintos estilos parentales pueden influir y beneficiar el desarrollo de la autonomía de los hijos. Se realiza un trabajo grupal y revisan ideas para fomentar la autonomía, terminando con un trabajo personal para incentivar la autonomía de los hijos paso a paso.	En este taller se revisan los 4 pasos para acompañar a los hijos en la regulación emocional, destacando la importancia del autocuidado, ya que los padres son primordiales en la regulación efectiva de los hijos. Se trabajan distintas estrategias para apoyar a los hijos y vienen casos para trabajar en grupo en el taller.	Este taller invita a tomar conciencia sobre el verdadero impacto del uso de la tecnología en la familia, reconociendo las ventajas y desventajas de su uso. Además se muestran los tiempos recomendados de exposición a pantallas, los efectos del uso de tecnología en el cerebro en desarrollo de los niños y objetivos concretos para mejorar la relación con la tecnología.	Se reflexiona en torno al objetivo de la disciplina positiva: vincular, formar y proteger, y cómo promover estrategias para ejercer como padres la disciplina positiva.	Con el cuento ¿Qué le pasa a Gastón? Se identifican, conocen y se amplía el vocabulario emocional. Se modelan emociones y con el juego PASOS Tren de las emociones, padres e hijos juegan juntos a reconocer distintas emociones que ayudan a ampliar el vocabulario emocional y a identificar diferentes emociones que se pueden sentir frente a diversas situaciones cotidianas.	

1° BÁSICO				
Talleres			Encuentros padre/madre e hijo/a	
Autocuidado parental	Enseñar a tolerar las frustraciones	Prevención abuso sexual	Animémonos en familia	Juguemos en familia
<p>Taller para reconocer la importancia de estar bien para cuidar bien. Es un taller reflexivo acerca de las necesidades actuales propias para poder desarrollar herramientas de autocuidado.</p>	<p>Este taller ayuda a los padres a entender la frustración y el proceso de su tolerancia, se explica que por estructura cerebral y otros factores como el temperamento, desarrollo de habilidades lingüísticas y madurez emocional pueden influir en el desarrollo del proceso y cómo los padres pueden ayudar a desarrollar la tolerancia a la frustración siendo modelos de autocontrol, ayudándolos a regular sus emociones, poniéndoles límites, enseñándoles a esperar, entre algunas estrategias.</p>	<p>Se trabaja con los papás algunos elementos que desarrollen certeza en sus hijos de que su cuerpo es suyo y que decidan sobre él, sintiéndose empoderados. Se revisan factores que hacen más posible que exista una situación de abuso, algunas señales de alerta y maneras de prevenir el abuso sexual.</p>	<p>Encuentro familiar siendo el objetivo principal de este encuentro, que padres e hijos tengan una instancia lúdica y recreativa que promueva la vinculación entre los miembros de la familia y su bienestar físico y emocional. Pueden participar otros integrantes por ejemplo los hermanos, pueden acompañar a los participantes del encuentro, dando ánimo en las actividades, bailando en algunas actividades y en la convivencia final. Se proponen 6 actividades diferentes, según la asistencia y tiempo con el que se cuenta se pueden realizar todas o seleccionar las que se ajusten mejor al contexto de cada colegio.</p>	<p>El objetivo principal de este encuentro, que padres e hijos tengan una instancia lúdica y recreativa que promueva el fortalecimiento del vínculo entre los miembros de la familia, especialmente el de los padres con sus hijos y también con la comunidad escolar. Las actividades están diseñadas para que participe la familia completa o con quienes conviven en sus hogares. Se usa el juego ¿Qué soy? (tarjetas con cintillos en la cabeza) y cada tarjeta tiene en el reverso preguntas que promueven el vínculo entre la familia.</p>

2° BÁSICO				
Talleres			Encuentros padre/madre e hijo/a	
La autoridad de los padres	El valor de la amistad	Formación del carácter y la personalidad	Más conectados	Mi hijo es un tesoro
<p>Diferencia conceptos de autoritarismo y autoridad, se ven los distintos estilos parentales y se desarrollan estrategias concretas para que los padres puedan ejercer la autoridad de manera efectiva y en un estilo asertivo, identificando y reflexionando sobre las propias fortalezas como padres.</p>	<p>Este taller orienta a los padres a identificar acciones concretas para enseñar a sus hijos a ser buenos amigos, dando especial importancia a la asertividad como un factor protector en el desarrollo de habilidades sociales positivas. Se ven también características de una buena amistad y la importancia de cultivar la amistad como factor influyente para el bienestar y la felicidad.</p>	<p>Se ve la relación de temperamento, carácter y personalidad, y la importancia de conocer el temperamento de los hijos para empatizar, comprenderlos y poder ayudarlos mejor, así como la importancia del rol de la familia en el desarrollo de la personalidad. Además se comparten estrategias concretas para la formación del carácter.</p>	<p>En el encuentro se promueve un espacio de vínculo y disfrute familiar a través del juego y la conversación, ya que los vínculos familiares y su calidad es un factor protector primordial. En el juego de tablero, se identifican prácticas cotidianas que promueven el desarrollo socioemocional y cognitivo de los hijos, destacando la importancia del rol parental: establecer rutinas, límites y hábitos saludables, y ser ejemplo, siendo coherentes y consistentes.</p>	<p>En este encuentro, padres e hijos se vinculan haciendo un álbum de regalo para el hijo. En el álbum se va plasmada la originalidad y el valor de cada hijo. En esta etapa, los padres tienen un rol fundamental en la autoestima de los hijos, sobre todo cuando a esta edad están en pleno desarrollo y formación de su identidad. Por eso, la idea central de este encuentro es que tomen conciencia los niños, que no hay un niño igual a otro, y los padres que no hay un hijo igual a otro hijo; sino que cada uno tiene su propio temperamento, carácter, personalidad, rasgos físicos, emocionalidad, manera de relacionarse, pasiones, intereses, dificultades, y fortalezas. Por eso cada persona y cada hijo es un tesoro.</p>

3° BÁSICO				
Talleres			Encuentros padre/madre e hijo/a	
Diversidad e inclusión	Autoestima	¿Cómo hablar de sexualidad con nuestros hijos e hijas?	¿De dónde venimos? Hablemos del inicio de la vida	Fortaleciendo nuestra comunidad
<p>En este taller se invita a los participantes a tomar conciencia sobre la discriminación, reconociendo que todos hemos discriminado o nos hemos sentido discriminados alguna vez, por nuestros prejuicios. Por esto los participantes reflexionan sobre la importancia del ejemplo que damos como padres y madres en el momento de aceptar las diferencias y valorar la riqueza de la inclusión, comprendiendo que los estereotipos que tenemos arraigados nos pueden llevar a actuar de manera discriminatoria, que es justamente lo contrario a lo que queremos promover. En el taller se trabajan algunas ideas para educar a que los hijos sean más inclusivos.</p>	<p>Este taller invita a los participantes a tomar conciencia del importante rol que tienen en el proceso de la construcción de la autoestima positiva de sus hijos e hijas. Se promueven estrategias para desarrollar la autoestima y se trabaja concretamente en cómo reconocer las características positivas, habilidades y fortalezas de los hijos, y cómo podemos corregirlos siendo objetivos y sin que se vea afectada su autovaloración.</p>	<p>Se refuerza en este taller el concepto de sexualidad como parte constitutiva del ser humano y de la identidad de la persona. Por otra parte, se plantea la idea que los padres tienen que ser la primera fuente de información en relación a los temas de sexualidad, desarrollando en el taller estrategias efectivas para responder preguntas de sus hijos e hijas en estas temáticas y cómo hablar con sus hijos e hijas sobre del inicio de la vida. La idea es que los participantes disminuyan la ansiedad en torno a las conversaciones sobre sexualidad con sus hijos e hijas y queden preparados también para el encuentro en caso que tengan planificado hacerlo. También se revisan prácticas de la prevención de abusos.</p>	<p>Este encuentro genera un espacio de confianza para para conversar, reconocer y comprender el origen de la vida humana. A través de un cuadernillo, los padres y madres explican a sus hijos e hijas qué es una relación sexual, sobre el inicio de sus propias vidas e invitarlos a reflexionar acerca del amor y del don al otro en la felicidad personal.</p>	<p>En este encuentro se enfoca en la importancia de la identidad y el sentido de pertenencia para poder promover la sana convivencia y así prevenir el acoso escolar. Cuando las familias se conocen y sienten que forman parte de una comunidad, existe más empatía y respeto hacia los demás, disminuyendo los comportamientos agresivos. Además, interactuar con la comunidad y compartir experiencias, fortalece el clima positivo en la convivencia escolar.</p>

4° BÁSICO					
Talleres			Encuentros padre/madre e hijo/a		
Mentalidad de crecimiento	¿Cómo te lo digo? Comunicación asertiva	Preparándome para la pubertad de mi hijo	La tecnología es mejor cuando nos une	Hoja de ruta familiar	Construyamos juntos nuestra mentalidad de crecimiento
<p>En este taller se explican conceptos de mentalidad fija y mentalidad de crecimiento, y la importancia de desarrollar esta última. También se reflexiona y analiza en el taller de qué manera nuestro pensamiento, nuestro lenguaje y la manera que nos relacionamos o nos dirigimos a nuestros hijos e hijas, puede aportar o limitar el desarrollo de la mentalidad de crecimiento, para esto se muestran estrategias concretas para aplicar con los hijos e hijas. Este taller es un tema transversal que se podría aplicar en otros niveles modificando algunos ejemplos de acuerdo a la edad de los hijos/as.</p>	<p>Se define el concepto de asertividad y se revisan las características que tiene que tener una comunicación asertiva y qué dificulta cotidianamente nuestra comunicación asertiva con nuestros hijos e hijas. Se dan a conocer aspectos que favorecen y promueven una comunicación asertiva y después con un ejercicio de juego de roles se ejercitan situaciones de comunicación asertiva.</p>	<p>Este taller comienza con un trabajo grupal, donde se designa que cada grupo reflexione acerca de los cambios propios de la pubertad: cambios físicos, emocionales y sociales. Después que los grupos exponen sus reflexiones se reconoce la importancia de hablar de los cambios para el bienestar de los hijos e hijas, aliviando el estrés de ellos frente a los cambios y favoreciendo los espacios de confianza para hablar de temas en relación al desarrollo de su sexualidad. El taller da orientaciones a los padres y madres acerca de cómo hablar con los hijos e hijas, porque en esta etapa también hay cambios en nuestra relación y manera de comunicarnos.</p>	<p>Se espera que en este encuentro se abra un espacio para que padres y madres e hijos/as se vinculen conociendo los intereses tecnológicos, apps, juegos, influencers, sitios web y todo lo relacionado al mundo virtual que usan los hijos, para que los padres y madres puedan protegerlos mejor; conversando sobre los riesgos del uso y lo perjudicial de la exposición excesiva frente a pantallas. En el encuentro se entregan recomendaciones para que las familias convivan de mejor manera con las tecnologías y tomen conciencia de lo necesario que se hace educar en su uso.</p>	<p>Se inicia el taller con actividades familiares que promueven un ambiente positivo para predisponerse a trabajar como familia en su "Charter" u hoja de ruta familiar (inspirado en el programa RULER de la Universidad de Yale) que consiste en identificar en cosas que los unan (sentido de pertenencia) y reflexionar acerca del ambiente familiar que les gustaría tener para convivir sanamente en familia, identificando conductas que favorezcan este clima positivo y estableciendo compromisos de esforzarse por cumplir estas conductas o propósitos.</p>	<p>En este encuentro se trabaja el concepto de mentalidad de crecimiento, es decir, la capacidad de ver los errores y el fracaso como oportunidades de crecimiento; entendiendo que la inteligencia y el talento se construyen con perseverancia y esfuerzo. En el encuentro a través de dinámicas grupales, un juego muy lúdico de tarjetas y conversaciones padre/madre e hijo/a se espera que tanto los estudiantes como sus padres comprendan que esta manera de abordar los desafíos se puede educar y que permite desarrollar personas más resilientes frente a las dificultades.</p>

5° BÁSICO					
Talleres			Encuentros padre hijo		
Autoimagen ¿Cómo me veo?	Educación emocional en la pubertad	Prevención del bullying	¿Cuánto me conoces?	Te acompaño en los cambios de tu pubertad	
Este taller explica por qué es importante preocuparse de la autoimagen en esta etapa, cuando las influencias y RRSS juegan un importante rol. Por eso se invita a los padres a involucrarse y se muestra cómo pueden promover una autoimagen positiva, así como también señales de alerta que puedan relacionarse con una imagen disminuida.	En este taller los participantes comparten y empatizan sobre los cambios a nivel emocional que han podido observar en sus hijos al enfrentarse a esta nueva etapa. En la parte psicoeducativa del taller se explica cómo los cambios fisiológicos influyen y afectan el comportamiento y cómo también los cambios de humor inciden en la manera de relacionarse, y que por eso es importante que como padres y madres puedan acompañar y ayudar a sus hijos e hijas en esta etapa a reconocer sus emociones para poder ayudarlos a regularlas.	En este taller se explica qué se puede hacer para detener el bullying y prevenirlo e invita a involucrarse y reflexionar en torno a cómo hablar con los hijos e hijas para prevenirlo y detenerlo.	A través de un juego de tablero y cartas los padres y madres se dan cuenta y valoran lo importante que es tener conversaciones con los hijos para conocer su mundo interior, sus necesidades, preocupaciones, intereses y anhelos. Tener buenas conversaciones ayuda a conectarse, a mejorar las relaciones dentro de la familia, estimula la confianza entre padres e hijos y nos facilita como padres nuestra labor formadora.	El encuentro está enfocado en que padres y madres e hijos/as puedan conversar respecto de los cambios que están viviendo o vivirán durante la pubertad. Se genera un espacio de conversación entre padres/madres e hijos/as y se explican los cambios físicos por los que van a atravesar los hijos durante esta etapa de manera natural.	

6° BÁSICO					
Talleres				Encuentros padre hijo	
El cerebro adolescente	Educación del optimismo	Sexualidad y afectividad en la pubertad	Prevención y abordaje del acoso escolar	Acción social en familia	Cortocircuito (vinculación familiar)
Gran parte del taller está inspirado en el libro "El cerebro adolescente" de Siegel, por eso el contenido que se entrega en la parte de psicoeducación se explica de manera amigable para que los padres empaticen con las conductas adolescentes, ya que las características del cerebro adolescente y los cambios en sus estructuras cerebrales, son las que afectan la conducta, sus decisiones, pensamientos y emociones. El propósito que se llevan los padres y madres, es ayudar a sus hijos e hijas a integrar el cerebro a través de acciones concretas. Se explica por qué los adolescentes están dispuestos a tomar riesgos, se explica la poda neuronal, la mielinización y qué podemos hacer como padres y madres.	En este taller, se invita a los padres y madres a empatizar con sus hijos e hijas cuando las cosas no resultan como uno se las propone, invitándolos a reflexionar, cómo se pueden cambiar los pensamientos pesimistas, por pensamientos más positivos, identificando los elementos que pueden contribuir al desarrollo del optimismo. Se explica lo que es el optimismo inteligente, cuáles son los beneficios del optimismo y se discuten ideas de cómo podemos enseñarle a nuestros hijos e hijas a ser agradecidos y valorar lo que tienen.	Este taller está diseñado para ayudar a que los padres y madres puedan enfrentar, comentar, conversar y responder a las inquietudes que tienen sus hijos e hijas sobre sexualidad y que aprendan a involucrarse en el tema de la sexualidad, hablando el tema con sinceridad, naturalidad y no solo una única vez, sino que sea un tema recurrente en esta etapa, para que los hijos e hijas puedan acercarse con confianza a sus padres, para que sean su primera fuente de información y quiénes los formen.	Este taller invita a reflexionar acerca del rol de la familia en los casos de acoso escolar, además de reconocer y practicar acciones concretas que caben en el rol de padres y madres para la prevención y detención del acoso y la violencia escolar. Este taller se podría aplicar también de tercero básico en adelante.	Este encuentro está diseñado para favorecer la conexión entre padres y madres e hijos(as), fortalecer la alianza familia y escuela, y que en conjunto se promueva la colaboración, buscando el bien de la comunidad. Se espera que en esta instancia, padres/madres e hijos(as) desarrollen el sentido de pertenencia y se involucre la familia en la escuela, promoviendo una sana convivencia, conociendo más y compartiendo con otras familias. Antes que comience el encuentro se realiza una breve conversación padre/madre- hijo/a donde comparten objetivos y qué puede aportar cada uno en esta actividad.	Este juego pretende que en las familias se conozcan más para fortalecer los vínculos. Antes de dar las instrucciones del juego, se ve un video que con humor presenta la siguiente reflexión: por qué es importante conocer detalles y características de las personas y de nuestra familia. Después del juego, se invita a los participantes a una actividad "un minuto de sinceridad" a compartir mensajes y peticiones especiales entre padres y madres e hijos/as.

7° BÁSICO				
Talleres			Encuentros padre hijo	
La búsqueda de la identidad en la adolescencia	Cómo me sobrepongo a la adversidad (resiliencia)	Hablemos de pornografía	Prevención de conductas de riesgo	Convivamos mejor con la tecnología
<p>Este taller explica a los padres y madres que la adolescencia como una etapa fundamental y necesaria de la vida para la formación de la identidad y la personalidad adulta. Una de las actividades centrales, es la lectura de situaciones cotidianas que se viven con los hijos adolescentes, para empatizar con lo que viven y para analizar las conductas adolescentes que dan cuenta a de la búsqueda de identidad y qué podemos hacer como padres al respecto para apoyarlos en este proceso.</p>	<p>En este taller se explica el concepto de resiliencia, qué elementos promueven la resiliencia, la importancia del error como oportunidad y cómo los vínculos sirven para desarrollar la resiliencia. Para finalizar los papás hacen una actividad de reflexión personal, donde se llevan un compromiso para ayudar y preparar a los hijos de una manera concreta a que sean personas resilientes.</p>	<p>En este taller se explica qué es la pornografía y tomando conciencia que se encuentra en muchísimas partes al alcance de los niños, niñas y adolescentes. Se ve un breve comercial e invita a iniciar una conversación de cómo y cuándo hablar de pornografía con los hijos. Se explican los riesgos y peligros de consumo de pornografía y se trabajan casos de manera grupal para practicar qué hacer, qué decir y cómo hablar de pornografía con los hijos.</p>	<p>Se comienza explicando qué son las conductas de riesgo y se invita a hablar en este encuentro sobre algunas de estas conductas, sobre todo en los riesgos que hay en el uso de redes sociales. Después de un juego de rompehielo, se comenta un video (un comercial sobre los retos que se hacen virales) y se comenta en conjunto sobre los desafíos que se imponen y que a veces la vida es la que está en juego. A continuación juegan entre 2 o 3 familias al ¿Qué harías? ¿Qué dirías?: que es una adaptación del juego UNO, se juega de la misma manera, excepto que cada carta viene con una frase, situación o instrucción que tiene que contestar el jugador que va a tirar la carta. En el juego se desarrollan temas como de la identidad propia, las relaciones sanas, el uso de las redes sociales y resiliencia. En el cierre se da un espacio para una breve conversación familiar de establecer acuerdos.</p>	<p>En este encuentro se invita tanto a los estudiantes como a los padres y madres cómo se pueden prevenir situaciones de riesgo en el uso de RRSS. Con una pauta, cada familia tiene su propia conversación para trazar líneas y poder generar acuerdos con normas claras, valores que respaldan esas normas y compromisos por parte de los papás y las consecuencias en caso que no se cumplan las reglas en el uso de tics, siempre pensando en consecuencias formadoras. Cada familia registra en una tabla sus reglas en torno al uso del celular, el por qué de esa regla, cómo asegurar que se cumpla y qué consecuencia sensata tiene el caso que no se cumpla lo acordado para su uso. Cada integrante de la familia, firma este documento, simbolizando el compromiso al acuerdo.</p>

8° BÁSICO				
Talleres			Encuentros padre hijo	
¿Cómo perderle el miedo a la adolescencia de mi hijo?	Felicidad y trascendencia	Sexualidad y afectividad en la adolescencia	Hablemos de sexualidad	¡Quiero saber de ti!
<p>Este taller aporta a los papás una visión positiva de la adolescencia como una etapa que nos prepara para la adultez. Es probable que la mayoría de los papás sienta miedos o tenga aprehensiones al tener que enfrentarse a esta etapa de cambios y de las nuevas influencias, porque por años se ha asociado la adolescencia a conductas problemáticas, a la exposición a riesgos, consumo de sustancias, etc. y no a todos los aspectos positivos que tiene la etapa.</p>	<p>En este taller se invita a tomar conciencia sobre las dimensiones que abarca la felicidad. Se explican qué elementos o factores determinan la felicidad, además de las acciones que conducen a ella como las relaciones, propósitos, la gratitud, el autocuidado, entre otras. Además se muestra cómo las hormonas inciden en el estado de ánimo (cortisol/oxitocina/dopamina).</p>	<p>La idea es concientizarlos en cómo sus hijos e hijas perciben y están viviendo su sexualidad, reflexionando sobre la importancia de hablar de sexualidad con los hijos e hijas y cómo apoyarlos en sus inquietudes en torno a la sexualidad. Se comparten experiencias en relación a las conversaciones que han tenido con sus hijos en torno a la sexualidad y cómo creen que la están viviendo. Se sugieren temas de interés que tienen los hijos a esta edad y se entregan tipos para enfrentar preguntas de sexualidad de los hijos.</p>	<p>En este encuentro se reflexiona acerca de la sexualidad y su relación con la afectividad. La idea es generar el espacio para que padres e hijos puedan conversar sobre las inquietudes de sexualidad que tienen en esta etapa. En grupos se trabajan casos diferentes; analizando, respondiendo y comentando las preguntas para cada uno de ellos. Después se da el espacio para la conversación padre /madre e hijo/a.</p>	<p>Se introduce el encuentro con un breve video que destaca la relevancia de mantener buenas conversaciones entre padres e hijos, ya que ayudan a la confianza y facilitan la labor formadora de los padres. Después con un juego de cartas, se genera el espacio de conversación y encuentro padre hijo. Las cartas incluyen preguntas que abren la conversación a aprender cosas que no sabían los hijos de los papás y viceversa, ayuda a que se conozcan mejor, intercambiar pensamientos y opiniones. Para finalizar el encuentro se propone un anexo con preguntas para reflexionar de manera conjunta para evaluar y poder mejorar la comunicación dentro de la familia o relación padre - hijo.</p>

I° MEDIO			
Talleres			Encuentros padre hijo
Libertad y toma de decisiones en la adolescencia	Salud mental en la adolescencia	Pololeo y relaciones románticas	Quiero querer (afectividad y sexualidad)
<p>Este taller muestra a los padres y madres la necesidad de los hijos e hijas de crecer en libertad y cómo los ayudamos para que establezcan una sana relación entre libertad y responsabilidad, además ayuda a los padres y madres a identificar elementos que pueden limitar la libertad de sus hijos e hijas y maneras de apoyarlos a formar su propio criterio para crecer en libertad.</p>	<p>El taller explica la importancia de mantenernos cerca y cómo favorecer conversaciones, para reconocer los elementos que promueven la salud mental e identificar las señales de alerta en el comportamiento que pueden afectar la salud mental adolescente.</p>	<p>El taller comienza definiendo qué es el pololeo, para después comenzar la reflexión por qué es importante hablar de pololeo con los hijos e hijas. Se explica sobre qué temas se sugiere hablar con los hijos e hijas, las características de un pololeo sano, las señales de alerta de un pololeo tóxico y las relaciones sexuales en la etapa escolar.</p>	<p>En este encuentro se genera un espacio de confianza entre padres e hijos para poder hablar sobre el pololeo, para qué sirve, cuáles son sus etapas, las características de un pololeo sano y las características de un pololeo tóxico. Además, se genera un espacio de conversación para que puedan hablar abiertamente padres y madres e hijos/as de manera cercana y honesta sobre sus relaciones o relaciones futuras y lo que esperan de ellas.</p>

II° MEDIO			
Talleres			Encuentros padre hijo
Normas y límites en la adolescencia	¿Cómo hablar de sexualidad con mi hijo adolescente?	Cómo fortalecer mi relación con mi hijo adolescente	Hablemos de alcohol y drogas
<p>En este taller se diferencian los conceptos de autoridad y autoritarismo, se dan a conocer los distintos estilos parentales: autoritario, democrático, negligente y permisivo (y sus efectos), y se comenta por qué ejercer la parentalidad de manera democrática y asertiva es la mejor opción. Además, se desarrollan estrategias concretas para poder ejercer la autoridad de manera efectiva en esta etapa de adolescencia y se invita a reflexionar sobre cómo desarrollar un estilo de parentalidad más asertivo.</p>	<p>En este taller se explica el concepto de sexualidad integrada y cómo debe comprenderse este concepto y la importancia de que sean los padres y madres la primera fuente de información y los que hablen de sexualidad con sus hijos e hijas. Se reflexiona en torno a cuáles son las preocupaciones que tienen como padres y madres en relación al tema de sexualidad y qué se puede hacer para prevenir situaciones o comportamientos inadecuados en relación a cómo los adolescentes viven su sexualidad.</p> <p>En la parte psicoeducativa del taller, se presenta por qué se sugiere postergar el inicio de las relaciones sexuales en la etapa escolar y los temas que sí o sí hay que hablar con los hijos en esta etapa; sobre relaciones sanas, consentimiento, compartir intimidad en rrs, etc.</p>	<p>En este taller recordando las características de la etapa de la adolescencia y se habla sobre la importancia de tener una buena comunicación en esta etapa. Se dan algunas sugerencias sobre qué acciones fortalecen y cuáles obstaculizan la relación con los hijos en esta etapa.</p>	<p>En este encuentro se comienzan analizando cifras de consumo de alcohol y drogas en jóvenes en Chile. Luego, ven un video sobre cómo prevenir el consumo desde la idea de establecer vínculos profundos y dotando la vida de sentido. Luego, cada familia juega un juego tipo "jenga" donde al sacar un bloque de la torre sale un número con una pregunta sobre alcohol y drogas para conversar entre padres/madres e hijos.</p>

III° MEDIO				
Talleres			Encuentros padre hijo	
Personalidad adolescente	Amistad en la adolescencia	Estereotipos de género	¿Tomémonos un café? Comunicación y escucha activa	
<p>En este taller se plantean las características de la adolescencia y de la etapa; destacado la importancia del desarrollo de la autonomía y la independencia, la imagen corporal, las relaciones sociales y la identidad. Por otra parte, se reflexiona sobre cuáles creen que podrían ser los principales riesgos que pueden interferir y de qué manera ellos como padres y madres pueden aportar en el sano desarrollo de la personalidad de sus hijos e hijas.</p>	<p>Este taller invita a mirar la amistad comprendiendo el sentido y el valor que tiene durante la etapa de la adolescencia, ya que una buena amistad puede ser un factor de protección para los hijos e hijas, por lo que es muy importante también enseñarles a ser buenos amigos, ejemplificando cuáles son los valores de una buena amistad y por qué los amigos son importantes en la adolescencia (y a lo largo de la vida). Se reflexiona en torno a qué buscan los adolescentes en un grupo de amigos; concluyendo que se busca la propia identidad, la comprensión y aceptación dentro de un grupo de semejantes y su independencia. También se da un espacio para desarrollar el tema de las influencias de las rrss en las amistades de hoy y qué hay que tener en cuenta como padre o madre en relación a las amistades de los hijo e hijas.</p>	<p>En este taller se explica el concepto de estereotipos de género, aclarando lo que significa sexo biológico, género y estereotipo de género, explicando además desde cuándo existen y por qué existen, cómo nos afectan y cuáles son sus efectos. También se abordan consejos hay que tener en cuenta para educar sin estereotipos.</p>	<p>El encuentro comienza con un juego, desafío, a modo de rompehielo y para introducir el tema de la comunicación y lo que significa escuchar activamente. Se invita a ver un video para comentar después voluntariamente sobre las actitudes o muestras de lenguaje no verbal que nos impiden expresarnos y cuáles podrían ser barreras para escuchar activamente. El relator complementa explicando las posibles barreras o lo que hay que evitar hacer para una buena escucha activa, para pasar a hacer un ejercicio práctico entre padres/madres e hijos/as guiado con una pauta. Para cerrar se hace una reflexión final y un compromiso para proponerse escuchar activamente entre los miembros de la familia.</p>	

IV° MEDIO				
Talleres			Encuentros padre hijo	
Autoconocimiento para el proyecto de vida	Manejo del estrés y ansiedad	Sexualidad y género	Hablemos de tu proyecto de vida	Conversemos de afectividad y sexualidad
<p>Parte el taller con una actividad en duplas para conversar si alguna vez han tenido un sueño en sus vidas que han logrado hacer realidad y qué han hecho para lograrlo. Con esta actividad se da inicio a la parte de psicoeducación: qué es el proyecto de vida, qué significa tener un proyecto de vida y cómo se puede descubrir el proyecto de vida y nuestro rol como padres y madres para ayudar a los hijos a descubrir la originalidad de cada uno. A través de un video, se invita a pensar a los participantes, qué se puede hacer para que los hijos e hijas descubran su pasión y si realmente los dejamos buscar o elegimos por ellos. Con ejemplos como el de Agassi, se habla de lo importante que en el proyecto de vida se despliegue nuestro ser o el caso de Daniela García, para mostrar que también existen circunstancias que nos pueden hacer cambiar nuestro proyecto de vida.</p>	<p>Con una pregunta para tomar conciencia sobre este tema "cómo me siento y cómo reacciono cuando me he visto enfrentado a situaciones de estrés" se introduce el tema y se definen y diferencian los conceptos de estrés y ansiedad, mirándolos como aspectos complementarios, con componentes ambientales, fisiológicos, psicológicos y conductuales; y cómo se manifiestan en los adolescentes, reflexionando sobre los estresores propios en esta última etapa escolar, revisando algunas estrategias de afrontamiento. En duplas se comparten si han visto señales de estrés en sus hijos e hijas y cómo reaccionan, y con un video, comentan y concluyen que el estrés impide ver la realidad tal como es y que el estrés también distorsiona la realidad, sobre reaccionando en algunas circunstancias que no lo ameritan. Para finalizar, los participantes reflexionan sobre qué estrategias pueden usar para ayudar a sus hijos e hijas a prevenir el estrés y la ansiedad.</p>	<p>En este taller se aborda el significado de los que es el feminismo, la ideología de género y los conceptos de sexo, género, identidad de género, orientación sexual, expresión de género y LGBTBIQ+ y se invita a reflexionar sobre la difícil y triste realidad a la que se ven enfrentadas las minorías sexuales y qué se puede hacer como familia frente a los riesgos a los que se exponen. Además se busca mostrar la realidad actual en la que viven hoy los jóvenes y las influencias sociales sobre lo que hoy "pueden ser" y "hacer" con su sexualidad.</p>	<p>En este encuentro se da un espacio de trabajo para padres y madres e hijos/as sobre cómo cultivar una vida con sentido, comprender que somos autores de nuestras vidas y cómo podemos ir tomando decisiones y armando un proyecto de vida que nos haga felices.</p>	<p>Este encuentro sobre sexualidad comienza invitando a analizar cómo el contexto y la sociedad influye en cómo se percibe y entiende hoy la sexualidad. Además se explican y abordan temáticas relacionadas a lo que es el consentimiento y la importancia que tiene en una persona el poder vivir una sexualidad sana para ser feliz y desarrollar un proyecto de vida. En la última parte de este encuentro se genera un espacio de conversación padre/madre e hijo/a acerca de diferentes inquietudes por parte de los jóvenes y de cómo vivir una sexualidad que integre lo afectivo.</p>

