

programa de BUENOS TRATOS

BLOQUE 1 · LA AUTOESTIMA

- Unidad 1** • Eres único/a e irrepetible
- Unidad 2** • Mereces que te quieran
- Unidad 3** • Eres tu mejor amigo/a
- Unidad 4** • El mundo de las emociones
- Unidad 5** • Cuando me siento mal
- Unidad 6** • Yo también puedo hacerlo
- Unidad 7** • Me cuido
- Unidad 8** • Los alimentos me cuidan por dentro y por fuera

BLOQUE 2 · SENSIBILIZACIÓN PARA LA COEDUCACIÓN

- Unidad 9** • Niños y niñas: aprendiendo ser personas
- Unidad 10** • Más allá de la igualdad: la diversidad
- Unidad 11** • ¡Atreviéndonos a elegir libremente!
- Unidad 12** • ¡Todas y todos queremos aprender!
- Unidad 13** • Vamos a contar verdades...
- Unidad 14** • Mis tareas en el hogar
- Unidad 15** • A vueltas por el mundo
- Unidad 16** • Mis juegos
- Unidad 17** • Me gusta jugar en compañía
- Unidad 18** • Un lenguaje para convivir
- Unidad 19** • Somos compañeros y compañeras
- Unidad 20** • Todo está en los cuentos
- Unidad 21** • Los valores de la comunicación
- Unidad 22** • Los títeres tienen la palabra

BLOQUE 3 · RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS

- Unidad 23** • Nos escuchamos
- Unidad 24** • Cómo nos expresamos
- Unidad 25** • Expreso mis sentimientos
- Unidad 26** • Cómo hacer amistades
- Unidad 27** • Las caras del conflicto
- Unidad 28** • Vamos a arreglarlo... ¡sin violencia!
- Unidad 29** • Ser uno mismo/a
- Unidad 30** • Mis derechos

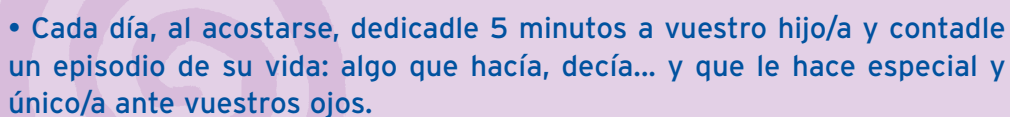


Eres único/a e irreplicable

Querida familia:

En el colegio estamos trabajando el tema de la autoestima tomando como referencia la idea de que todos/as somos iguales y, a la vez, somos diferentes. Es decir, no existen en el mundo dos personas iguales -excepto en sus derechos- y por tanto no existe en el mundo nadie exactamente igual a su hija o hijo, y es por eso que es especial y nosotros le queremos tanto.

Sabemos que la autoestima se va desarrollando dependiendo de las experiencias que vive cada persona, especialmente en la infancia. La familia juega un papel insustituible en esta tarea y por esto solicitamos vuestra colaboración para que vuestras hijas/os vayan construyendo una autoestima sana que les ayude a desarrollarse como personas más capaces y más felices en todas las áreas de su vida. Ello se hace día a día y con actividades muy sencillas, como por ejemplo, la que os sugerimos a continuación:

- 
- Cada día, al acostarse, dedicadle 5 minutos a vuestro hijo/a y contadle un episodio de su vida: algo que hacía, decía... y que le hace especial y único/a ante vuestros ojos.

Muchas gracias por vuestra colaboración.

Mereces que te quieran

Querida familia:

Pensamos que el tipo de lenguaje que utilizamos al referirnos a nuestros hijos e hijas ejerce un efecto importante sobre su autoestima y seguridad personal. Por esto os proponemos un ejercicio de auto-observación para que descubráis qué tipo de mensajes les enviáis a vuestras hijas e hijos, a la vez que os damos una serie de pautas acerca de los errores más comunes que se suelen cometer y la manera de subsanarlos.

Para cuidar vuestro lenguaje

NO

ETIQUETAS

- > Todos los niños sois unos egoístas...
- > La juventud de hoy en día...
- > Eres la típica niña que...
- > ¿Así es como sois las chicas de hoy en día?

PSICÓLOGO/A AFICIONADA

- > Tú sólo eres un perezoso.
- > Lo que a ti te pasa es que no piensas.
- > Necesitas que se ande detrás de ti.
- > Lo que quieres es llamar la atención.

COMPARACIONES

- > Tu hermana siempre era más...
- > Javier nunca le trataría así a papá.
- > Ésta lo coge a la primera, pero éste...
- > Tú eres como tu padre...

EXAGERA-GENERALIZACIONES

- > Tú siempre / Tú nunca.
- > ¿Es que no puedes hacer nada bien?
- > Vas a acabar con mis nervios.
- > No te preocupas por nada.

MANIPULAR-CULPABILIZAR

- > Me vas a matar.
- > Has conseguido que me duela...
- > ¡Tu madre ya tenía bastante sin ti!
- > Mira lo que has provocado.
- > Mira estas canas..., te las debo a ti.

SI

EXPRESAR SENTIMIENTOS POSITIVOS

- > Te quiero mucho.
- > Cómo he disfrutado contigo.
- > Me gusta hablar contigo.
- > Me siento orgullosa de ti cuando...

RECONOCER - REFORZAR

- > Tienes una habilidad especial para...
- > Qué chistosa eres.
- > Cantas con mucho gusto.
- > Qué guapo eres.
- > La verdad es que te has esforzado mucho.
 - > Has mejorado en la letra.

CRÍTICAS ADECUADAS

- > Me molesta que me pidas las cosas a gritos.
 - > Ayer te pasaste con mamá al no hacer el recado.
 - > Recoge tu ropa sucia... me enfado.

EMPATÍA

- > Ya sé que quieres comprarte eso, pero...
- > Entiendo que te duela.
- > Comprendo que te de rabia...

Muchas gracias por vuestra colaboración.

Eres tu mejor amigo/a

Querida familia:

En el colegio estamos trabajando el tema de la autoestima tomando como referencia la idea de que del mismo modo que los elogios, demostraciones de afecto de las demás personas hacia nosotros mismos/as, nos hacen sentir bien, podemos aprender a querernos a nosotras mismas y a hablarnos con cariño. **Queremos que vuestro hijo o hija desarrolle el hábito de tratarse bien, con amor.** Para ello, a la noche, antes de acostarse les incitaremos a decirse una frase amorosa del tipo: "hoy ha sido un buen día porque he estado con...; he jugado con...; he aprendido...; y a la mañana siguiente, nada más levantarse la repetirán en pasado".

Se reúne la familia y cada uno de sus miembros piensa en los términos que utilizan para alentarse o desanimar a los demás. Se anotarán en 2 hojas debajo de los rótulos:

Sentirse bien



Sentirse mal



Muchas gracias por vuestra colaboración.



El mundo de las emociones

Querida familia:

Todos/as somos conscientes de que vivimos en una época de cambios rápidos en todos los sentidos y por tanto, también en lo que hace referencia a la educación de nuestros hijos e hijas. Estamos en una sociedad en la que la felicidad y bienestar de los hijos/as se ha convertido en una prioridad para que puedan desarrollarse de forma sana y armoniosa.

Ciertamente, en términos generales, se ha producido una mejora en la calidad de vida y un retroceso en el índice de natalidad, con lo que podría pensarse que es más fácil atender a nuestros/as hijo e hijas y atenderles mejor. Sin embargo, se ha observado que, en muchos casos, esa mejor atención se limita a los aspectos materiales y no a los afectivos y morales. Con esto queremos hacer una llamada de atención acerca de la importancia de fomentar un clima familiar en el que se atiendan también y sobre todo las necesidades afectivas de nuestros hijos e hijas. Para ello bastaría con introducir unos pocos cambios en nuestra dinámica familiar. Por ejemplo:

- 1 • Cada día, dedicaremos unos minutos a hablar de cómo nos sentimos o hemos sentido durante el día y las razones de ello
- 2 • Cuando alguien expresa un sentimiento se le escucha y no se le ridiculiza
- 3 • Cada día expresaremos, verbal o no verbalmente, un sentimiento positivo hacia los miembros de la familia
- 4 • Para expresar nuestras emociones negativas utilizo “mensajes YO”, por ejemplo: “me he enfadado cuando...”; “no me ha gustado nada lo que me has dicho antes...”.

Con este tipo de comportamientos contribuimos a crear un estilo de relación y comunicación basado en la aceptación y el respeto hacia los sentimientos y emociones de las personas. Esta es una actitud fundamental para que nuestros hijos e hijas desarrollen un sentimiento interno de autovalía y autoconfianza.

Muchas gracias por vuestra colaboración.



Cuando me siento mal

Querida familia:

Los niños/as necesitan conocer sus límites para saber a que atenerse y lo que pueden esperar. Esto les ayuda a sentirse más seguros/as, más orientados/as y más a gusto consigo mismos/as. Con este fin os hacemos la siguiente sugerencia: **se trataría de que fijarais unas reglas o normas (pocas pero muy claras) de conducta, con sus correspondientes consecuencias positivas y negativas caso de cumplirlas o no, para vuestro hijo/a** (según su edad algunas reglas se pueden "pactar" con él o ella).

Es muy importante que las reglas sean **realistas** y **cumplibles** y que vosotros seáis coherentes y consecuentes en su aplicación. Ello implicará que en más de una ocasión tengáis que decir "NO", o aplicar las consecuencias establecidas. Pero ¡OJO!, no se trata de que nos vayamos de un extremo a otro, es decir, ni de tener una actitud tan permisiva que dejamos que hagan lo que quieran en función de nuestro estado de ánimo, ni de ser tan rígidos que viváis en un ambiente de tal exigencia y tensión que tenga consecuencias negativas para vuestro hijo/a. Conviene que les pongáis límites de conducta a vuestros hijos o hijas, pero no olvidéis que con una sonrisa y buen humor se arreglan muchos problemas.

Ejemplo de normas:

Regla 1: *"Durante la semana no comprar/comer chucherías".*

CONSECUENCIAS: si se cumple, el fin de semana podrá comprar "x" chucherías; si no la cumple, no le dejaréis comerlas.

Regla 2. *"Los días de colegio se acostará entre las 21:00 y las 21:30 horas y sin tener que enfadarse con él/ella. Le avisareis un máximo de 3 veces con voz firme y serena".*

CONSECUENCIAS: si lo hace, el viernes podrá ver la TV. hasta las 23:00 horas (una hora que le parezca reforzante) o podrá quedarse en la calle jugando hasta las 21:30 horas -según prefiera él o ella-. Si no la cumple, el viernes no verá la TV. y se irá pronto a la cama.

Muchas gracias por vuestra colaboración.

Yo también puedo hacerlo

Querida familia:

Estos últimos días hemos trabajado la unidad correspondiente a la autonomía personal. En el aula hemos elaborado esquemas y gráficos relativos a los hábitos personales, trazado rutas desde la casa hasta la escuela y hemos reflexionado sobre lo importantes que son las demás personas en nuestra vida para el fomento de la propia autonomía.

La vida diaria con la responsabilidad del aseo, la alimentación y los movimientos, así como la responsabilidad en algunas tareas domésticas fomentan la autonomía de vuestra hija o hijo.

A continuación se presentan algunos hábitos cotidianos, nos gustaría que en la segunda columna señalarais aquellos que permitís que vuestra hija o hijo ejecute autónomamente, y si alguna requiere comentarios, añadirlos en la última columna.

NOMBRE:

	SI / NO	Comentarios
Cuida su propio aseo personal		
Come correctamente y sin ayuda ajena		
Va sola o solo a la escuela		
Organiza su tiempo de ocio y de tareas		
Colabora en las tareas domésticas		Cuáles:
Compra sin compañía algunas cosas (pan, leche...)		
Distribuye su propia paga		
Cuando tiene dificultades pide ayuda a familiares y compañeras o compañeros		
Tiene llaves de casa		
Entra y sale de casa con autonomía		
Otros:		

Esto nos permitirá trabajar conjuntamente desde el aula y desde la familia a favor de la autonomía personal, y reforzar aquellos aspectos que hayan quedado menos afianzados.

Muchas gracias por vuestra colaboración.



Me cuido



7

Querida familia:

Estamos trabajando con vuestros hijos e hijas la adquisición de **hábitos de vida saludables con relación a la higiene, el descanso, la alimentación, la seguridad...** Es un trabajo éste en el que tenemos que ir de la mano aunando mensajes y reforzándonos unos a otros.

Les hemos pedido que con vuestra ayuda elaboren una especie de historia o cartilla sanitaria en la que se recoja el desarrollo de su salud desde su nacimiento. Es sobre todo un pretexto para que dialoguéis con vuestro hijo o hija sobre estos temas y ahondéis en la necesidad de adquirir hábitos y comportamientos que ayuden a llevar una vida sana y satisfactoria. Podéis manejar su propia cartilla de la seguridad social y vuestros propios recuerdos para elaborar esta autobiografía sanitaria.

Mi salud

Mi peso y talla cuando nací y ahora

Qué vacunas me han puesto

He estado enferma/o muchas veces

Qué enfermedades he tenido

.....

Cómo me he sentido cuando he estado enferma/o

.....

Qué tratamiento he seguido

Quién me ha cuidado

Cómo lo suficiente para mi edad

Con qué frecuencia me ducho,me lavo la cabeza y me lavo los dientes

He tenido algún accidente en casa

A qué se debió

Podía haberlo evitado

Tengo limpio y ordenado mi cuarto

Llevo la ropa limpia

Cuántas horas duermo

Práctico algún deporte

Muchas gracias por vuestra colaboración.



Los alimentos me cuidan por dentro y por fuera

Estimada familia:

Estos días se ha trabajado el tema de los alimentos, la dieta equilibrada y la influencia de la publicidad sobre nuestros hábitos de consumo alimentario. Al hilo de estos temas, sería recomendable que vuestra hija /hijo participe con vosotros en la compra de alimentos y que al seleccionar los productos analicéis las etiquetas de cada uno de ellos.

Para finalizar la tarea, os pediríamos que colaborarais con él o ella en la cumplimentación de los elementos imprescindibles en cualquier etiqueta:

<p>Nombre del producto:</p> <p>Ingredientes:</p> <p>Cantidad neta:</p> <p>Fecha de consumo preferente:</p> <p>Lote de fabricación:</p>

Os agradecemos la atención y el tiempo destinado a esta tarea escolar, porque cuando las hijas e hijos observan que la familia valora positivamente las tareas escolares, ellas y ellos también se identifican más y muestran mayor entusiasmo por todo aquello relacionado con la escuela.

Muchas gracias por vuestra colaboración.



Niños y niñas: aprendiendo a ser personas



Querida familia:

El fin último de la educación en la escuela de todo lo que hacemos es ayudar a que vuestros hijos e hijas se desarrollen como personas. Exactamente el mismo que tenéis en la familia. Conseguir que se conviertan en personas felices, que sepan convivir en sociedad y que se responsabilicen de sí mismas.

En clase dedicamos actividades a que se conozcan mejor y vayan definiendo su identidad personal y dentro de este trabajo le hemos encargado que elabore en casa con vuestra ayuda una especie de autobiografía de cuatro o cinco páginas, o en forma de mural grande, en la cual tienen que incluir una serie de fotos desde su nacimiento hasta este momento, un dibujo de él o ella misma para comprobar cómo se ve, otra página en la que pegue fotos o dibujos que represente lo que le gusta, otra en la que recoja algunas opiniones vuestras escritas por vosotros y vosotras sobre cómo es, sus cualidades, vuestros sentimientos hacia él o ella, las cosas que hace bien y una última en la que escriba, de acuerdo con la familia, en qué podría mejorar o qué cosas nuevas le gustaría hacer y aprender. Con todo ello da forma a un álbum que llamará *Mi autobiografía* y que tendrá que llevar a clase para enseñarla a sus compañeras y compañeros.

Muchas gracias por vuestra colaboración.

Mi autobiografía

Mis fotos

Yo (dibujo)

Lo que me gusta

Lo que dice mi familia
de mí

En qué puedo mejorar



Más allá de la igualdad: la diversidad

Querida familia:

Es necesario que la familia participe y colabore con el centro escolar y con las instituciones para formar una comunidad escolar. La familia debe implicarse aportando información sobre los aspectos de su cultura, su lengua, costumbres; debe explicar lo que espera respecto al sistema educativo, al futuro de sus hijos o hijas, a la transmisión de valores,... consiguiendo:

- Información sobre el sistema educativo.
- Ayuda para superar las dificultades de comunicación, por ser distintas las lenguas vehiculares.
- Transmisión de costumbres, tradiciones,... entre las culturas.
- Confianza entre familias de distinta procedencia sociocultural.
- Presencia de representantes de minorías étnicas en consejos escolares, en actividades escolares,...
- Evitar mensajes contradictorios entre diferentes realidades culturales.

Muchas gracias por vuestra colaboración.



¡Atreviéndonos a elegir libremente!

Querida familia:

Vuestra participación en la vida escolar, por medio de las actividades que se proponen, es fundamental en el desarrollo personal y laboral de vuestros hijos e hijas.

El objetivo de estas relaciones es poder trabajar aspectos que se han ido desarrollando con vuestros hijos e hijas para manifestar comportamientos y actitudes similares en la futura toma de decisiones personal y laboral. Es importante que seáis conscientes de los modelos que estáis transmitiendo sirviéndoos para ello del siguiente cuestionario si lo estimáis oportuno:

Cuestionario:

- La imagen que transmitís de la ama de casa.
- La intervención ante los conflictos tratándose de la hija o del hijo.
- Los castigos que utilizáis con la niña o el niño.
- Las expectativas que tenéis creadas para vuestro hijo o hija.
- La salida universitaria o profesional que estáis fomentando porque sea chico o chica.

Muchas gracias por vuestra colaboración.



¡Todas y todos queremos aprender!

Querida familia:

Vosotros y vosotras, junto con la comunidad escolar, debéis responsabilizaros del proceso educativo de vuestros hijos e hijas. La implicación de todos los estamentos potencia el interés y motivación del alumnado, imprescindible en el rendimiento escolar y en el bienestar y felicidad de los escolares.

Nos parece importante que tanto el padre como la madre se comprometan por igual en este proceso. Para ello os pasamos un cuestionario que os hará reflexionar sobre el grado de participación de uno y otro.

Cuestionario:

- ¿Quién le pregunta habitualmente sobre las actividades escolares, el transcurso de la jornada, ...?
- ¿Quién le presta atención cuando necesita ayuda para resolver cuestiones escolares?
- ¿Quién le refuerza positivamente su esfuerzo?
- ¿Quién lee habitualmente con él o ella?
- ¿Quién acude a las reuniones que convoca el profesorado?
- ¿Quién pide cita para entrevistarse con el profesor o profesora?

Muchas gracias por vuestra colaboración.



Vamos a contar verdades...

Querida familia:

Desde los primeros meses de vida, las criaturas están adquiriendo una serie de valores sociales y morales que guiarán su porvenir. La educación familiar debe ofrecer un ambiente adecuado para que crezcan, jueguen y desarrollen los valores deseados. Se debe facilitar y nutrir de una sólida base para que pueda relacionarse paulatinamente con su entorno y el resto del mundo.

Esta estabilidad puede ir proporcionándola el sustrato generacional facilitando relaciones que surgen del contacto con distintas generaciones: padres, madres; tíos, tías; abuelos, abuelas; primos, primas. Cuidando siempre que los valores que se transmitan a las niñas y niños no sean los asociados al sexo que representan, ni que desempeñen unos determinados roles por el hecho de ser hombres o mujeres.

Por lo tanto, se debe fomentar la relación entre padres, madres, niños y niñas, comunidad y sociedad porque la educación debe estar relacionada con la vida misma, ya que en cualquier momento del día se puede aprender algo a través de los distintos miembros de la comunidad, potenciando, a su vez, las cualidades positivas que se desarrollan en ambos modelos, masculino y femenino para lograr en vuestros hijos e hijas un desarrollo personal equilibrado.

Por consiguiente, sería imprescindible que colaborarais con la escuela y las diferentes instituciones para que se facilitara el aprendizaje de todos y todas para todos y todas. Por ejemplo participando en el desarrollo de algún tema en concreto, asistiendo a celebraciones colectivas,... fomentando, a su vez, la presencia de personas que pertenecen a diferentes generaciones y a diferentes culturas.

Muchas gracias por vuestra colaboración.



Mis tareas en el hogar

Querida familia:

Estos días hemos trabajado en el aula de vuestra hija o hijo el tema relativo al reparto responsable de tareas domésticas. Cada familia es un mundo y no hay dos familias iguales. Por ello nos gustaría que vosotros y vosotras también comentéis con vuestra hija o hijo la importancia de este tema, cómo repartís los trabajos del hogar, por qué se hace así, lo importantes que son y qué pasaría si no se hicieran.

A continuación se presenta una relación de algunas tareas domésticas que podéis usar para comenzar la conversación, pero no tenéis por qué limitaros a éstas exclusivamente, podéis añadir o quitar las que convengan y adaptarla a vuestra configuración familiar.

ALGUNAS TAREAS DOMÉSTICAS:

1. Preparación de alimentos.
2. Limpieza de la casa.
3. Cuidado de las personas enfermas o mayores.
4. Educación de los hijos e hijas.
5. Lavado y planchado de ropa.
6. Compra de alimentos.
7. Reparaciones pequeñas (bombillas, fontanería...).
8. Ayudar con los deberes.
9. ...

Si deseáis saber más sobre lo trabajado en el aula podríais pedir a vuestro hijo o hija que os comente las actividades que se han desarrollado y de este modo se refuerza su aprendizaje. En este mismo orden, esta actividad puede constituir el inicio de una conversación sobre este particular y es posible que tras este intercambio de ideas lleguéis a conclusiones sobre posibles formas de un reparto responsable de las tareas domésticas.

Muchas gracias por vuestra colaboración.



A vueltas por el mundo

Querida familia:

Es necesario que colaboréis con vuestro hijo o hija siendo tolerantes, mostrando interés por su proceso educativo, aceptando la diversidad de sus amigos y amigas, siendo respetuosos con sus deseos e intereses, mediante el respeto a su entidad como persona y al reconocimiento de sus capacidades.

Debéis crear un clima que os permita una relación entre todos los miembros de la familia para comprender las diferentes situaciones y realidades que les tocará vivir.

De igual manera, deberéis ser tolerantes con vuestra pareja y con los miembros de vuestra comunidad de vecinos. Sentiros miembros activos de la sociedad, tener confianza y reconocer a las familias de distinta procedencia sociocultural, evitando mensajes contradictorios y siendo coherentes en vuestros planteamientos.

Por otro lado, debéis acercaros a la escuela para compartir el proceso educativo de vuestros hijos e hijas y sentiros parte integrante de la comunidad escolar.

Muchas gracias por vuestra colaboración.



Mis juegos

Querida familia:

En esta ficha se incluye una relación de juguetes que habitualmente suelen recibir vuestras hijas e hijos con motivo de sus cumpleaños, Reyes, etc. En muchas ocasiones el mismo juguete priva a las personas de oportunidades de juego. Os proponemos revisar junto a vuestra hija e hijo el baúl de los juguetes y ver si faltan algunos que les beneficiarían en su desarrollo:

	¿Está en el baúl?	¿Cuántos de este tipo?	¿Queremos que lo tenga?	¿Por qué?
Bloques de construcciones				
Puzzles				
Instrumentos de música				
Muñecas				
Carritos o sillas de muñecas				
Juguetes que tienen forma de arma				
Juguetes que sirven para practicar un deporte				
Juguetes (solitarios) informáticos				
Coches, camiones, y otros vehículos				
Bicicleta, patinete, patines				
Juegos de ordenador				
Otros				

Una vez concluida la tarea, podríais idear un modo de equilibrar las alternativas de juego de que dispone vuestra hija o hijo comentando con ella o él sus preferencias y las ventajas y desventajas de cada tipo de juego.

Muchas gracias por vuestra colaboración.



Me gusta jugar en compañía

Querida familia:

En el grupo de su hija o hijo hemos trabajado el tema de las diferencias entre las personas, el valor de esta diversidad y el trabajo en equipo. Las personas somos diferentes unas de otras y lo que para algunas es muy fácil de hacer para otras es muy difícil. Todas las personas tenemos nuestros puntos fuertes y nuestras dificultades. Por ello es importante saber pedir ayuda para poder recurrir a otras personas cuando no sabemos algo o no podemos hacer alguna cosa a solas. Al mismo tiempo, cada persona también tiene sus puntos fuertes que suelen ser muy valiosos para ayudar o facilitar la vida de las personas que la rodean.

En esta ocasión nos gustaría que comentárais en la familia los puntos fuertes de cada uno de los miembros de la familia, manifestándolas de un modo que pueda ser comprensible para vuestra hija o hijo.

Muchas gracias por vuestra colaboración.



Un lenguaje para convivir

Querida familia:

Durante estos días en la escuela hemos reflexionado sobre el uso que hacemos del lenguaje y hemos practicado usos que nos ayuden a convivir mejor.

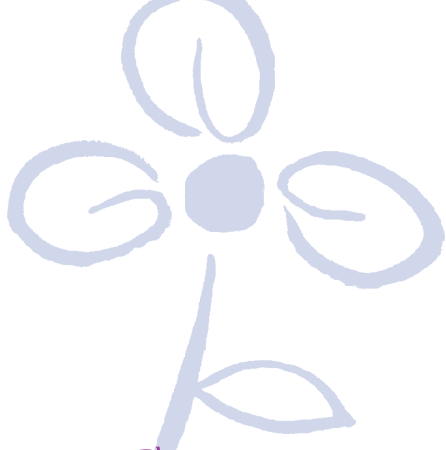
A menudo, el lenguaje es vehículo de descalificación o agresión, y esto se observa, especialmente, en algunas palabras despectivas y discriminatorias de carácter sexista que indican falta de respeto y valoración hacia la mujer. El uso del insulto es, muchas veces, norma en las relaciones entre niños, adquiriendo, a su vez, en la relación con las niñas, un tinte sexista.

Es muy probable que tengáis más de un hijo o hija (del mismo sexo o de ambos) y que hayáis constatado esto de lo que hablamos. Sólo queremos recordaros lo que seguro ya hacéis pero quizás podáis reforzar aún más:

- Prestar atención al tipo de lenguaje que utilizan en su interacción (niños/niños, niñas/niñas, niños/niñas).
- Fomentar siempre el uso de un lenguaje respetuoso y positivo.
- Criticar delante de él cualquier palabra, frase o chiste despreciativo para con la mujer.
- No permitir el insulto y la agresión verbal como forma de relación.
- Valorar de la misma manera las intervenciones de ellas y ellos.

La familia es un buen campo de operaciones para poner en práctica todo esto y reforzar, desde casa, el trabajo que hemos iniciado en la escuela.

Muchas gracias por vuestra colaboración.



Somos compañeros y compañeras

Querida familia:

Durante estos días en la escuela hemos reflexionado sobre el uso de la violencia entre compañeros y compañeras.

Los mensajes que reciben de los medios de comunicación y de la sociedad en general parece que les invitan a la competitividad y a la agresión como forma de conseguir sus metas: se impone la ley del más fuerte. No es extraño, pues, que en la escuela y suponiendo que también en la familia, se sucedan las peleas, las amenazas y, a veces, los abusos.

Ante esto, debemos enviar, tanto desde la escuela como desde la familia, otro tipo de mensajes, que neutralicen la influencia de los primeros y les hagan caminar en otra dirección. En este sentido, nos parece importante:

- Fomentar siempre el diálogo como forma de solucionar los conflictos dentro de la familia.
- Establecer con vuestros hijos e hijas unas normas de convivencia dentro de la familia y responsabilizarles de su cumplimiento.
- No permitir ninguna actitud abusiva hacia otra persona (hermana, hermano pequeño...).
- Proponerles juegos y actividades de tipo cooperativo que no fomenten la competitividad.
- Fomentar valores como la solidaridad y la tolerancia.
- Prestar atención a cualquier signo de que vuestro hijo o hija no vaya contento/a a la escuela o no se sienta a gusto en el grupo escolar.

Muchas gracias por vuestra colaboración.



Unidad

INDICE

20

Todo está en los cuentos

Querida familia:

Estamos trabajando el cuento con vuestros hijos e hijas, reflexionando sobre de qué manera la mayoría de los cuentos tradicionales y muchos de los actuales reflejan claramente los diferentes papeles de hombres y mujeres manteniendo una visión tradicional de los sexos. Os sugerimos que les preguntéis sobre el trabajo que están haciendo en clase y que entréis a debatir el tema con ellos y ellas para que sientan que es importante.

Fijaos también en este aspecto cuando contéis un cuento a vuestros hijos e hijas o cuando se lo leáis. Analizad un poco su contenido y ayudadles a caer en la cuenta de si el protagonista es masculino o femenino, qué cualidades tiene, cómo son el resto de los personajes masculinos y femeninos del cuento, cómo se representa a la familia, qué reparto de papeles y tareas se da dentro de ella...; seguro que esto da mucho juego para el diálogo entre todos los miembros de vuestra familia. Es importante analizar de manera especial las ilustraciones, que en los cuentos dirigidos a estas edades son prioritarias y que a menudo transmiten mucho más contenido y de manera más sutil que el texto o, incluso, en contradicción con él.

Asimismo tened en cuenta estas pautas cuando les compréis libros o vídeos. Actualmente hay colecciones que están hechas desde un planteamiento coeducador y proponen un modelo más integrador y respetuoso con todas las personas. Al fin y al cabo lo que perseguimos es una educación que permita a cada persona desarrollar al máximo sus capacidades libremente sin estar condicionada por pertenecer a un determinado sexo.

Muchas gracias por vuestra colaboración.



Unidad

21

INDICE

Los valores de la comunicación

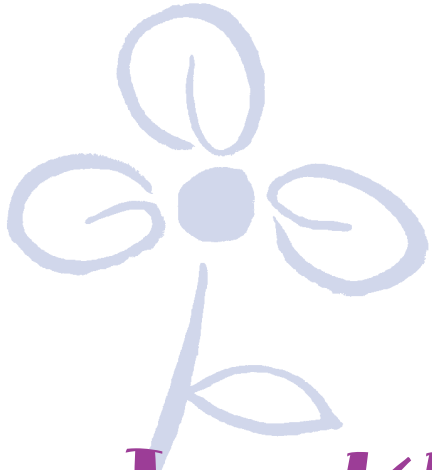
Querida familia:

Estamos estos días trabajando con vuestros hijos e hijas los medios de comunicación: el uso que hacen de la televisión, el tipo de programas que ven, la influencia de la publicidad en sus gustos y decisiones y, sobre todo, la imagen de mujer y hombre que reciben a través de ellos. A menudo, en los medios, se fomentan valores que no son, precisamente, positivos para la educación de nuestros hijos e hijas, como la violencia, la competitividad, la intolerancia, el sexismo, etc.

Seguro que sois conscientes de ello y os preocupa. Por ello os proponemos que continuéis en casa el trabajo que hemos iniciado en el colegio. Por una parte, estableciendo unos criterios y negociando, en algunos casos, con ellos y ellas el uso de la tele: cuántas horas al día, en qué momentos, qué programas, etc., así como proponiendo otras actividades alternativas. Por otra parte fomentando en ellos y ellas, a su nivel, la reflexión y la capacidad crítica ante lo que ven, muy especialmente en lo relativa a la publicidad y a los programas infantiles, que, por ser los que están dirigidos expresamente a la población infantil, les atraen mucho más y tienen una mayor influencia en su educación.

Sentaos, a veces, con ellos y ellas, a ver la tele, y conoced qué tipos de mensajes están consumiendo; cuestionadles los valores negativos que veáis en ellos, la imagen que se proyecta de la mujer y contraponed siempre los que son positivos para su desarrollo personal, como la tolerancia, el respeto a los derechos de todas las personas, el diálogo, la corresponsabilidad, la solidaridad o la autonomía.

Muchas gracias por vuestra colaboración.



Unidad

INDICE

22

Los títeres tienen la palabra

Querida familia:

En la clase de vuestra hija o hijo hemos estado trabajando la expresión dramática en sus diversas formas.

Pedid a vuestro hijo o hija que os informe de lo que ha hecho en clase (una marioneta, una representación teatral y/o un cuento) y conversar 10 minutos sobre el tema, lo que han hecho, lo que han aprendido, etc...

Muchas gracias por vuestra colaboración.



Unidad

INDICE

23

Nos escuchamos

Querida familia:

Durante esta semana estamos trabajando el tema de la escucha. Escuchar es una de las habilidades más difícil, sólo un 3% de la población sabe escuchar perfectamente. Si a esto le añadimos el poco tiempo que tenemos para dedicarlo a otras personas, resulta que escuchar acaba siendo una actividad que necesita considerarse.

Por ello, os proponemos que a lo largo de la semana, busquéis momentos para jugar a los y las cuenta-cuentos, es decir que entre todos los de casa podáis jugar a crear historias. Jugad a lo que os dicte la imaginación de todos y todas. Suponed, por ejemplo, que sois mosqueteros/as o astronautas, etc. Entre todos construid la historia, de modo que todos participéis hablando y escuchando.

Esperando que disfrutéis de la actividad, os agradecemos por adelantado vuestra colaboración.

Muchas gracias por vuestra colaboración.



Cómo nos expresamos

Querida familia:

Estos días estamos trabajando la expresión de opiniones. En clase tratamos de preguntarles más su opinión, escuchar qué tienen que decir sobre cualquier tema, sí, también eso que llamamos temas de mayores. Pretendemos desarrollar en los niños y niñas su capacidad para analizar las situaciones y decidir críticamente, en definitiva, que sean personas más críticas, inquietas y libres.

Muchas veces las personas adultas tendemos a dar por hecho muchas cosas con relación a los niños/as, pensando que nuestra opinión, además de ser la más acertada es también la que tienen ellos/as. No queriendo quitar valor en absoluto a las decisiones y opiniones de vosotros/as los padres y madres, sí queremos invitaros a conocer los puntos de vista de vuestros hijos/as, sus opiniones, etc.

Podrías preguntarles su opinión incluso en temas en los que creáis conocerlo/a. Por ejemplo, podrías preguntarles su opinión sobre algún miembro de la familia, sobre las vacaciones de verano, sobre el tipo de enseñanza que reciben en el colegio, sobre algún tema de actualidad acontecido recientemente, etc. Conviene dejarles tiempo para responder e insistir si fuera necesario, pero de forma natural, sin que parezca un interrogatorio. Una vez conocidas las opiniones de vuestros/as hijos e hijas tratad de contrastarlas con las que vosotros/as creáis que tenían con respecto a dichos temas.

Para ver los resultados de forma más clara, podéis ayudaros de un registro como el siguiente:

Tema	Nuestro/a hija/o opina que:
Tema	Nosotros creíamos que él/ella opinaba:

Por último, comprobad si vuestras opiniones coinciden con las de vuestros/as hijos e hijas, o si por el contrario son distintas. En cualquier caso, no dejéis de pedirles su opinión y de valorarla tanto como se merece.

Muchas gracias por vuestra colaboración.



Unidad

INDICE

25

Expreso mis sentimientos

Querida familia:

Hoy os proponemos un juego sobre sentimientos positivos. Se trataría que durante esta semana toda la familia esté dispuesta a agradar a los y las demás, diciendo cosas que le gustan de los otros miembros, teniendo detalles con ellas y ellos, dedicándoles tiempo, ayudándoles, haciendo cosas juntos, etc.

El juego consiste no sólo en hacerlo, sino en cazar al otro u otra haciéndolo y decirse-lo. Probad una semana a ver qué pasa y si os funciona, jugad de vez en cuando.

La hoja que se os adjunta es para ayudaros a recoger los "regalos".

Días	Quién	Qué hizo/dijo	¿Lo reconocí?
Lunes			
Martes			
Miércoles			
Jueves			
Viernes			
Sábado			
Domingo			

Muchas gracias por vuestra colaboración.



Unidad

INDICE

26

Cómo hacer amistades

Querida familia:

Estos días estamos trabajando el valor de la amistad. Sabemos que dentro de las relaciones sociales, aquellos niños y niñas que tienen un buen apoyo social, que satisfacen su necesidad de afiliación y pertenencia a un grupo (o más de uno), se sienten más seguros y desarrollan más plenamente su competencia social. El grupo resulta a su vez un medio donde autoafirmarse y ganar estima personal.

Tratar de mejorar su capacidad de relacionarse con otras personas, de hacer amistades es a su vez una forma de prevenir problemas psicológicos en el futuro, puesto que aquellos niños y niñas que juegan e interactúan positivamente reciben más estimulación y aprecio de sus compañeras y compañeros, con lo que tienen un concepto bueno de sí mismos/as, mayor motivación hacia la escuela y la tarea escolar y un mejor desarrollo afectivo, cognitivo y social.

Hoy os proponemos una tarea muy sencilla, que habléis con vuestros hijos e hijas sobre este tema. Hablar sobre vuestros amigos y amigas y las/os suyos. Qué tiene de bueno tener amistades, qué cualidades son importantes en un buen amigo o amiga, cómo son nuestras amistades.

Muchas gracias por vuestra colaboración.



Las caras del conflicto

Querida familia:

Estos últimos días hemos trabajado sobre los conflictos y sus consecuencias. Concretamente, hemos visto que los conflictos producen diferentes resultados según los afrontemos. Cuando los resolvemos negociando nos sentimos bien y las relaciones con las demás personas no se estropean, ya que todos y todas conseguimos satisfacer parte de nuestros intereses. Sin embargo, en ocasiones actuamos como si el problema no existiese (es decir evitándolo) o lo afrontamos de forma violenta (castigando, gritando, amenazando,...); así nuestras relaciones se deterioran y aparecen nuevos conflictos y problemas.

Puesto que las actitudes de los padres y madres tienen una influencia decisiva en las que desarrollan sus hijos e hijas, os proponemos que deis continuidad a la labor iniciada en el aula analizando cuál es vuestra actitud ante los conflictos más habituales. Para ayudaros, podéis rellenar este cuadro:

CONFLICTO	NUESTRA ACTITUD ANTE ÉL		
	¿Lo evitamos? (Hacemos como si no existiera)	¿Respondemos con violencia? (Castigamos, amenazamos,...)	¿Negociamos? (Tratamos de llegar a un acuerdo)
Nuestro hijo o hija no es responsable con sus deberes			
No tiene sus cosas en orden			
Pasa muchas horas delante de la televisión			
Pide que se le compren cosas continuamente			
No colabora en las tareas del hogar			
Vuestros hijos e hijas se pegan o discuten mucho			

Muchas gracias por vuestra colaboración.



Vamos a arreglarlo... ¡sin violencia!

Querida familia:

Estos días hemos dedicado un tiempo en clase a aprender a resolver conflictos mediante la negociación. Concretamente, hemos visto que ante un mismo problema o desacuerdo siempre existen múltiples soluciones y que cuantas más conozcamos más fácil será encontrar una que sea adecuada. Junto con esta búsqueda de alternativas, la resolución de un conflicto requiere siempre que valoremos qué ganaríamos y qué perderíamos cada parte si lleváramos a la práctica cada una de ellas.

Os queremos invitar también a vosotros, padres y madres, a aplicar estos dos pasos a la hora de resolver los conflictos con vuestros hijos e hijas. Os proponemos queelijáis dos o tres conflictos que surjan habitualmente en la familia (horarios, desorden, disputas, irresponsabilidad con los estudios, etc.) y analicéis las posibles soluciones y sus consecuencias utilizando la tabla que os presentamos más abajo. Esta tarea podéis hacerla junto con vuestros hijos e hijas, de tal manera que se convierta en una guía para la negociación ("ACUERDO"), o bien completarla previamente entre vosotros ("DECISIÓN TOMADA") y usarla para explicarles después las razones de vuestro proceder.

CONFLICTO:	
POSIBLES SOLUCIONES	CONSECUENCIAS PARA AMBAS PARTES
ACUERDO O DECISIÓN TOMADA:	

Muchas gracias por vuestra colaboración.



Ser uno mismo/a

Unidad

29

INDICE

Querida familia:

Estos días estamos trabajando la asertividad, es decir la capacidad de defender nuestras ideas, deseos u opiniones ante otras personas, respetando siempre la postura distinta de la nuestra.

Ser asertivos o asertivas es una manera de aprender a ser tolerantes, de vivir de acuerdo con tus ideas y principios y sentirse satisfecho/a, sin tener que imponer éstos a las demás personas.

Os proponemos echar un vistazo a vuestro termómetro asertivo en relación con vuestro hijo o hija, para reflexionar hasta qué punto les permitimos a ellos/as desarrollar esas características asertivas en casa. Contestar sinceramente con un sí o un no, a las siguientes cuestiones.

Derechos	SI	NO
Atiendo sus opiniones:		
• Escuchando lo que dice.		
• Preguntándole antes de opinar.		
• Expresando desacuerdo, sin minusvalorar o despreciar su opinión.		
• Aceptando sus puntos de vista.		
Le expreso claramente lo que me gusta de él o ella:		
• Una vez al día como mínimo.		
• Sin comparaciones.		
• Sin mezclarlo con valoraciones negativas.		
• Agradezco cuando él o ella me dicen a mí.		
Las cosas que no me gustan:		
• Se las hago saber clara y concretamente.		
• Lo digo pero sermoneando y hablando demasiado.		
• Me enfado y descontrolo un poco.		
• No le doy importancia y se las paso.		
Cuando digo que NO:		
• Lo mantengo un tiempo, pero acabo cediendo.		
• Me dejo convencer por no discutir.		
• Digo demasiadas veces que no.		
Si me pide ayuda:		
• Se la doy.		
• Acabo haciendo o resolviendo su trabajo.		
• Suelo estar cansado/a para ofrecérsela.		

Muchas gracias por vuestra colaboración.



Mis derechos

30

Querida familia:

Estos días estamos trabajando en clase los derechos asertivos que cada uno de nosotros y nosotras tiene por el hecho de ser persona.

Hemos aprendido que cada persona es dueña y responsable de su conducta y que debemos defender nuestros derechos frente a las demás personas, haciendo que los/as demás nos respeten. También hemos visto que cada derecho propio tiene otro correspondiente en la persona de enfrente, por lo que haciéndonos respetar y respetando a los/as demás podemos conseguir que nuestras relaciones sean más satisfactorias.

En esta ocasión os invitamos a vosotros/as, padres y madres, a reflexionar sobre los derechos de vuestros hijos/as como personas y sobre si esos derechos están siendo respetados en casa.

Cuando hablamos de derechos asertivos nos estamos refiriendo entre otros al derecho: a equivocarse y asumir esa responsabilidad, a decir que No y recibir una negativa como respuesta, a ser tratados con dignidad y respeto a la vez que nosotros/as lo hacemos, a cambiar de opinión, a experimentar y expresar nuestros propios sentimientos, a realizar peticiones, a hacer menos de lo que humanamente somos capaces y asumir las consecuencias, etc.

Durante esta semana os proponemos llevar a cabo un registro en el que cada uno de vosotros/as defienda un derecho propio frente al resto de la familia. Por ejemplo, podría darse el caso de que el padre eligiera defender su "derecho a cambiar de opinión", que la madre eligiera su "derecho a disfrutar de su tiempo" o el/la hija su "derecho a pedir explicaciones". El objetivo de esta actividad no se acaba durante esta semana, sino que se trata de generalizar las conductas a la vida cotidiana interiorizando los derechos propios y ajenos.

MIS DERECHOS Y TUS DERECHOS:

	Como hijo/a tengo derecho a...	Como Madre tengo derecho a...	Como Padre tengo derecho a...
Lunes			
Martes			
Miércoles			
Jueves			
Viernes			
Sábado			
Domingo			

Muchas gracias por vuestra colaboración.