

Potenciando mis habilidades parentales

Guía práctica



CAPÍTULO II

COMPETENCIAS FORMATIVAS

Material elaborado por Wudman Arancibia y Romina Vera. Practicantes carrera de Psicología.
Clínica Psicológica U. Autónoma de Chile, Temuco.



Bienvenidas y bienvenidos

Les damos la bienvenida
al segundo capítulo de
esta guía práctica para el
fortalecimiento de sus
habilidades parentales
como cuidadoras y
cuidadores.



Objetivos

El capítulo N°2 de la guía profundiza en la segunda habilidad parental que reforzaremos a continuación: la *Competencia Formativa*.

Se describirán los cuatro componentes de esta competencia, junto con sugerencias prácticas y actividades que podrá realizar para fortalecer sus habilidades como cuidadora/or y el desarrollo socioemocional de la niña/o o adolescente.





CAPÍTULO II

COMPETENCIA FORMATIVA

Se definen como el conjunto de conocimientos, habilidades y prácticas cotidianas de parentalidad y crianza dirigidas a favorecer el desarrollo, aprendizaje y socialización de los niños, niñas y adolescentes.

COMPONENTES

COMPETENCIA FORMATIVA



Estimulación del Aprendizaje



Orientación y guía



Disciplina positiva



Socialización



ESTIMULACIÓN DEL APRENDIZAJE



Es la capacidad de la madre, padre, cuidador/a, o adulto/a responsable de enseñar. Permite estimular el aprendizaje y lograr que este sea más eficiente con el menor esfuerzo.



Pídale a personas que consideren que son referentes positivos y que se interesen por su hija/o, ya sean tíos, abuelos o primos encargados del cuidado infantil, que estimulen a la niña/o al aprendizaje continuo.



Mantenga una actitud positiva con respecto a la escuela y el aprendizaje.



ORIENTACIÓN Y GUÍA

Es aquella capacidad que tiene la madre, padre, cuidador/a, o adulto/a responsable para entregar herramientas adecuadas al niño, niña o adolescente, de tal manera que sea capaz de desenvolverse de forma eficaz en la vida.



Apóyelo en las distintas elecciones que haga feliz y que promueva el bienestar de su hija/o.



Bríndele su orientación en algún tema que desconozca y que quiera aprender su hija/o.



Muéstrele a su hija/o el abanico de posibilidades y alternativas que existen ante una determinada tarea y/o situación desfavorable que experimente.



DISCIPLINA POSITIVA

La disciplina positiva trata de que la madre, padre o cuidador responsable entienda aquellas conductas inadecuadas en la niña/o, y que a su vez, promueva actitudes positivas hacia ellos.



Destacar las buenas conductas y los logros de la niña, niño o adolescente.



Enseñar a los niños autocontrol y responsabilidad.



Usar el diálogo y no el castigo como método de formación en la niña/o. Tratar de llegar a acuerdos.



SOCIALIZACIÓN

Se refiere a la forma de actuar de la madre, padre, cuidador/a, o adulto/a responsable en diferentes situaciones de la vida.



Se recomienda hablar con el niño, niña o adolescente de una manera clara y moderada ante una determinada situación que esté ocurriendo.



Acostumbrarse a charlar con la niña/o sobre lo que pasa en el colegio, de su relación con amigos y compañeros, profesores y tutores.



Prestar mucha más atención a las conductas positivas de su hija/o.

Practique su competencia formativa



Ahora las/os invitamos a practicar en su cotidiano las siguientes actividades junto a sus hijas/os, nietas/os, sobrinas/os y los demás miembros de su hogar, con el fin de fortalecer sus habilidades como cuidadora/or y sus lazos dentro del hogar para un mejor desarrollo socioemocional de la niña/o o adolescente.



IDIOMA DE LA TIERRA

Objetivo: Fomentar habilidades cognitivas como atención y memoria mediante el traspaso de aprendizajes intergeneracionales para aumentar el sentido de pertenencia en el hogar.

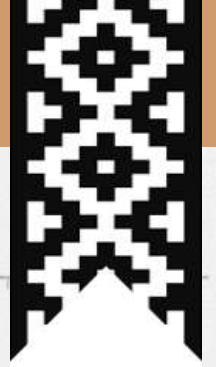
Material: Saber palabras en Mapudungun (y su significado en caso de mayor dificultad). El juego requiere mínimo dos personas.

Instrucciones: Cada persona deberá decir en voz alta una palabra en Mapudungun. Los jugadores deben estar muy atentos para recordar las palabras dichas por los jugadores anteriores para cuando sea su turno pueda repetir las palabras dichas por el jugador anterior y agregar una nueva palabra, a modo de que se forme una cadena de palabras.

Cuando una persona olvide una palabra o repita alguna, habrá perdido. Pueden repetir el juego.

Si quieren mayor dificultad la palabra puede ser acompañada con su significado en español, por ejemplo: (1). Antu = Sol (2). Antu = Sol, Co = Agua (3). Antu = Sol, Co = Agua, Quille = lágrimas ... y así sucesivamente con el jugador (4), (5) etc.

REFLEXIONES DE LA ACTIVIDAD



1. ¿Cómo se sintieron?

2. ¿Cómo cree que benefició esta actividad a su familia?

3. ¿Cuál es la importancia de compartir nuestros aprendizajes ancestrales?



DISCIPLINA SIN QUILLE

Objetivo: Favorecer la disciplina positiva con estrategias para utilizar en momentos difíciles.

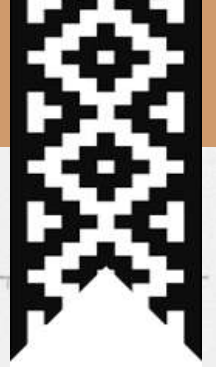
Instrucciones:

Negocie con su niña/o o adolescente: "Entiendo que... (quieres jugar/ no tienes ganas) pero ahora es momento de hacer tus tareas, luego de esto, tendrás tiempo para divertirte/descansar" o "Necesito que ahora_____ y luego podemos/puedes _____".

Expresa la conducta negativa de forma positiva: "No le pegues a tu hermano" suena diferente a "Eso no es un juego, a tu hermano le duele y hace daño, ¿Qué otra cosa puedes hacer?".

Valide sus emociones y necesidades: "Entiendo que no quieres hablar, estaré aquí para lo que necesites". Luego pueden retomar la conversación cuando ambos estén en condiciones de hacerlo.

REFLEXIONES DE LA ACTIVIDAD



1. ¿Cómo se sintió practicando estas nuevas y desafiantes formas de respuesta ante situaciones difíciles?

2. ¿Cómo cree que benefició esta actividad a su familia?

3. ¿Qué cosa diferente noté en mi y en mi niña/o o adolescente al responder de esta nueva manera?



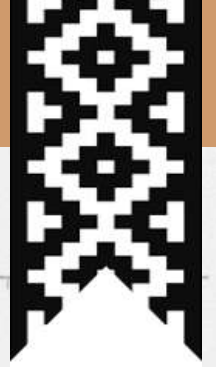
TRANSMITIENDO SABERES

Objetivo: Generar espacios de vinculación para traspasar enseñanzas, valores y habilidades relevantes que beneficiarán a la niña/o y adolescente.

Instrucciones: Regálese un momento para hacer parte a la niña/o y adolescente de las actividades y responsabilidades que realiza como adulta/o:

- Invite a la niña/o y adolescente a compartir con usted mientras realiza dicha actividad.
- Mientras realiza la actividad cuénteles los beneficios que ha obtenido mediante dicha labor.
- Puede conversar cómo aprendió esa labor.
- Traspase esa enseñanza: mientras realiza la actividad instruya, muestre cómo lo hace y luego invite al niño/a y adolescente a realizar la actividad con su ayuda.

REFLEXIONES DE LA ACTIVIDAD



1. ¿Cómo se sintió enseñando una nueva habilidad, actividad, destreza o conocimiento?

2. ¿Qué nota de diferente en su niña/o y adolescente luego de implicarlo en esta actividad cotidiana?

3. ¿Qué beneficios me traerá el compartir mis saberes?

4. ¿Qué beneficios le traerá a la niña/o y adolescente o familia compartir mis saberes?



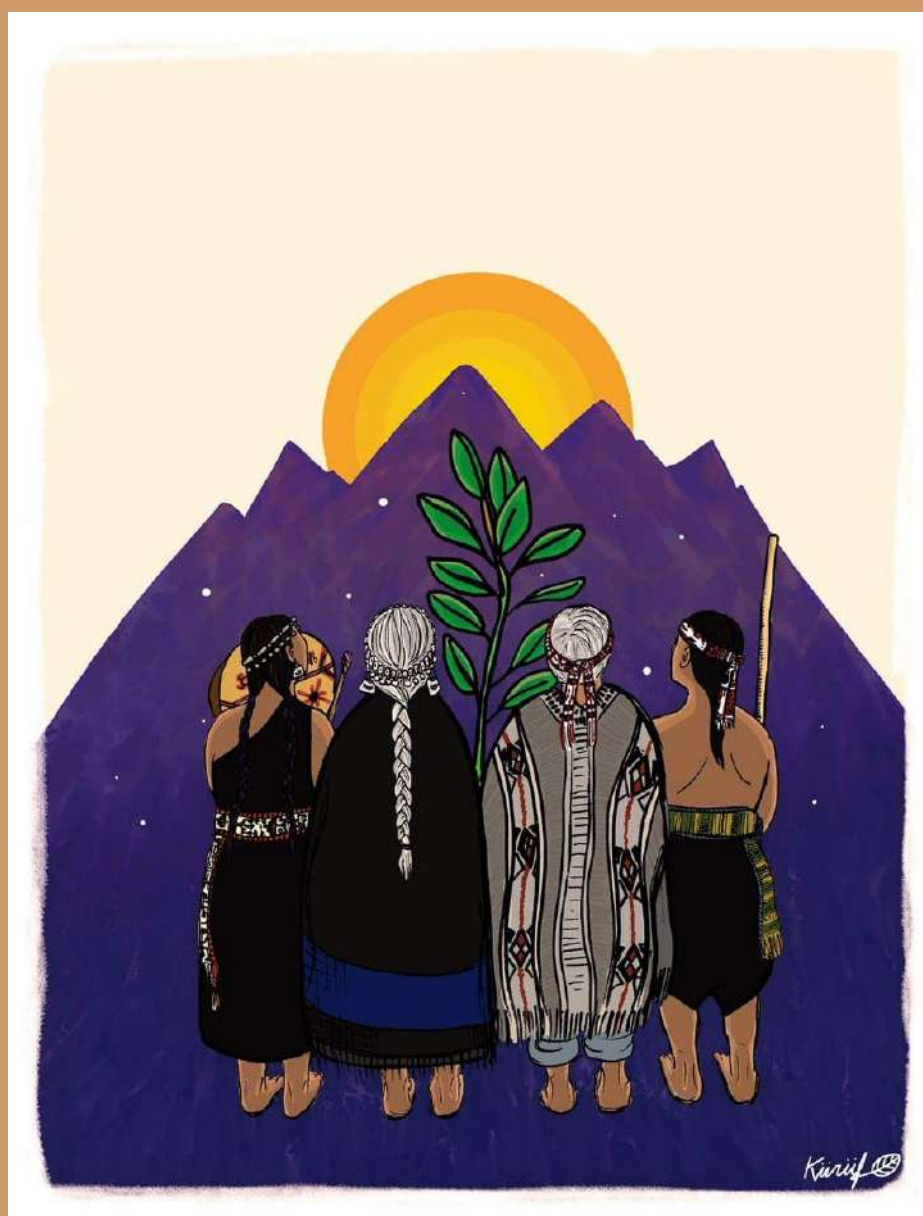
QUIERO CONOCERTE

QUIERO CONOCERTE
CONOZCO TU ALEGRÍA,
TU SUFRIMIENTO, TU RISA.
QUIERO NACER,
PARA ESTAR EN TUS BRAZOS
DESEO TUS MANOS CARIÑOSAS
EN MI ROSTRO.

QUIERO CONOCER
TU AMOR INFINITO
QUIERO MIRAR TU ROSTRO
QUIERO APRENDER TUS PALABRAS.

VICTOR CARILAF.





EN SU LABOR DE CUIDAR, SEA LA MADRE O PADRE QUE LE HUBIESE GUSTADO TENER
Con cariño Wudman Arancibia y Romina Vera.