

ACOMPañANDO EL CRECIMIENTO AFECTIVO-SEXUAL

CRECER EN MI FORMA DE *querer*

8 AÑOS

Aprovecha nuestros
recursos digitales



JOSÉ VÍCTOR ORÓN SEMPER
MIRIAM CENOZ LARREA

Índice

Saludo	7
Introducción.....	9
Nota para el profesor	13

Los regalos se dan y se reciben	21
--	-----------

Objetivo: Conocer la dinámica del amor: amar y ser amados, entregarse y recibir a los demás.

Duración: Una sesión

¿De dónde vengo? ¿Quiénes son mis raíces familiares?	24
---	-----------

Objetivo: Conocer a nuestros antepasados y favorecer el agradecimiento hacia lo recibido sin haber hecho nada para ello.

Duración: Dos sesiones y algo de trabajo en casa entre la primera y la segunda sesión

¿Por qué mis papás no son <i>superman</i>?	28
---	-----------

Objetivo: Fortalecer la relación con los padres desde la debilidad o el error como punto de encuentro, no de juicio.

Duración: Una sesión

¿Por qué mis padres quieren que yo aprenda ciertas cosas?	31
--	-----------

Objetivo: Valorar la relación con los padres e integrarla con la identidad personal.

Duración: Una sesión

¿Se puede querer a quien te dice lo que tienes que hacer? 35

Objetivo: Revisar cómo se vive la autoridad y las relaciones con quien dicta normas o indica lo que hay que hacer.

Duración: Una sesión

¿Cómo llegar a acuerdos en casa? 41

Objetivo: Diferenciar estilos de relación, valorando las diferencias entre los pactos y las alianzas y cuidar las relaciones en casa.

Duración: Una sesión

¿Es bueno ser chico o chica? 44

Objetivo: Profundizar en la masculinidad y la feminidad como dos dinámicas presentes en las personas, ambas necesarias para crecer.

Duración: Una sesión

¿Me gusta cómo soy? 46

Objetivo: Potenciar la autoestima como una dinámica de relación y de encuentro, no de mero gusto por la propia imagen.

Duración: Una sesión

¿Doy esperando algo a cambio? 49

Objetivo: Reflexionar sobre las emociones y expectativas que surgen al dar y recibir para mejorar nuestras relaciones.

Duración: Una sesión

¿Es lo mismo jugar en el parque que jugar a través de una tablet? 54

Objetivo: Aprender a usar las tecnologías de un modo que nos ayude a relacionarnos como personas.

Duración: Una sesión

¿Es importante la ropa que llevamos? 57

Objetivo: Conocerme a partir del aspecto físico y la ropa.

Duración: Una sesión

¿Por qué mi cuerpo está cambiando? 60

Objetivo: Descubrir los distintos ritmos que tenemos de crecimiento, aceptando los cambios o lo que no entendemos, sin compararnos entre nosotros, con paciencia y esperanza.

Duración: Dos sesiones

¿Cuándo se está listo para tener amigos? 64

Objetivo: Profundizar en la amistad para descubrir nuestras dinámicas interiores en este tipo de relaciones que tendremos toda la vida.

Duración: Una sesión

¿Conozco bien a los amigos? 66

Objetivo: Desarrollar la empatía y la escucha y cuidar unas relaciones sanas en el trato con las demás personas.

Duración: Una sesión

¿Hace falta cuidar nuestro alrededor? 69

Objetivo: Fomentar una cultura de encuentro, cuidado y cooperación, no de individualismo, control y comparación, hacia las personas y hacia el entorno que nos rodea con agradecimiento hacia los que nos han precedido y cooperación hacia los que vendrán después.

Duración: Una sesión

¿Se puede querer al estudiar y hacer tareas? 72

Objetivo: Fomentar el esfuerzo, el cuidado y el compromiso como un acto de amor en las tareas que nos toca llevar a cabo.

Duración: Dos sesiones

¿Es bueno o malo estar solo? 76

Objetivo: Vivir la soledad como una experiencia que ayude a crecer personalmente.

Duración: Una sesión

¿Cómo puedo ayudar a quien está enfadado? 78

Objetivo: Favorecer relaciones de ayuda mutua con los demás incluso en las situaciones desagradables o complicadas, aprovechando todas las situaciones de la vida como una oportunidad de encuentro y crecimiento.

Duración: Una sesión

¿Qué pasa cuando las cosas no son como yo pienso? 81

Objetivo: Aprender a vivir las crisis abiertos a acoger al otro como es, relacionándonos más allá de nuestras diferencias, e incluso viviendo las diferencias como una oportunidad de conocernos y encontrarnos.

Duración: Una sesión

¿Qué hace falta para vivir? 83

Objetivo: Preguntarnos si hace falta dar las gracias en la vida y si se puede pedir perdón de formas distintas.

Duración: Dos sesiones

¿Qué pasa cuando algo sale bien pero yo no me quedo bien? 87

Objetivo: Conocer nuestras expectativas y estilos a partir de las frustraciones y aprender a vivirlas para convivir y vivir mejor.

Duración: Una sesión

¿Se puede decir la verdad sin hacer daño? 90

Objetivo: Favorecer la sinceridad en las relaciones y la expresión de la interioridad para el encuentro.

Duración: Una sesión

Un alto en el camino 93

Objetivo: Volver sobre lo vivido para hacerlo más propio y tomar decisiones que ayuden a seguir creciendo.

Duración: Una sesión

Un alto en el camino 95

Objetivo: Volver sobre lo vivido para hacerlo más propio y tomar decisiones que ayuden a seguir creciendo.

Duración: Una sesión

Un alto en el camino 97

Objetivo: Volver sobre lo vivido para hacerlo más propio y tomar decisiones que ayuden a seguir creciendo.

Duración: Una sesión

Preguntas finales 99

¿De dónde vengo? ¿Quiénes son mis raíces familiares?

Objetivo: Conocer a nuestros antepasados y favorecer el agradecimiento hacia lo recibido sin haber hecho nada para ello.

Duración: Dos sesiones y algo de trabajo en casa entre la primera y la segunda sesión

Materiales: Hojas en blanco y material para decorar las cartas

1. Tatarabuelos

Hoy vamos a hacer algunas cosas en clase y vamos a pedir otras para completar en casa. El próximo día, podremos compartir todo el trabajo. ¿Estamos preparados?

Empezamos dialogando:

- **¿Sabes qué quiere decir tatarabuelo?**
- **Y ¿cuántos tatarabuelos tenemos?**
- Quien quiera, comparte algo de si les conoció, si casi les conoció...

2. Mi familia

¡Conocer a un tatarabuelo es algo realmente difícil! Solo unos pocos privilegiados tienen la suerte de hacerlo.

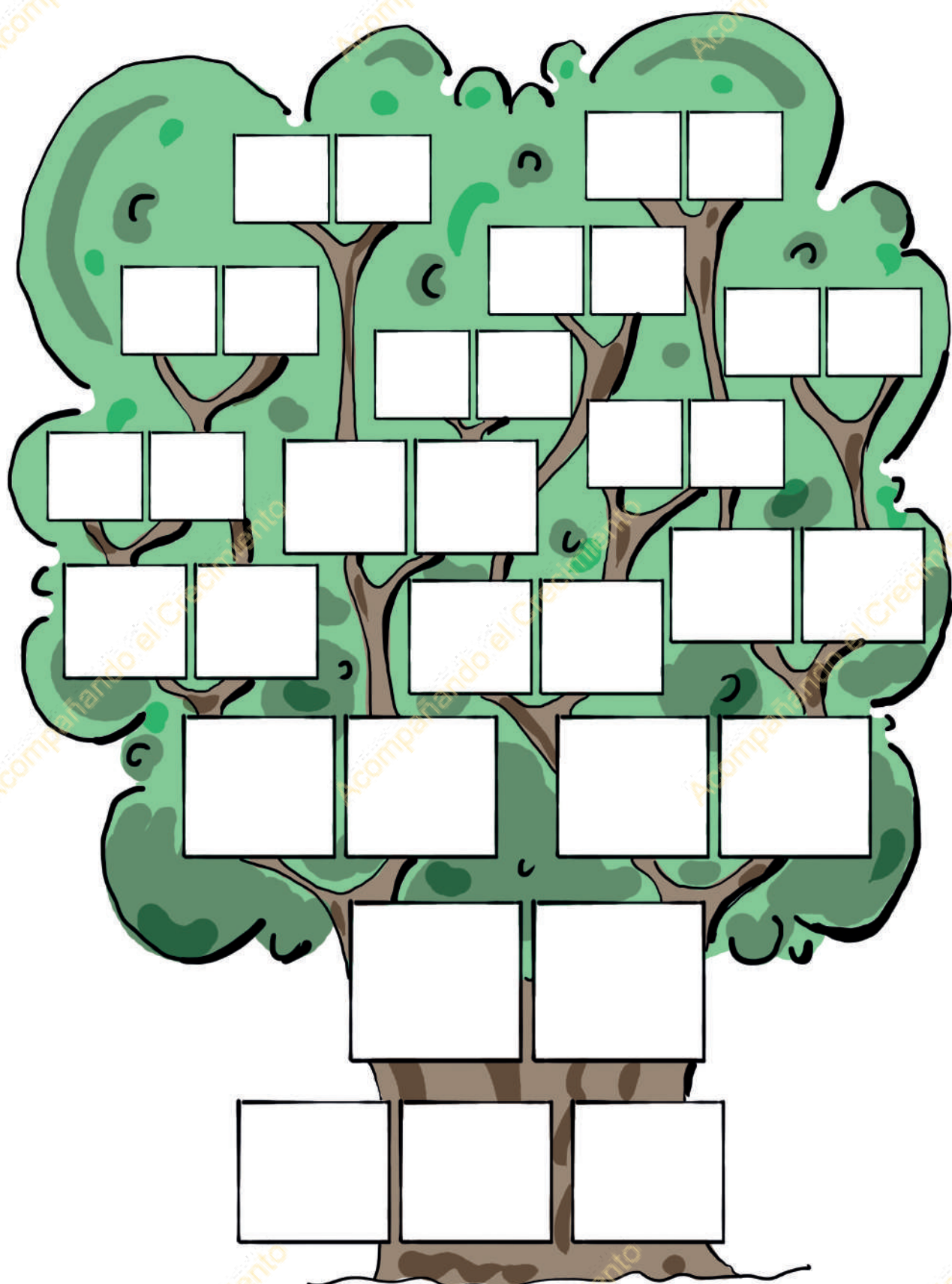
Como es posible que muchos no les hayamos conocido, vamos a completar cada uno el árbol genealógico de nuestra familia: los papás, los hermanos si los tenemos, los abuelos, los bisabuelos y los tatarabuelos. Aunque tengamos más familia (tíos, primos...) hoy no los vamos a rellenar en nuestro árbol.

Como es probable que ahora no lo podamos completar solos, lo haremos esta tarde con ayuda de tu familia.

De cada uno escribiremos su nombre y uno o dos apellidos.

Además, de cada uno pon un recuerdo bonito que te cuenten en casa y escribe dónde vivió, en qué año nació y dónde y cuándo murió.

Es fácil que alguna casilla se quede sin rellenar. La vida da muchas vueltas.



3. Seguimos en clase

Antes de hablar con tu familia para rellenar el árbol, contesta por escrito o compartiendo en pareja:

¿Cómo te imaginas a tus papás de pequeños?

.....

¿Cómo te imaginas a tus abuelos cuando tenían la edad de tus padres?

.....

¿Qué te imaginas de tus bisabuelos y tatarabuelos? ¿De qué trabajaban? ¿Cómo vivían?

.....

Esta tarde compartimos en familia lo que nos imaginamos sobre nuestros papás, nuestros abuelos, nuestros bisabuelos y tatarabuelos. ¡Qué sorpresa se llevarán los papás al escucharnos!



También rellenamos juntos el árbol genealógico con toda la información y al día siguiente lo traemos a clase para seguir haciendo la actividad.

4. El próximo día...

Ya hemos rellenado el árbol con nuestra familia al completo. Vamos a empezar compartiendo cómo fue la experiencia. Tras rellenar el árbol y contar en casa lo que te imaginabas, **¿qué has aprendido de nuevo de tu familia?** Compartimos todos los que queramos.

Te propongo lo siguiente. Escribe una carta a tus bisabuelos y tatarabuelos y entrégala a la persona mayor de tu familia. Se la leerás al dársela.

En la carta cuéntales todas las cosas que tú vives gracias a ellos.

¡Adelante!

Ya saben los papás que hemos trabajado sobre nuestros orígenes familiares gracias al árbol genealógico. Hoy además hemos escrito una carta a nuestros bisabuelos y tatarabuelos, de los que ya sabemos algo gracias a lo que nos han contado.



Papá y mamá tendrán que ayudar al hijo o hija a que entregue su carta a la persona mayor de la familia, y también podrán charlar con los hijos sobre todas las cosas que, tanto los papás como los hijos, vivimos, tenemos y somos gracias a los que nos han precedido.

Investiga en clase si algún compañero de clase tiene algún familiar con los mismos nombres o apellidos que los tuyos.

