

# **MATERIAL A ENTREGAR**

## **TALLER**

**“Los retos de la educación y la convivencia familiar en el siglo XXI”**

**DIÁLOGO- DIÁLOGO**

**25 de abril de 2009**

D. Juan Manuel Herrera Hernández  
Profesor de la Facultad de Ciencias Políticas y  
Sociales. Departamento de Trabajo Social y  
Servicios Sociales. Universidad de La laguna y  
de la UNED.

Trabajador Social y psicoterapeuta.

Correo electrónico: [jmherera@ull.es](mailto:jmherera@ull.es)

Página web: <http://juanherrera.net>

Teléfono: 922 317323 /670743846

# GUIÓN DEL DÍA

- ❑ Presentación
- ❑ Dinámica 1: los retos educativos y de convivencia
- ❑ Temas que más nos preocupan
- ❑ Dinámica 2: El escenario actual de los menores
- ❑ ¿La vacuna de la prevención?: estilos educativos y las habilidades
- ❑ Consejos prácticos para fracasar en la educación
- ❑ Conclusión: Las puertas del túnel a atravesar por la familia

# PRIMERA DINÁMICA

**¿Cuáles son sus retos educativos y de convivencia en la familia?**

# Temas más comunes

- La comunicación: habilidades
- Las drogas: ¿Cómo detectarlo?
- La autoestima
- La educación afectivo sexual
- La hiperactividad
- Las normas y castigos
- Las pérdidas
- El acoso escolar
- La motivación
- La pareja y la educación de los hijos
- La prevención del maltrato psicológico
- La resolución de problemas
- Estrés, ansiedad y depresión
- Hijos tiranos
- La vida sexual en pareja
- Progenitores como modelos

SEGUNDA DINÁMICA: ¿Características del escenario actual donde se educan los menores?



La familia

La escuela

Los medios de comunicación

El zapping mental

El zapping emocional

## Zapping mental

FAMILIA Y ESCUELA	MMCC
<ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> Cultura humanista</li><li><input type="checkbox"/> Hegemonía verbal</li><li><input type="checkbox"/> Abstracción</li><li><input type="checkbox"/> Análisis</li><li><input type="checkbox"/> Lógica</li><li><input type="checkbox"/> Sistematización / estructura</li><li><input type="checkbox"/> Linealidad</li><li><input type="checkbox"/> Voluntad personalizadora sin capacidad de seducción</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> Hegemonía audiovisual</li><li><input type="checkbox"/> Concreción</li><li><input type="checkbox"/> Inmediatez</li><li><input type="checkbox"/> Sensaciones</li><li><input type="checkbox"/> Dispersión / caos aleatorio</li><li><input type="checkbox"/> Ubicuidad</li><li><input type="checkbox"/> Fascinación sin reflexión crítica</li><li><input type="checkbox"/> La seducción</li><li><input type="checkbox"/> Impaciencia</li></ul>



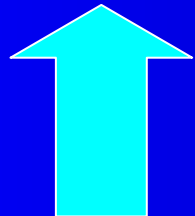
## Zapping emocional

### EMOCION CHOQUE

- Sensación fuerte y solitaria
- Búsqueda de la máxima excitación (emociones explosivas)
- Falso amigo de la sensibilidad
- Adicción a la intensidad

### EMOCION SENTIMIENTO

- Deseo de compartirlas
- Puerta de entrada a la introspección
- Efecto suave y duradero
- Proporciona abertura y disponibilidad ante el mundo



## Consecuencias

ESCUELA Y FAMILIA	MENORES
<ul style="list-style-type: none"><li data-bbox="324 368 1048 502">❑ Propuesta reflexiva ( estoy de acuerdo o no)</li><li data-bbox="324 539 884 673">❑ Valores ( esfuerzo o paciencia)</li><li data-bbox="324 710 974 917">❑ Fomento del placer diferido ( aprender a leer, etc.)</li><li data-bbox="324 954 795 1088">❑ No proporciona emociones choque</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li data-bbox="1090 368 1944 502">❑ Respuesta emotiva ( me gusta o no me gusta)</li><li data-bbox="1090 539 1870 673">❑ Ver imágenes ( inmediatez o impaciencia)</li><li data-bbox="1090 710 1915 844">❑ Gusto por el dinamismo y por el placer inmediato</li><li data-bbox="1090 880 1780 1015">❑ Necesita emociones de lo contrario Se aburre</li><li data-bbox="1090 1051 1825 1185">❑ Falta de atención (TDAH y otras)</li><li data-bbox="1090 1222 1915 1356">❑ Predominio de las emociones negativas ( ira, rabia, asco, etc..)</li></ul>

# La vacuna de la prevención



**Factores a potenciar**



<b>Personalidad</b>	<b>Valores y juicio</b>	<b>Afectos</b>	<b>Habilidades</b>
<b>Autoconcepto</b> <b>Autoestima</b> <b>Autoeficacia</b> <b>Locus de control interno</b> <b>Humor +</b>	<b>Concepto del mundo, la vida y el ser humano</b>  <b>Juicio Moral</b> (convencional y postconvencional) <b>Valores</b> (Tolerancia, respeto, igualdad y fraternidad)	<b>Empatía</b> <b>Afectiva</b> <b>Cognitiva</b>  <b>Autoregulación emocional</b> <b>Expresión</b> <b>Auto-control</b>  <b>Uso social</b>	<b>Habilidades sociales</b>  <b>Resolución de problemas</b>  <b>Toma de decisiones</b>



# Las herramientas claves

- Autoconocimiento ( emocional, físico, intelectual)
- Control de los guiones de vida (determinan el QUÉ): nunca, siempre , hasta qué, después de, una y otra vez, abierto y los mini- guiones o impulsores de la personalidad (determinan el CÓMO): sé fuerte, perfecto, date prisa, complace, esfuérgate, ten cuidado)
- Auto- motivación ( actitud mental +)
- Empatía ( afectiva- cognitiva)
- Comunicación asertiva
- Capacidad de iniciar y mantener las relaciones interpersonales
- Toma de decisiones
- Prevención, solución de problemas y conflictos y evitar el trauma
- Pensamiento creativo y crítico
- Manejo de emociones y sentimientos
- Manejo de tensiones y estrés
- Resistencia ( salir ileso) y resiliencia ( salir ileso y fortalecido)
- Aprendizaje vital
- Optimismo
- Estrategias de afrontamiento( cognitivas y conductuales)

# ¿Como se adquieren las herramientas claves?

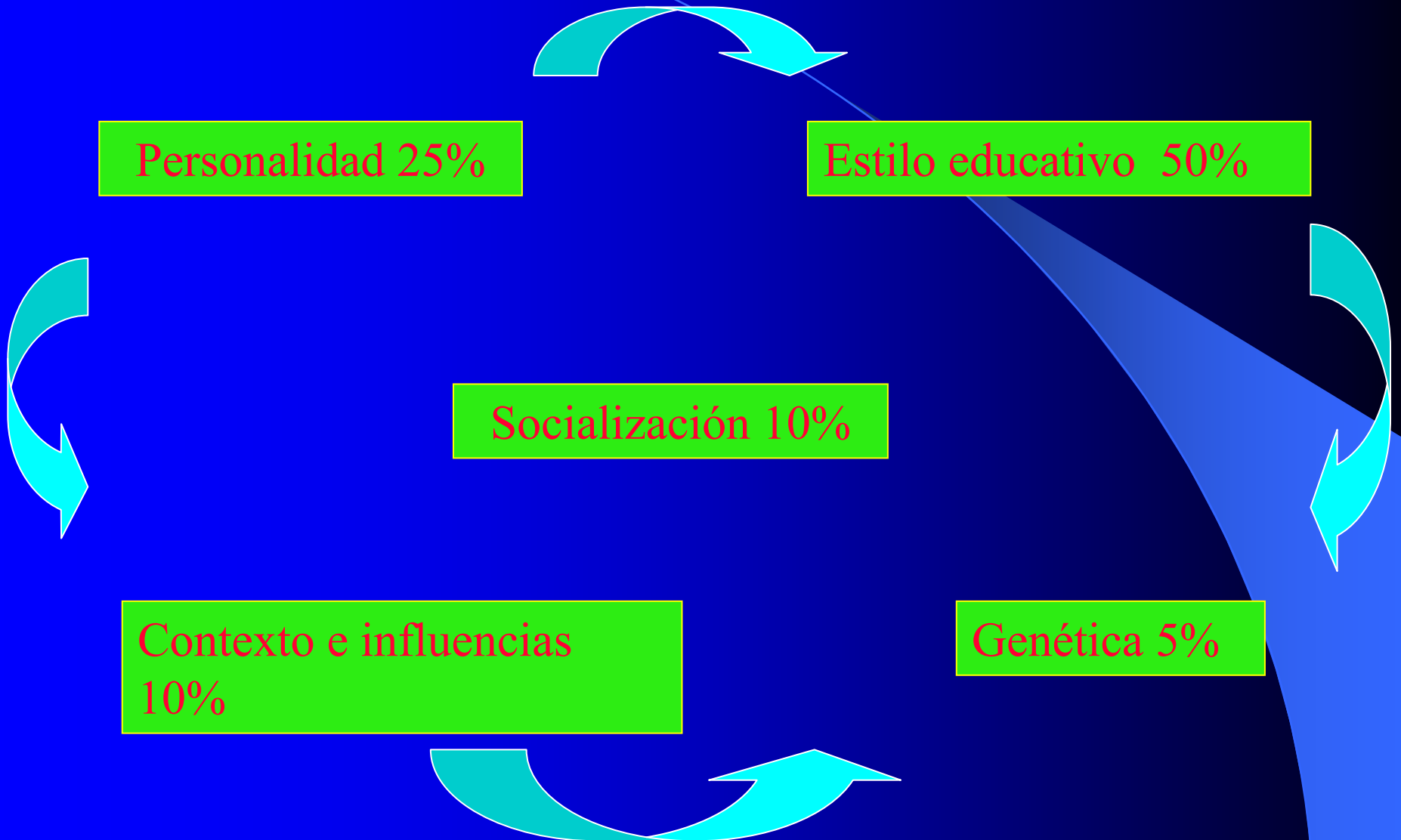
Personalidad 25%

Estilo educativo 50%

Socialización 10%

Contexto e influencias  
10%

Genética 5%



# PRÁCTICAS EDUCATIVAS

- ❑ Disciplina **autoritaria**
- ❑ La disciplina a través del **chantaje o control emocional**
- ❑ La disciplina **negligencia y el dejar hacer**
- ❑ La disciplina **democrática o de negociación**
- ❑ La **disciplina inductiva**

# La disciplina inductiva

## □Asimetría en los roles (educador y menor)

## □Relación de educación

- No se trata de una relación de coerción, sino de conducción, de orientación
- Usa métodos educativos específicos como:
  - La participación del hijo
  - El diálogo
  - La discusión
  - La instrucción
  - La vigilancia/ evaluación
  - El refuerzo (auto- refuerzo) y el castigo educativo\*

# Consejos prácticos para fracasar (1)

Insista	¿Qué aprenden ?
<ul style="list-style-type: none"><li>▪ <b>Estilo disciplinario: autoritario, chantaje o control emocional y democrático- negociador</b></li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Hijos a la misma altura y con igual derecho</li><li>▪ Rebotados</li><li>▪ Inseguros</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>▪ <b>Evite la frustración, promueva la poca empatía, sobreprotéjalos</b></li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Estrategias de evitación y negación y vulnerabilidad cognitiva</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>▪ <b>Interacción directiva y con finalidad de proyecto</b></li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Incomunicación, valor por lo que se hace, no por lo que se es</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>▪ <b>Progenitores helicópteros: hijos como proyectos</b></li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Resentimientos, inseguros, utilidad proyectiva</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>▪ <b>No expresión emocional ante los hijos</b></li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Es señal de debilidad y no se debe expresar</li></ul>



## Consejos prácticos para fracasar(2)

<b>Insista</b>	<b>¿Qué aprenden ?</b>
▪ <b>Ocupe los espacios o símbolos de la infancia o adolescencia</b>	▪ Sometimiento de los hijos o búsqueda extrema de rebeldía
▪ <b>Muchas actividades como barómetro de éxito social</b>	▪ Dispersos, irritables, agotados
▪ <b>Elogiar por su capacidad (Tú puedes, lo superarás....) y no por su esfuerzo (lo intentas)</b>	▪ Ante la adversidad se derrumba
▪ <b>El mundo es inseguro y mejor que estén vigilados y conducidos</b>	▪ Personas inseguras y con poca autoeficacia y vulnerables a lo que tienen más cerca
▪ <b>Evite el dolor y sufrimiento</b>	▪ No resistencia o dureza ▪ No resiliencia

## Consejos prácticos para fracasar(3)

<b>Insista</b>	<b>¿Qué aprenden ?</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>▪ <b>Obsesiónese con los riesgos (imaginario y potencial) y descuide los pocos reales</b></li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Personas desconfiadas, poca autoeficacia, profecías autocumplidas</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>▪ <b>Practique las distorsiones cognitivas como estilo educativo (lectura de la mente, adivinar el futuro, catastrofización, maximizar/minimizar; catalogar o rotular, etc</b></li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Trastornos del estado de ánimo, ansiedad y desórdenes de la personalidad</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>▪ <b>Macháquele la autoestima (disciplina con chantaje o control emocional negligencia)</b></li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Incrementa la vulnerabilidad a la depresión, afecta a la sociabilidad, al sistema inmunológico, impide el mantenimiento de emociones positivas</li></ul>

## Consejos prácticos para fracasar(4)

<b>Insista</b>	<b>¿Qué aprenden ?</b>
▪ <b>Déle y ame de forma incondicional</b>	▪ Egocéntricos, comodines de su vida
▪ <b>No sea modelo de empatía (afectiva y cognitiva)</b>	▪ No vacunados ante la agresividad y egocéntricos
▪ <b>Sea predecible ante ellos para que le cojan el “punto”</b>	▪ Encasillamiento, y poca expectativa
▪ <b>Déle consejos con todo lujo de detalles y previsión de consecuencias</b>	▪ Poca autoeficacia ▪ No resolución de problemas ▪ No toma de decisiones ▪ Consejos negativos de otros
▪ <b>Que le valoren por lo que hacen por ellos, no por lo que somos</b>	▪ Utilidad transitoria y poco valor personal

## Consejos prácticos para fracasar(5)

<b>Insista</b>	<b>¿Qué aprenden ?</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>▪ <b>La vida es rápida y por ello ( presente- ausente, ausente - presente)</b></li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Locus de control externo</li><li>▪ Poca autoeficacia</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>▪ <b>Céntrate en lo disfuncional</b></li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Corta la comunicación</li><li>▪ Profecías autocumplidas</li><li>▪ Baja la autoestima</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>▪ <b>Los comportamientos saludables no deben ser nuestra prioridad ( si funciona está bien) ¿Qué lo mantiene?</b></li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ La apariencia engaña</li><li>▪ Las formas de engañar y aparentar se extreman</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>▪ <b>No hables o trates algunos temas para evitar la tentación</b></li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ No sabemos sus límites y argumentos, qué piensan, cómo actuarían, etc.</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>▪ <b>Compénsalos por el esfuerzo</b></li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Esfuerzo condicionado</li><li>▪ Abandono o frustración si no hay refuerzo</li></ul>

## Consejos prácticos para fracasar(6)

<b>Insista</b>	<b>¿Qué aprenden ?</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>▪ <b>Dígales y viva como si fueran lo más importante en nuestras vidas</b></li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Comodines (uso)</li><li>▪ Sacrificio y despersonalización afectiva</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>▪ <b>Comuníquese siempre de la misma forma</b></li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Nos desesperamos porque no alcanzamos resultados</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>▪ <b>No auto- regule sus emociones</b></li><li>▪ <b>Préstele atención continua y siempre a demanda</b></li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Poco control emocional</li><li>▪ Egoísmo afectivo</li></ul>

## Consejos prácticos para fracasar(7)

<b>Insista</b>	<b>¿Qué aprenden ?</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>▪ <b>Oculte sus adicciones pero insiste en la prevención</b></li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Incoherencia</li><li>▪ Modelo positivo a imitar</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>▪ <b>Déjeles su tiempo de juego y no se involucre nunca</b></li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Abandono y poca preocupación</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>▪ <b>Oculte todas las discusiones de pareja ante sus hijos</b></li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Modelo afectivo irreal</li><li>▪ No asumen el modelo de crisis- calma- crisis- calma</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>▪ <b>No dedique tiempo a sus progenitores y familia extensa</b></li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Es normal el abandono</li><li>▪ Nuestras expectativas e inversión y dedicación se frustran a medida que crecen</li></ul>

Técnicas a utilizar en la  
disciplina inductiva: de  
aplicación para la educación

## Técnicas a utilizar en la disciplina inductiva

- Control de impulsos
- Comunicación no verbal
- Confrontar, persuadir y discutir
- Persuasión
- Pedir cambios
- Consejo



# Técnicas para controlar los impulsos: semáforo

<b>Luz roja</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Detente, serénate y piensa antes de actuar</li></ul>
<b>Luz ámbar</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Expresa el problema y di cómo lo sientes</li><li>▪ Proponte un objetivo positivo</li><li>▪ Piensa en varias soluciones</li><li>▪ Piensa de antemano en las consecuencias</li></ul>
<b>Luz verde</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Sigue adelante y trata de llevar a cabo el mejor plan.</li></ul>
<b>SOCS</b>	Situación, Opciones, Consecuencias, Soluciones

# Técnicas para persuadir

<b>Prometer</b>	Te digo que si apruebas el examen , la materia no se entra en la final
<b>Condiciones experienciales deseables (es como prometer, pero el agente que premia es la lógica causal)</b>	Te explico que si apruebas el examen, podrás quitarte esta materia y tener más tiempo libre para disfrutar
<b>Simpatizar (Es se amistoso, para que tu propia conducta sea el premio)</b>	Tu padre no se meterá contigo si apruebas el examen
<b>Apelar a la moral (Dar razones trascendentes para que el otro actúe).</b>	Comento la importancia de que cuanto más se prepare la gente joven académicamente podrán cambiar el actual sistema que nos les gusta.
<b>Apelar a las gratificaciones internas del otro.</b>	Pienso en lo orgulloso que te sentirías al superar la materia.
<b>Condicionar una gratificación interna (a que actúe).</b>	Creo que superar la materia denota ser alguien maduro, responsable y coherente.
<b>Altruismo (Dar razones que redundan en su beneficio).</b>	Superar la materia te ayuda pasar el curso y que tus padres se sientan orgullosos de ti
<b>Altruismo del oyente (das como razón que lo haga para beneficiar a otros)</b>	Veo que superando la materia y logrando la profesión que deseas podrás ayudar a la gente que siempre has deseado
<b>Apelar a la estima que ganará</b>	Aseguro que superando la materia tu capacidad será mayor, creciendo tu capacidad como persona y por tanto teniendo más valor.

## Mejora de la Comunicación no verbal

Para demostrar	Comprensión	Enfado	Interés
<b>Postura</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Inclínate hacia la persona.</li> <li>▪ Pon una mano en su hombro, acércate.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Párate derecho</li> <li>▪ Mantén distancia personal</li> <li>▪ Brazos a los lados o usarlos para hacer gestos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Inclínate hacia la persona</li> <li>▪ Pon los brazos a los lados</li> </ul>
<b>Voz</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Habla lenta y suavemente</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ No hables demasiado rápido o grites</li> <li>▪ Usa un tono de voz expresivo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Dedícate a escuchar más que hablar</li> </ul>
<b>Ojos/ cabeza</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Mira directamente</li> <li>▪ Asiente o niega con la cabeza levemente</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Mira directamente</li> <li>▪ No sonrías</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Sonríe con la boca cerrada</li> <li>▪ Mira a la persona</li> </ul>

## Técnicas para confrontar: escuchar y discutir inteligentemente

- **Reconoce la diferencia entre tú y yo**
- **Ten actitud de aceptación**
- **Escucha con todo el cuerpo**
- **Acompasa ( crear el símbolo de la comprensión psíquica, haciendo sentir al que habla que lo escuchas)**
- **Dar permisos (señales de estar preparado para escuchar) y recompensas**
- **Plantea buenas preguntas (quién pregunta controla la conversación). Usar el método socrático (llevarle a las conclusiones)**
- **Parafrasea (repetir en otras palabras lo mismo)**
- **Jamás:**
  - **Dar muestras de tener prisa**
  - **Hacer notar que no te importa lo que te explican**
  - **Hacer un comentario no relevante**
  - **Interpretar algo que no se deduce de lo que han dicho**
  - **Etiquetar o diagnosticar según lo que han dicho**
  - **Ironizar sobre lo que han dicho**
  - **Dudar de lo que te han explicado**
  - **Ponerse a hablar de uno mismo después de oír a los demás**
  - **No darse cuenta de los sentimientos del otro**
  - **Dar lecciones y consejos**
  - **Enfadarse**
  - **Culpar**
  - **Juzgar o evaluar**
  - **Intentar dirigir la conversación**

# Intervención para pedir cambios

- Pedir los cambios de 1 en 1
- Buscar el momento más adecuado
- Empezar por algo positivo. Reforzar
- Describir concretamente la conducta clave
- Explicar cómo nos afecta o afecta al Centro ¿Cuál es el problema?
- Ponerse en el lugar del otro. Empatizar
- Asumir nuestra responsabilidad
- Pedir el cambio: Necesitamos hablarle a cada persona en su canal si queremos influir( visual (30%), auditivo (25%), cinético o emocional (40%))
- Dar alternativas
- Apoyar y reforzar

# CONSEJO

- ❑ Pedir permiso o preguntar si se quiere
- ❑ ¿Qué sabe?
- ❑ ¿Qué ignora?
- ❑ ¿Qué comprende?
- ❑ Identificar barreras ( cognitivas, ambientales)
- ❑ Etapa de o estadio de cambio en el que está
- ❑ Motivar
- ❑ Acompañar

Las nueve puertas del túnel  
a atravesar por la familia de  
hoy

## Las puertas del túnel de la familia (1)

<b>La excusitis</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Es que es muy difícil, es que yo soy así, es que no se puede, etc</li></ul>
<b>Las mañanitis</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Mañana empiezo, tal vez mañana, etc.</li><li>▪ Existen tres tipos de personas: los ahora, los luego y los tal vez en el futuro</li></ul>
<b>La culpitis</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ La culpa es de la sociedad, los amigos, la TV, etc..</li><li>▪ Mientras pensemos que la responsabilidad de los que nos pasa está fuera de nosotros, admitiremos que el poder está fuera de nosotros y por tanto alimentamos el miedo que hay detrás</li></ul>



## Las puertas del túnel de la familia(2)

<b>Los que están “en contra de...”</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Estoy en contra de las drogas, la mala educación, la injusticia, la falsedad, etc...</li><li>▪ Cambiar el chip de “en contra de” por el “a favor de” la buena educación, el respeto, la salud</li></ul>
<b>Los que critican</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Cuando un problema no tiene solución, no es un problema, es un hecho</li><li>▪ Debemos separar a la persona del problema</li><li>▪ Cuando abres la boca para definir el mundo, no defines al mundo, te defines a ti en relación con el mundo, defines lo que ves desde donde estás</li></ul>
<b>Los quejumbrosos</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Si tiene remedio, para que te quejas, y si no lo tiene, para que te quejas</li><li>▪ Debemos centrar la queja en lo que se puede cambiar y no en lo imposible (parte llena de la botella)</li></ul>

## Las puertas del túnel de la familia(3)

<p><b>Los ya te lo dije</b></p>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Los reproches y anticipaciones generan distanciamiento</li></ul>
<p><b>Los bien pudo haber sido</b></p>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ A veces es preferible pedir perdón a pedir permiso</li><li>▪ Intentarlo abre posibilidades</li></ul>
<p><b>Los doctores en filosofía contemplativa, los “consejos vendo y para mí no tengo”, los “está flojo el tema”, y los “al grano”</b></p>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Una opinión es como el ombligo, todo el mundo tiene uno</li><li>▪ Nunca le des consejo a alguien que no te lo pide</li><li>▪ Habla poco, y haz mucho</li><li>▪ Quien pregunta controla</li></ul>

## SOBRE LOS HIJOS (Kahlil Gibran)

Tus hijos nos no son tus hijos, son hijos de la vida,  
deseosa de sí misma

No vienen de ti, sino a través de ti y, aunque estén  
contigo, no te pertenecen

Puedes darles tu amor, pero no tus pensamientos, pues  
ellos tienen sus propios pensamientos

Puedes abrigar sus cuerpos, pero no sus almas, porque  
ellas viven en la casa del mañana, que no puedes  
visitar ni siquiera en sueños

Puedes esforzarte en ser como ellos, pero no procures  
hacerlos semejantes a ti, porque la vida no retrocede,  
ni se detiene en el ayer

Tu eres el arco del cual tus hijos como flechas serán  
lanzados,

Deja que la inclinación en tu mano de arquero sea para la  
felicidad



Muchas gracias