

AUDIO FORMACIÓN



“ADAPTÁNDONOS, ENTRE LUNAS Y TEMPESTADES”



Momento 1: Vive

Resumen de la temporada

Continúa el proceso de adaptación de los sobrinos de Hermenegilda. Ella sigue trabajando para establecer las reglas de convivencia y distribuir tareas y responsabilidades a todas y todos en casa. En el proceso, nota una diferencia de comportamiento entre su sobrino mayor Andrés y Pablo, el menor de los sobrinos. Andrés se muestra callado y poco participativo, y por el contrario Pablo se muestra muy cooperativo y abierto. Empiezan los turnos en los quehaceres y Andrés y Pablo deben lavar los platos, Hermenegilda nota que es solo el más pequeño cumple la tarea, mientras Andrés se dedica a enviar mensajes por su teléfono celular. Cuando Hermenegilda pide a Andrés que cumpla con la tarea acordada, el muchacho la confronta diciendo que ella no es su madre y no tiene por qué obedecerle. Esto afecta a Hermenegilda, y se da cuenta que le faltan herramientas para lidiar con esa situación y pide apoyo a la prima Panchita, quien conoce de estos temas.

Panchita reflexiona a Hermenegilda y le recuerda que no es la madre de los muchachos y que no puede asumir este rol porque simplemente no lo es. Además, le explica que actitudes como las de Andrés son esperables de los muchachos con una historia de vida como la suya y que no debe tomar esas reacciones de forma personal. Hermenegilda intenta dialogar con Andrés, y aunque sabe que él escucha, no logra entablar una comunicación cercana. De pronto, surge otra situación con Pablo que golpea a Julián, cambiando el buen comportamiento que tenía hasta ese momento. A Hermenegilda le resulta bastante difícil manejar estas situaciones conflictivas y recurre nuevamente a Panchita, quien le explica las fases de “Luna de miel”, “Tempestad” y “Regresión” que son comunes en casos de adaptación a un nuevo hogar. Luego de esa explicación Hermenegilda se calma un poco, sabiendo que siempre puede contar con el apoyo de alguien más y que no tiene que lidiar sola con esta situación. Al día siguiente ella se dispone a dialogar con todos los miembros de la casa, pero más que hablar, Hermenegilda se dispone a escuchar y dejar que cada uno exprese sus sentimientos y dudas. Por último, Hermenegilda intenta nuevamente con Andrés quien todavía no siente la confianza para hablar con su tía.



AUDIO FORMACIÓN



Momento 2: Descubre

Preguntas dinamizadoras

A continuación, presentamos preguntas y frases clave sugeridas para iniciar el proceso de reflexión sobre esta temporada:

1. Uno de los momentos clave cuando hablamos de Afectividad Consciente es la fase de integración. ¿Qué podemos sugerir a Hermenegilda para cuidar esta etapa?
2. Hermenegilda se sintió desbordada por las situaciones que surgieron con sus sobrinos los últimos días. ¿qué hizo Hermenegilda para cuidar de ella misma?

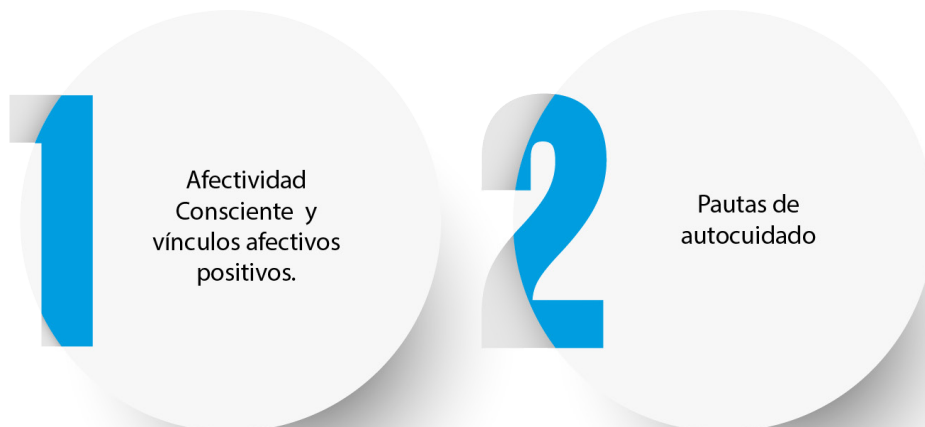


AUDIO FORMACIÓN



Momento 3: Conexión Conceptual

Ideas fuerza de la temporada:



1. Afectividad Consciente y vínculos afectivos positivos.

Nuestra organización entiende a la Afectividad Consciente como una competencia, esto quiere decir que es un requisito a la hora de relacionarse con las niñas, niños y adolescentes con los que trabajamos.

¿Qué es la afectividad consciente?

Es la **CAPACIDAD** que una persona tiene de forma **consciente, voluntaria y sistemática** de generar un **ENTORNO PROTECTOR** y **CÁLIDO EMOCIONALMENTE** y dentro de él establecer **relaciones afectivas positivas**.



AUDIO FORMACIÓN



¿Qué hacemos para brindar afecto de forma consciente?



CONSCIENCIA SOBRE SUS PROPIOS PROCESOS INTERNOS

Mantener la consciencia sobre nuestras sensaciones corporales, emociones y pensamientos y sobre todo sobre nuestras acciones y el significado que puede tener nuestro comportamiento para cada niña o niño en función de su historia de vida.



SER AFECTIVO DE FORMA EXPRESA

Es necesario mostrar afecto a los niños y niñas de forma cotidiana y generalizada a todos ellos.



FLEXIBILIDAD EN LAS ACTUACIONES

Las normas comunes y las rutinas cotidianas deben manejarse con claridad pero con flexibilidad, permitiendo diferencias individuales entre las niñas y niños y de un día o momento a otro dependiendo del contexto



FIABILIDAD EN NUESTRAS PALABRAS Y ACTUACIONES

Es importante no mentir a las niñas y niños, no negarse a contestar sus preguntas ni ocultarles información. Y si no se sabe, contestar "No sé" con claridad y con humildad.



ENFOQUE POSITIVO

Mantener siempre un enfoque positivo al hablar y al actuar. Es necesario fijarse en lo que las niñas y niños hacen bien, reforzar los logros.



TIEMPO NECESARIO

Permitir los tiempos suficientes y necesarios a los procesos



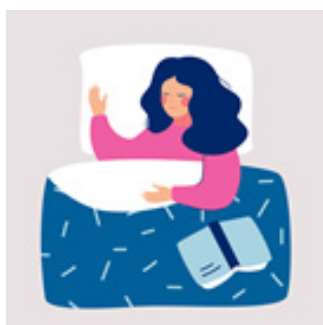
AUDIO FORMACIÓN



2. Pautas de autocuidado

El autocuidado es cumplir con nosotras y nosotros mismos y respetar diarios irrenunciables que nos permitirán autocuidarnos: el descanso suficiente, una buena alimentación, movimiento o ejercicio físico y por lo menos conversar con personas fuera del trabajo.

APOYARNOS EN NUESTRA RED PEDIR AYUDA CUANDO LO NECESITEMOS ES IMPRESCINDIBLE



- 1 Tenemos derecho a no saber cómo responder frente a algunas situaciones.
- 2 El apoyo de otra persona o del equipo técnico son clave.
- 3 Reservemos un espacio de tiempo cada día para realizar actividades que disfrutemos y sean reparadoras (ver televisión, leer, contactarnos con otras personas).



