

BIBLIOTECA UNIV. DE MONTEMORELOS  
MONTEMORELOS, N. L., MEXICO

# UNIVERSIDAD DE MONTEMORELOS

## DIVISION DE POSTGRADO E INVESTIGACION



LA COMUNICACION POSITIVA EN EL HOGAR Y SU INFLUENCIA  
EN EL DESARROLLO DE LA AUTOESTIMA DE LOS HIJOS  
EN EDAD ESCOLAR

## PROYECTO

PRESENTADO EN CUMPLIMIENTO PARCIAL DE LOS  
REQUERIMIENTOS PARA OBTENER EL GRADO DE  
MAESTRIA EN RELACIONES FAMILIARES

POR

NURIS JAMES DE BUSTILLOS

CAMPO DE EXTENSION VENEZUELA  
MONTEMORELOS, N. L., MEXICO. SEPTIEMBRE DE 1996

065103

BIBLIOTECA UNIV. DE MONTEMORELOS  
MONTEMORELOS, N. L., MEXICO

UNIVERSIDAD DE MONTEMORELOS  
DIVISION DE POSTGRADO E INVESTIGACION



La Comunicación Positiva en el Hogar  
y su influencia en el desarrollo  
de la autoestima de los Hijos  
en edad escolar

## PROYECTO

Presentado en cumplimiento parcial de  
los requisitos para obtener el grado de  
Maestría en Relaciones Familiares

Por  
Nuris James de Bustillos  
Julio, 1996

LA COMUNICACION POSITIVA EN EL HOGAR  
Y SU INFLUENCIA SOBRE LA AUTOESTIMA  
DE LOS HIJOS EN EDAD ESCOLAR

(Seminario sobre Comunicación en la Autoestima)

Proyecto  
Presentado en Cumplimiento Parcial de los Requisitos para Obtener  
el Grado de Maestría en Relaciones Familiares

Por:  
Nuris James de Bustillos

Agosto de 1996

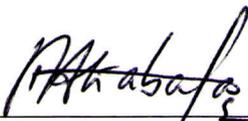
APROBADO POR LA COMISIÓN

PRESIDENTE:

\_\_\_\_\_

Dr. Antonio Estrada

SECRETARIO:

  
\_\_\_\_\_

Dr. Fernando Zabala

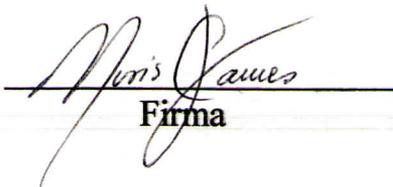
VOCAL:

  
\_\_\_\_\_

Mtro. Luis Valencia

FECHA DE APROBACION: 22 de Julio de 1996

Otorgo permiso a la Universidad de Morelos para reproducir este material en forma parcial o total con propósito profesional, en el entendimiento que, de ninguna manera, se podrá utilizar para fines lucrativos de ninguna persona o institución.

  
Firma

22. 7- 94  
Fecha

## DEDICATORIA

### **A DIOS:**

Por permitirme la realización de este Proyecto y por lo maravilloso que ha sido conmigo al darme suficiente valor y optimismo para que mis sueños de superación profesional se hicieran realidad.

### **A MI MADRE:**

Leticia.

Por ser una mujer trabajadora y perseverante. Quien también me dió mucho ánimo y atención en los momentos de tensión y stress. Gracias madre querida, eres un ejemplo para mi familia.

### **A MIS HERMANOS:**

Iván, Ernesto, Naudi, Wilmer, Herman, Edgar, Arnoldo y Argenis.

Por sus palabras de apoyo y de ánimo. Por su buen ejemplo, por su cariño y por todo lo que han hecho por mí para lograr la felicidad en mi vida.

### **AL RESTO DE MI FAMILIA:**

Por animarme a seguir adelante e inspirarme a ver el futuro como una meta para conquistar. Gracias por su ánimo, que Dios les bendiga y les inspire también a lograr todas sus metas.

### **A MI ESPOSO::**

Leonel.

A quien agradezco por darme todo su apoyo, que con buen ánimo y dedicación estuvo siempre a mi lado para ayudarme en cada instante en el desarrollo de este proyecto. Gracias mi amor por ser un hombre tan maravilloso y excelente esposo.

### **A MI HIJO:**

César.

Por ser tan especial para mí. Que con su alegría y su buen ánimo ha comprendido mis ocupaciones y me ha dado su apoyo. Gracias hijo, quiero ayudarte a desarrollar tu autoestima para que llegues a ser una persona útil y digna en la vida.

## **AGRADECIMIENTOS**

### **A DIOS:**

Por su bondadoso amor al permitirme alcanzar un éxito más en mi vida; al darme la fuerza y el valor necesarios para salir adelante. A El sea la gloria.

### **A LA UNION VENEZOLANA-ANTILLANA:**

Porque, en su importantísima labor de impulsar la obra de redención en este campo y de preparar a sus obreros para servir mejor, me brindaron la oportunidad de proseguir estudios para capacitarme en el servicio abnegado al prójimo.

### **A INSTIVOC-INSTIVEN:**

Por su apoyo moral, espiritual y material que me brindaron para poder avanzar y culminar esta meta. Por su colaboración, ayuda y comprensión durante cada verano. Dios les bendiga.

### **AL PROF. GILBERTO BRACHO:**

Quien, durante su gestión como director de Instiven, puso su empeño en conseguir convenios con la Universidad de Montemorelos y abrir las puertas para que se inicien programas de postgrado en beneficio de todos los profesionales de esta Unión.

### **A MI TUTOR:**

Dr. Antonio Estrada.

Por la revisión, orientación y consejos valiosos en la preparación de este proyecto. Por su amistad y cariño que, como docente, supo compartir con todos.

### **A TODOS MIS BUENOS AMIGOS:**

Por su sinceridad y su apoyo en momentos importantes de mi vida. Que con su cariño y amistad sincera me ayudaron y valoraron el esfuerzo realizado para alcanzar este éxito. ¡Gracias!

## TABLA DE CONTENIDO

### CAPITULO 1

El Problema.....	1
Antecedentes.....	2
Declaración del Problema.....	2
Propósito del Proyecto.....	3
Objetivos.....	3
Importancia del Proyecto.....	4
Delimitaciones.....	5
Metodología.....	5
Trasfondo Filosófico.....	6
Definición de Términos.....	7
Bosquejo del Proyecto.....	8

### CAPITULO 2. MANUAL DEL INSTRUCTOR

Características del Manual.....	9
Resumen de las Secciones.....	9
Declaración de Enfoque.....	15
Identificación de la Audiencia.....	15
Objetivos Generales.....	16
Secciones que Contiene el Manual.....	16
Sección 1: "Nuestra Imagen"	
¿Qué es la Autoestima?.....	21
Desarrollando la Autoestima de los Hijos.....	23
Factores que Contribuyen al Desarrollo de la Autoestima de los Hijos.....	29
Sección 2: "La Comunicación en la Autoestima"	
Importancia de la Comunicación Positiva.....	39
Patrones de Comunicación.....	45

Ambiente Adecuado para la Comunicación.....	49
Consejos Sabios para una Comunicación Efectiva.....	55
<b>Sección 3: "El Poder de las Palabras"</b>	
¿Qué Deseas que Sean tus Hijos?.....	62
Palabras que Edifican.....	71
Identificando los Estímulos.....	76
<b>Sección 4: "Padres que Edifican"</b>	
Papá y Mamá, ¿para qué?.....	82
No Humilles a tu Hijo.....	85
Edifica o Cállate.....	89
La Amistad más Preciosa.....	93
Instrumento de Evaluación.....	97
Bibliografía.....	98

### **CAPITULO 3. MANUAL DEL PARTICIPANTE**

Características del Manual.....	99
Resumen de las secciones.....	99
Declaración de Enfoque.....	105
Objetivos del Seminario.....	106
<b>Sección 1: "Nuestra Imagen"</b>	
Conozcámonos.....	108
La Autoestima.....	109
Llenando la Olla.....	110
Positivo - Negativo.....	111
Frases Reforzadoras.....	112
Inventario de Autoestima.....	113
El Joven Sensible.....	116
<b>Sección 2: "La Comunicación en la Autoestima"</b>	
Cuán Comunicativo es tu Hijo.....	118
Patrones de Comunicación.....	122
Rubén y Nohemí: Estudio de Caso.....	124

Comunicándome con mi Hijo.....	125
Mi Pacto.....	127
<b>Sección 3: "El Poder de las Palabras"</b>	
Apoyando a mi Hijo.....	131
El Don de la Felicidad.....	132
El Padre Olvida.....	136
Me Gustaría Hablar contigo acerca de.....	138
Tabla de Estímulo Semanal.....	139
<b>Sección 4: "Padres que Edifican"</b>	
Alcanzando las Metas.....	141
No me Humilles, Mamá.....	142
Frecuencia Edificante.....	143
Casa de la Felicidad.....	144
Cuán Bien Conoces a tu Hijo.....	145
Algo Difícil para Hacer.....	146
Decálogo para una Educación Digna.....	147
Bibliografía.....	148
<b>CAPITULO 4. RESUMEN, CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES</b>	
Resumen.....	149
Conclusiones.....	151
Recomendaciones.....	153
Contribuciones.....	154
Reflexión.....	155
<b>BIBLIOGRAFIA.....</b>	<b>156</b>
<b>APENDICES</b>	
Apéndice A: Acetatos.....	159
Apéndice B: Hoja de Evaluación.....	180

## **CAPITULO 1**

### **Naturaleza y Dimensión del Problema**

#### **Introducción**

La necesidad del ser humano de comunicarse es algo innato. Es una capacidad dada por su Creador que debe ser desarrollada. Según Bellido (1983) el hombre posee una necesidad biológica de recibir y transmitir mensajes.

Además, este mismo autor destaca que los efectos psicológicos de la comunicación sobre la personas es una necesidad existencial que fortalece las relaciones sociales de los individuos.

La falta de comunicación positiva en el hogar afecta seriamente las relaciones entre padres e hijos. Cuando las opiniones de los hijos son valoradas por sus padres, ellos desarrollan mayor creatividad, son más participativos y sus niveles de autoestima son superiores con respecto a aquéllos cuyas opiniones fueron menos valoradas (Blanco, Castro e Hidalgo, citado por Zabala, 1995).

El niño en edad escolar necesita ser atendido de manera especial si, como padres, queremos desarrollar en ellos una imagen propia y positiva, de tal manera que su autoestima se desarrolle hasta llegar a fortalecerse en etapas posteriores de su crecimiento (Wright, 1994).

### Antecedentes

Uno de los factores más influyentes en el desarrollo de la autoestima de los hijos en edad escolar, es la comunicación positiva y eficaz dentro del hogar.

Los padres que no se comunican en forma correcta con sus hijos están produciendo en ellos desestabilidad emocional y confusión en cuanto a su aceptación personal. Al respecto Norman Wright (1994) dice que la forma en que le hablamos a nuestros hijos determina grandemente el papel que ellos representan en su familia y forma los patrones de comportamiento y respuesta que llevarán a la adultez. De allí la importancia de que los padres desarrollen mejores maneras o formas de comunicarse con sus hijos para ayudarles a desarrollar una autoestima propia adecuada.

En nuestra cambiante sociedad se hace necesario que los padres dediquen mayor atención a sus hijos, ya que su relación y su influencia sobre ellos, sentará las bases de su desarrollo y su participación social en el medio en que se desenvuelven.

### Declaración del Problema

El problema del presente proyecto radica en la necesidad de ayudar a las familias a utilizar la comunicación como recurso para desarrollar la autoestima de los hijos en edad escolar.

La autora ha encontrado a través de su trabajo como orientadora de un centro educativo y en múltiples entrevistas con padres e hijos, que uno de los factores más determinantes en el desarrollo de la autoestima en esta edad, es la comunicación positiva en el hogar.

Esta comunicación entre padres e hijos conlleva en sí misma la fuerza necesaria que influirá definitivamente en el desarrollo de la estima propia del niño. Por ejemplo, si motivamos a un niño a continuar haciendo algo que hizo bien, esto estimulará en él sentirse bien consigo mismo y esta motivación contribuirá en el desarrollo de su autoestima. Este principio nos indica que los efectos de la comunicación son muy importantes (Rinn y Markle, 1981).

### **Propósito del Proyecto**

El propósito de este proyecto es proveer un manual para la presentación de un seminario sobre la influencia de la comunicación positiva en el hogar en el desarrollo de la autoestima de los hijos en edad escolar, con el fin de presentar a padres, educadores y especialistas en el área, material adicional relacionado con este tópico.

El proyecto incluye dos manuales: el manual del instructor y el manual del participante.

El primero contiene los objetivos, las técnicas, estrategias y contenido necesario para desarrollar el seminario. El segundo manual contiene las dinámicas, ejercicios y material didáctico que usará el participante en el desarrollo del seminario.

### **Objetivos**

Los objetivos principales del presente proyecto son los siguientes

1. Adquirir los conocimientos necesarios respecto a la comunicación positiva y sus efectos en el desarrollo de la autoestima de los hijos en edad escolar.
2. Proporcionar más información al cuerpo de conocimientos disponibles en el área.

3. Confeccionar un manual sobre el tema para ser utilizado en seminarios y talleres sobre relaciones familiares.
4. Proveer a padres, educadores y especialistas en el área, de material de apoyo para facilitar su participación en el desarrollo del tema.

### **Importancia del Proyecto**

Actualmente los hogares afrontan una seria problemática. La institución del hogar, establecida y santificada por Dios en el Edén, se desmorona. La delincuencia juvenil se ha incrementado en porcentajes increíbles (Moreno, 1995).

El núcleo familiar está siendo terriblemente amenazado por influencias externas que afectan negativamente la estabilidad del hogar (Perea, 1992). Esta problemática tiene sus fundamentos en la baja calidad de las relaciones interpersonales en el hogar; los hijos no son atendidos o escuchados adecuadamente y su autoestima no es desarrollada convenientemente (Fremont, 1986).

De este modo, se ha considerado importante estudiar dicha relación con el propósito de analizar el papel tan relevante que juega la comunicación positiva en el hogar y su influencia en el desarrollo de la autoestima de los hijos en edad escolar.

El estudio planteado ayudará, entre otros aspectos, a conocer los efectos que produce la comunicación positiva sobre la autoestima de los hijos en edad escolar, y contribuirá a proporcionar mayor información a padres, educadores y profesionales en el área de la familia, sobre cómo utilizar de modo más efectivo, la comunicación entre padres e hijos con el fin de fortalecer y desarrollar la autoestima de los hijos en edad escolar.

Por otra parte, este estudio aportará herramientas importantísimas al Departamento de Hogar y Familia de la Unión Venezolana Antillana en su labor de fortalecer las relaciones entre padres e hijos en las familias que conforman la Iglesia.

### **Delimitaciones**

Se establecen las siguientes delimitaciones en el desarrollo de este proyecto:

1. El público al que va dirigido el seminario lo constituyen padres de familia, educadores y profesionales en el área de la familia.
2. El estudio realizado para la construcción de este proyecto está basado en una población de niños en edad escolar, comprendidos así en edades de seis a once años.
3. Se reconoce que existen diversos factores y variables que influyen en el desarrollo de la autoestima de los hijos en edad escolar, sin embargo la autora ha elegido la comunicación como el principal de estos factores.
4. Se reconoce la existencia de otros factores externos al ámbito familiar que pueden neutralizar el esfuerzo realizado por los padres en ayudar a sus hijos a desarrollar su autoestima.

### **Metodología**

La metodología seguida para la realización de este proyecto fue la siguiente:

- ♦ Se revisó la literatura disponible con respecto al tema.
- ♦ Se recogió la información bibliográfica en hojas, fichas y fotocopias.
- ♦ Se organizó toda la información de manera lógica.

- ♦ Se buscaron y adoptaron estrategias, dinámicas y demás medios audiovisuales en la preparación de los manuales.
- ♦ Se preparó un manual del instructor con todos los detalles, definiciones y material de apoyo necesarios.
- ♦ Se preparó un manual del participante con espacios provistos para que se responda o escriba la información de acuerdo a las instrucciones dadas.

### Trasfondo Filosófico

La Universidad de Montemorelos es una Institución a nivel superior, administrada por la Iglesia Adventista del Séptimo Día, cuya filosofía y principios se basan en la Biblia y en los escritos de Elena de White, pionera y escritora de importantísimas obras. La autora de este proyecto se identifica con esta filosofía y considera apropiado hacer una síntesis del tema desde una cosmovisión cristocéntrica.

Los niños en edad escolar poseen una mente tierna y moldeable. La influencia que se ejerce sobre ellos, modela su destino para la vida eterna (White, 1977).

El hogar es la primera escuela del niño (White, 1976) y es con los padres que el niño debe aprender a desarrollar su autoestima.

Cristo resaltó el valor de cada niño al declara: "Dejad a los niños venir a mí, y no se lo impidáis..." (Lucas 18:16). De igual forma cada padre y cada madre debe valorar la importancia de comunicarse eficazmente con sus hijos para que, de esta manera, se forme y desarrolle en ellos un concepto apropiado de sí mismo.

Es responsabilidad de los padres dedicar sus mejores esfuerzos a sentar las bases necesarias que ayudarán a sus hijos a enfrentarse a una sociedad cuyos valores se van

perdiendo cada día más. La Biblia indica que se debe educar al niño desde temprana edad ya que esta educación perdurará el resto de su vida (Proverbios 22:6). Además se indica (Deuteronomio 6:4-9) a los padres que la comunicación con sus hijos es de vital importancia para la instrucción que éstos obtengan, tanto en su relación con Dios como con las personas que les rodean, de esta manera aprenderán buenos principios, responsabilidad y sobre todo a respetar y amar a Dios (Salmo 78:1-8).

En este sentido el estudio de la influencia de la comunicación positiva en el desarrollo de la autoestima de los hijos en edad escolar, desde el punto de vista Cristocéntrico, es una necesidad urgente. Y sobre todo "...es esencial que uno comprenda su asociación con Dios en la crianza de los hijos. No puede hacerlo solo y esperar una buena cosecha." (Wright, 1994).

### Definición de Términos

En este apartado se definirán los términos más importantes tal como se usarán y entenderán a lo largo del proyecto.

**Aceptación Personal:** Es estar de acuerdo consigo mismo. Aceptarse tal como uno es, aceptar los defectos y reconocer las virtudes.

**Autoestima:** El concepto que se tiene de uno mismo. Implica aceptación y respeto en sí mismo. Son las ideas que pienso y tengo de mi mismo

**Comunicación Positiva:** Se entiende como aquella comunicación que fluye adecuadamente en las relaciones interpersonales y que no conlleva mensajes ulteriores sino que permite expresar los sentimientos de la persona para ayudar y apoyar al oyente a adquirir un buen concepto de sí mismo. Es aquella comunicación eficaz, sincera, honesta

y abiertaEs la comunicación que no lleva mensajes hirientes, conciente o inconcientemente, construye con palabras directas y edificantes. Evita la burla, corrige los errores, y ayuda a fortalecer la personalidad de los hijos a la vez que les proporciona fundamentos para desarrollar su autoestima. Se pueden dar mensajes como los siguientes: "Eres una persona muy especial para mí", "¡Estoy contento de que seas mi hijo!".

### **Bosquejo del Proyecto**

El proyecto se divide en cuatro capítulos. En el Capítulo 1 se presenta el problema, antecedentes y trasfondo filosófico desde una perspectiva cristocéntrica. Luego se hace la declaración del problema, propósito e importancia del proyecto. Se presentan las limitaciones encontradas en el desarrollo del mismo, y se delimitan tanto la población estudiada como la población a la que va dirigido el seminario. Finalmente en este capítulo se presenta la metodología seguida y la organización general del proyecto.

El Capítulo 2 consiste en el manual del instructor, el cual está formado por cuatro secciones. Aquí se incluye el contenido de las charlas, dinámicas, instrucciones, objetivos y metodología, tiempo dedicado para cada sección y materiales didácticos.

El Capítulo 3 consiste en el manual del participante, el cual es el cuaderno de respuestas y en el que se deben desarrollar los ejercicios, cuestionarios y dinámicas.

En el Capítulo 4 se presenta el resumen, las conclusiones y recomendaciones metodológicas y prácticas, para la aplicación del seminario y en cuanto a los resultados obtenidos.

## **CAPITULO 2**

### **Manual del Instructor**

En este Capítulo se presenta la primera parte del producto del proyecto, el cual consiste en el manual del instructor para un seminario sobre la comunicación en la autoestima, al que se ha titulado "La Comunicación Positiva en el Hogar y su Influencia en el Desarrollo de la Autoestima de los Hijos en Edad Escolar".

#### **Características del Manual**

En este manual se encuentra toda la información necesaria para que el instructor pueda dictar el Seminario. Consta de cuatro secciones en cada una de las cuales se especifican los objetivos, el tiempo de duración, los materiales, etc. así como un breve resumen e investigación de los temas que deben ser presentados, para que sirvan éstos como material de apoyo al instructor. así mismo todas las dinámicas y hojas de trabajo aparecen desarrolladas para facilitar la aplicación y revisión de las mismas.

#### **Resumen de las Secciones**

Como se dijo anteriormente, el Manual del Instructor consta de cuatro secciones distribuidas de la siguiente manera:

Sección 1: "Nuestra Propia Imagen". Se define qué es la autoestima según diferentes autores y cómo se desarrolla en los hijos por medio de mensajes que ayudan en este desarrollo y a fortalecerla, así como algunos factores que contribuyen al desarrollo de la autoestima de los hijos, haciendo especial énfasis en la comunicación positiva en el hogar.

Sección 2: "La Comunicación en la Autoestima". Se destaca la comunicación positiva en el hogar como uno de los factores más importantes para el desarrollo de la autoestima de los hijos en edad escolar. Se presenta en esta sección algunos patrones de comunicación así como el ambiente adecuado que debe imperar para llevar a cabo una comunicación efectiva. Esta sección finaliza con una serie de consejos prácticos sobre cómo desarrollar una comunicación efectiva.

Sección 3: "El Poder de las Palabras". Se resalta en esta sección los efectos que ocasionan sobre la autoestima de los hijos las palabras de los padres. Se presenta en el primer tema la responsabilidad de la paternidad al guiar a los hijos a tomar sus propias decisiones para alcanzar sus propios objetivos. También se presentan algunos consejos útiles a los padres para que edifiquen con amor a sus hijos, tratando de identificar aquellos estimuladores de la comunicación que ayudan a desarrollar la autoestima de los hijos.

Sección 4: "Padres que Edifican". En esta sección se presenta la responsabilidad de los padres en el desarrollo de una autoestima adecuada de los hijos. De nuevo se enfoca la responsabilidad de la paternidad pero en esta ocasión en relación a la edificación del carácter y de la vida de los hijos. Se orienta a la búsqueda de frases edificantes con el propósito de sustituirla por frases humillantes, recomendando que es mejor callar si nuestras palabras no son edificadoras. En el último tema se orienta a los padres a descubrir y fomentar una verdadera amistad con sus hijos la cual ayudará a desarrollar una autoestima adecuada en ellos, convirtiendo a padres e hijos en verdaderos amigos.

**Seminario sobre Comunicación en la Autoestima**

**MANUAL DEL INSTRUCTOR**



***La Comunicación Positiva en el Hogar y su  
Influencia en el Desarrollo de la Autoestima  
de los Hijos en Edad Escolar.***

**Preparado por:**

**Nuris James de Bustillos**

**Seminario sobre Comunicación en la Autoestima**

**MANUAL DEL INSTRUCTOR**



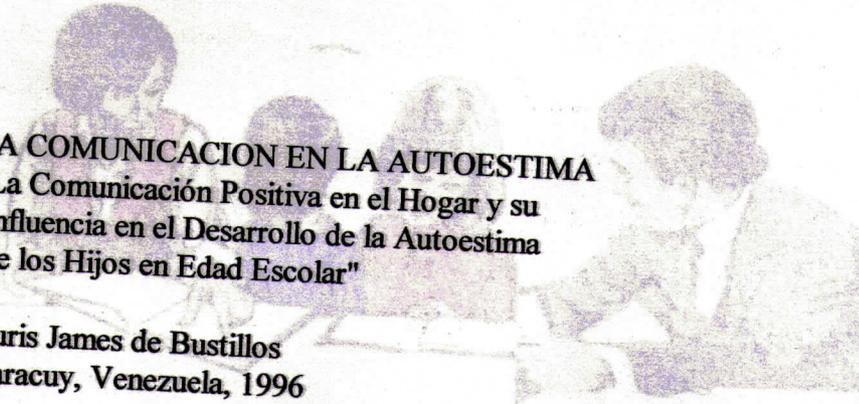
***La Comunicación Positiva en el Hogar y su  
Influencia en el Desarrollo de la Autoestima  
de los Hijos en Edad Escolar.***

**Preparado por:**

**Nuris James de Bustillos**

Seminario sobre Comunicación en la Autoestima

## MANUAL DEL INSTRUCTOR



**LA COMUNICACION EN LA AUTOESTIMA**  
**"La Comunicación Positiva en el Hogar y su**  
**Influencia en el Desarrollo de la Autoestima**  
**de los Hijos en Edad Escolar"**

**Nuris James de Bustillos**  
**Yaracuy, Venezuela, 1996**

La Comunicación Positiva en el Hogar y su  
Influencia en el Desarrollo de la Autoestima  
de los Hijos en Edad Escolar

Preparado por

Nuris James de Bustillos

## Tabla de Contenido

Título.....	5
Sub-Título.....	5
Declaración de Enfoque.....	5
Identificación de la Audiencia.....	5
Objetivos Generales.....	6
Secciones que Contiene el Manual.....	6
Sección 1: "Nuestra Imagen"	
¿Qué es la Autoestima?.....	11
Desarrollando la Autoestima de los Hijos.....	13
Factores que Contribuyen al Desarrollo de la Autoestima de los Hijos.....	19
Sección 2: "La Comunicación en la Autoestima"	
Importancia de la Comunicación Positiva.....	29
Patrones de Comunicación.....	35
Ambiente Adecuado para la Comunicación.....	39
Consejos Sabios para una Comunicación Efectiva.....	45
Sección 3: "El Poder de las Palabras"	
¿Qué Deseas que Sean tus Hijos?.....	52
Palabras que Edifican.....	61
Identificando los Estímulos.....	66
Sección 4: "Padres que Edifican"	
Papá y Mamá, ¿para qué?.....	72
No Humilles a tu Hijo.....	75
Edifica o Cállate.....	79
La Amistad más Preciosa.....	83
Instrumento de Evaluación.....	87
Bibliografía.....	88

## **Título**

La Comunicación en la Autoestima

### **Sub-Título**

La Comunicación Positiva en el Hogar y su Influencia en el Desarrollo de la Autoestima de los Hijos en Edad Escolar.

### **Declaración de Enfoque**

Este Seminario puede ser dirigido por orientadores, maestros, pastores, profesionales en el área de familia y por aquellas personas que hayan adquirido un conocimiento básico en el tema y sientan la responsabilidad de ayudar a padres e hijos en la importante labor de estrechar los lazos familiares.

Recuerden todas aquellas personas que participan en esta encomiable labor, que sólo con la dirección, inspiración y ayuda del Espíritu Santo se logrará alcanzar el éxito esperado en este Seminario.

### **Identificación de la Audiencia**

La audiencia a la que va dirigido este Seminario son padres de familia. Especialmente aquéllos que tengan hijos en edad escolar.

El Seminario es especial para ser dictado en "Escuelas para Padres de Familia" del nivel primario y ciclo básico.

Se recomienda una audiencia mínima entre 15 y 20 personas y un máximo entre 30 y 40 personas.

En todo lo posible se recomienda que la audiencia sean parejas, sin embargo, un sólo padre puede participar y aprovechar todo el material ofrecido.

### Objetivos Generales

Al finalizar el Seminario los participantes podrán:

- ♦ Conocer la importancia de la comunicación positiva en el hogar.
- ♦ Definir qué es comunicación positiva.
- ♦ Identificar los patrones de comunicación positiva.
- ♦ Aplicar estrategias de comunicación para motivar el desarrollo de la autoestima de los hijos.
- ♦ Identificar los factores que ayudan a desarrollar la autoestima de los hijos.
- ♦ Entender el papel de los padres en el desarrollo de la autoestima de los hijos en edad escolar.
- ♦ Aplicar técnicas de comunicación con los hijos en edad escolar con el fin de desarrollar su autoestima.

### Secciones que Contiene el Manual

Este Manual está dividido en cuatro secciones organizadas de la siguiente manera:

Sección 1	Nuestra Imagen	3 Horas
Sección 2	La Comunicación en la Autoestima	3 Horas
Sección 3	El Poder de las Palabras	3 Horas
Sección 4	Padres que Edifican	2 Horas 50 minutos
		-----
Tiempo Total:		11 Horas 50 minutos

---



---

## SECCION UNO

---

### "Nuestra Imagen"

Tiempo de Duración: 3 Horas

	<u>Minutos</u>
Dinámica de Apertura: ¡Conozcámonos!	15
Hoja de Trabajo 1: Autoestima	10
Tema 1: ¿Qué es la Autoestima?	15
Dinámica 1: Llenando la Olla	20
Tema 2: Desarrollando la Autoestima de los Hijos	20
Dinámica 2: Positivo - Negativo	15
Hoja de Trabajo 2: Frases Reforzadoras	10
Receso	15
Tema 3: Factores que Contribuyen al Desarrollo de la Autoestima de los Hijos	20
Hoja de Trabajo 3: Inventario de Autoestima	20
Poema: "El Joven Sensible"	5
Preguntas y Respuestas	15
<b>Total Tiempo:</b>	<b>180</b>

**SECCION UNO***Nuestra Imagen***Duración:**

Tres horas.

**Objetivos:**

- ♦ Comprender el concepto de autoestima.
- ♦ Mostrar algunas frases para reforzar la autoestima de los hijos en edad escolar.
- ♦ Describir algunos factores que contribuyen al desarrollo de la autoestima de los hijos.

**Material para los Participantes:**

- ♦ Lápices
- ♦ Hojas Blancas

**Material Didáctico:**

- |                  |                   |                 |
|------------------|-------------------|-----------------|
| ♦ Acetatos       | * Pantalla        | * Pizarra       |
| ♦ Retroproyector | * Tiza y borrador | * Hojas blancas |

---

---

Dinámica de Apertura:            ¡Conozcámonos!            (20 minutos)

---

Objetivos:

- ♦ Motivar a los participantes a la integración.
- ♦ Que los participantes se conozcan entre sí.
- ♦ Adquirir confianza en sí mismo y en el grupo para participar activamente en el Seminario.
- ♦ Romper el sentimiento de inhibición característico del inicio del Seminario.

Instructor:

- ♦ Dará la bienvenida a los participantes del Seminario, describiendo los objetivos a alcanzar así como los temas que se esperan cubrir.
- ♦ Desarrollará la Dinámica de Apertura.

***Material de Apoyo***

Instrucciones:

1. Se indicará a los participantes que deben llenar en su Manual la hoja llamada "Conozcámonos" buscando entre todos a aquellas personas que llenen las características pedidas.

Participante:

- ♦ Anotará en su manual su definición personal de lo que considera que es la autoestima.
- ♦ Anotará en manual algunos sinónimos de autoestima.
- ♦ Compartirá con todo el grupo sus anotaciones.

**Material de Apoyo**

**"La Autoestima"**

**Para mi la Autoestima es:**

---

---

---

---

---

**Algunos sinónimos de Autoestima:**

---

---

---

---

---

**Tema 1: ¿Qué es la Autoestima?**

---

**(15 minutos)**

Instructor:

- ♦ Orientará a los participantes a compartir su definición de autoestima.
- ♦ Se anotarán en la pizarra los conceptos que vayan surgiendo.
- ♦ Dará varias definiciones de lo que es la autoestima.

***Material de Apoyo***

× Conforme el niño va creciendo necesita ir, al mismo tiempo, desarrollando su autoestima ya que esto le permitirá crecer como un individuo emocionalmente sano.

Para Satir (1991) la autoestima es un concepto, una actitud, un sentimiento, una imagen, y está representada por la conducta. Es la capacidad de valorar el yo y de tratarnos con dignidad, amor y realidad. Al relacionarnos con nuestros hijos debemos tratarlos con dignidad, sin olvidarnos, en primer lugar que ellos son niños y en segundo lugar que también nosotros fuimos niños y quisimos en muchas ocasiones ser tratados y valorados con simpatía y amor (White, 1978).

× La autoestima es una forma de pensar, sentir y actuar que implica aceptarnos tal como somos, respetarnos, creer y confiar en nosotros mismos. La autoestima es confiar en nuestra habilidad para pensar, confiar en nuestra habilidad para enfrentar los desafíos básicos de la vida y confiar en nuestro derecho de ser exitosos y felices (Branden, 1994).

Algunos sinónimos de autoestima son: autovaloración, autoafirmación, autoconcepto, autoimagen, autoconfianza, etc.

La autoestima también la podemos definir como el sentimiento de ser justos, dignos y merecedores, de tener derecho a hacer valer nuestras realidades y deseos, alcanzar nuestros valores y gozar nuestros esfuerzos.

✕ Ante el Ser Supremo la autoestima es muy importante ya que Dios nos ha dado un gran valor: "Porque a mis ojos fuiste de gran estima, fuiste honorable" (Isaías 43:4).

---



---

### Dinámica 1: Llenando la Olla

(20 minutos)

---

#### Objetivos:

- ♦ Motivar a los participantes a la integración.
- ♦ Hacer sentir a los participantes que son de gran valor y elevar su autoestima.
- ♦ Aprende a decir las cosas agradables que sentimos de los demás con el fin de ayudarles a desarrollar su autoestima.
- ♦ Aprender a aceptar las cosas agradables y positivas que los demás dicen de nosotros con el fin de ayudarnos a desarrollar nuestra autoestima.

#### *Material de Apoyo*

#### *"Llenando la Olla"*

#### Instrucciones:

1. Se formarán círculos de diez entre todos los participantes.

2. Cada participante anotará en un papel dos características positivas de cada uno de los demás participantes de su grupo.
3. Una vez terminado de anotar las características, cada participante mencionará las dos características del primer miembro del grupo. Cuando hayan finalizado con el primero pasarán al segundo y así sucesivamente.
4. Al finalizar con todos los participantes se pedirá a dos o tres miembros de cada grupo compartir con todos cómo se sentían antes y después de escuchar sus características.

---



---

**Tema 2: Desarrollando la Autoestima de los Hijos (20 minutos)**

---

Instructor:

- ♦ Resaltar la importancia de que los padres motiven a sus hijos a desarrollar su estima propia.
- ♦ Mencionar y explicar mensajes que afirman lo positivo y mensajes que corrigen lo negativo en la conducta de los hijos.

***Material de Apoyo***

La opinión de los hijos acerca de sí mismos tiene un tremendo impacto en el desarrollo de su autoestima. Verdaderamente una autoestima favorable puede ser la clave más importante para el éxito y la felicidad por el resto de la vida (Papalia, 1992).

En un estudio realizado por Coopersmith en 1967 (citado por Papalia, 1992), se aplicó un cuestionario a cientos de niños en edad escolar con el propósito de determinar

los factores que promueven el desarrollo de su autoestima. Coopersmith concluyó que los niños a esta edad basan su autoestima en cuatro de esos factores:

**Significancia:** La medida en que se sientan amados y aprobados por las personas que son importantes para ellos.

**Competencia:** Para realizar tareas que consideran importantes.

**Virtud:** Se refiere a normas morales y éticas.

**Poder:** En la medida en que ejerzan influencia en su vida y en la de los demás.

Se observó también en esta investigación que la influencia de la familia marca una gran diferencia con respecto a otros factores. Por ejemplo, los hijos cuyos padres eran más cariñosos y les prestaban mayor atención, mostraron mayor desarrollo de su autoestima.

Una buena forma de desarrollar la autoestima de los hijos es por medio de mensajes edificadores. Estos mensajes comunican al hijo algo bueno acerca de ellos mismos. Por esta razón necesitamos edificar a nuestros hijos cada día con comentarios edificadores, casuales y espontáneos, con declaraciones sinceras y afectivas (Wright, 1994).

Hay mensajes que acentúan lo positivo y hay mensajes que corrigen lo negativo (Wright, 1994). Ejemplos de mensajes que acentúan lo positivo son:

- ♦ "Tu trabajo en la escuela ha mejorado bastante".
- ♦ "Tratas a tus amigos muy bien".
- ♦ "Me gustó como limpiaste tu cuarto, gracias".
- ♦ "Eres una persona muy especial para mi".

- ♦ "Estoy contento de que seas mi hijo".

Ejemplos de mensajes que corrigen lo negativo son:

- "No estoy seguro de que escuchaste lo que dije. Dime lo que oíste y después te repito lo que yo dije."
- "Atiende a la ayuda que te estoy dando."
- "Esa no fue la mejor elección que hiciste, pero tengo algunas ideas buenas que te pueden ayudar."

Los esfuerzos para desarrollar la autoestima de los hijos fomentarán la madurez y la independencia al ayudarles a pensar y actuar por ellos mismos.

\* Norman Wright (1994) dice que "los mensajes que edifican aumentan el valor del niño ante sus propios ojos, además le abre la puerta para el aprendizaje, el crecimiento, la madurez y la independencia".

---



---

Dinámica 2:

Positivo - Negativo

(15 minutos)

---

Participante:

- ♦ Se reunirán en grupos de cuatro y leerán la historia titulada "Pedro y Elena" en su manual.
- ♦ Anotarán en su manual cinco mensajes que acentúan lo positivo y cinco mensajes que corrigen lo negativo.
- ♦ Compartirán con todo el grupo los mensajes anotados y las razones por las que creen que son ese tipo de mensaje.

**Material de Apoyo****"Pedrito y Elena"**

(por Nuris James)

"Pedrito tiene siete años y su hermana Elena tiene nueve. Al caer la noche, Pedrito está jugando en la sala y Elena está haciendo su tarea de la escuela mientras que su mamá está en la cocina preparando la cena y el papá en el sofá leyendo el periódico.

Elena va hasta la cocina donde está la mamá y dice:

Elena: -- Mamá, mira; ya terminé mi tarea.

Mamá: -- A ver. ¡Muy bien!. Veo que estás mejorando tu letra..

Elena: -- Gracias. ¿Necesitas que te ayude a preparar la cena?

Mamá: -- No hija; gracias por ser tan cooperadora. Mejor ve qué está haciendo Pedrito.

Pedrito, al tratar de tomar su carrito, no se da cuenta que está muy cerca de la mesita y tumba el florero al piso.

Papá: -- ¿Qué hiciste, Pedrito? Por eso no me gusta que juegues en la sala.

Pedrito: -- No fue mi culpa, papá. Le voy a decir a Elena que lo recoja todo.

Papá: -- No, Pedrito. Aunque no fue tu culpa, tu fuiste el responsable y debes recogerlo todo.

Elena: -- Tranquilo, Pedrito. No te asustes, yo te voy a ayudar.

Papá: -- ¡Muy bien, Elena! Tratas muy bien a tu hermano.

Pedrito: -- Gracias, Elena. Papá: cuando termine, ¿puedo salir a jugar?

Papá: -- Si, pero primero...

Pedrito sale corriendo y no deja terminar de hablar a su papá.

Papá: -- ¡Pedrito! ¡Ven acá! Pon atención mientras te hablo. ¿Qué debes hacer primero?

Pedrito: -- Bueno... primero voy a recoger los desórdenes que hice y luego voy a salir a jugar.

Papá: -- ¡Muy buena decisión, Pedrito!

La mamá se asoma por la puerta de la cocina y anuncia que la cena está lista. Al terminar de recoger todos los desórdenes, los niños y el papá se dirigen a la cocina a cenar.

Anota tres mensajes que acentuaron las actitudes positivas de los niños:

Mensaje

Razón

_____	_____
_____	_____
_____	_____

Anota tres mensajes que corrigieron las actitudes negativas de los niños:

Mensaje

Razón

_____	_____
_____	_____
_____	_____

Participante:

- ♦ Llenará en su Manual la hoja de trabajo titulada "Frases Reforzadoras".
- ♦ Compartirá con el resto del grupo sus frases reforzadoras.

**Material de Apoyo**

**"Frases Reforzadoras"**

**Instrucciones:** De acuerdo con los cuatro factores de Coopersmith, escribe una frase que usarías para reforzar la autoestima de tu hijo(a).

Significancia		<hr/>
Competencia		<hr/>
Virtud		<hr/>
Poder		<hr/>

---

---

Tema 3: Factores que Contribuyen al Desarrollo de  
la Autoestima de los Hijos

---

(20 minutos)

Instructor:

- ♦ Mencionará y explicará una serie de factores que contribuyen a desarrollar la autoestima de los hijos, haciendo especial énfasis en el factor comunicación.

***Material de Apoyo***

El desarrollo de la autoestima de un niño es el resultado de muchos factores que actúan sobre su vida y que influyen sobre la conciencia que éste va formando de sí mismo. Estos factores han sido resumidos por el Dr. Norman Wright en su libro "Las Palabras de los Padres y su Asombroso Poder":

1. Que el ambiente del hogar sea positivo. La atmósfera básicamente no debe ser de crítica. El hogar es más que un lugar, debe ser un ideal realizado donde reine la armonía y la comprensión. El ambiente de crítica no es el que debería reinar. Criticar a los hijos es producir en ellos sentimientos de culpa e interferir en su crecimiento emocional. El Dr. S.D. Gordon (1984) agrega que el hogar debe ser un sitio donde el amor reina y educa.
2. Cada miembro de la familia es valorado y aceptado por ser quien es. Hay respeto por las características individuales. Los padres pueden aprender a demostrar a través de sus palabras un sentimiento de aceptación hacia sus hijos, influyendo de esta manera en

la opinión que el niño tiene de sí mismo y le ayudarán a adquirir una idea de su propio valor. Gordon (1977) agrega que al ser aceptado tal como es, el niño experimenta que es amado y valorado.

3. A cada persona se le permite actuar en su propio papel. A un niño se le permite ser un niño y a un adulto ser un adulto. Es muy importante que probemos nuestros propios motivos como padres, no sea que estemos exigiendo a nuestros hijos más de lo que ellos pueden dar como niños, creándoles de esta manera un problema que les afectará su autoestima al no lograr cumplir con la exigencia (Getz, 1980).
4. Los miembros de la familia cuidan los unos de los otros y lo expresan y afirman. Los hijos toman conciencia que son miembros de un hogar y que forman parte de un grupo especial de personas; al mismo tiempo aprenden a expresar esa atención por cada uno de los demás miembros de la familia.
5. El proceso de comunicación es saludable, abierto y directo. No hay dobles mensajes. Los padres de niños en edad escolar deben evitar mensajes dobles, ya que en esta etapa es cuando el niño desarrolla un concepto sobre su propio valor, así como también formula ideas sobre el valor de los demás. Si la comunicación no es adecuada y los mensajes son distorsionados, el niño no desarrollará un concepto apropiado sobre sí mismo (James, 1976).
6. Los niños están criados de tal manera que pueden madurar y ser individuos con sus derechos propios. Se separan de mamá y papá de una manera saludable.
7. La familia disfruta estando junta. No están juntos en un sentido de obligación.
8. Los miembros de una familia pueden reír y disfrutar de la vida con sinceridad.

---



---

**Hoja de Trabajo 3:          Inventario de Autoestima          (20 minutos)**


---

Instructor:

- ♦ Indicará a los participantes que se sienten separados y contesten en su manual su hoja de trabajo titulada "Inventario de Autoestima".

***Material de Apoyo***

**"Inventario de Autoestima"**

**Instrucciones:** Este inventario de autoestima te ayudará a conocerte a ti mismo como persona y, al conocerte a ti mismo, podrás ayudar a tu hijo(a) a desarrollar su propia autoestima. Coloca una x en aquella respuesta que mejor refleje tu situación particular. (Tomado de un seminario de autoestima sin título ni autor).

0 = Totalmente en desacuerdo  
1 = Parcialmente de acuerdo

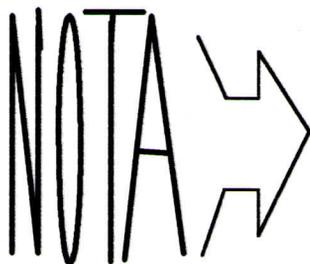
3 = Mayormente de acuerdo  
4 = Totalmente de acuerdo

	0	1	2	3
1. Me siento inferior a otros.	---	---	---	---
2. Me siento contento conmigo mismo.	---	---	---	---
3. Me siento inadecuado al manejar nuevas situaciones.	---	---	---	---
4. Soy amigable con las demás personas.	---	---	---	---
5. Tiendo a culparme a mi mismo por mis errores.	---	---	---	---
6. Me siento libre de vergüenza, culpa y remordimiento.	---	---	---	---
7. Siento necesidad de mostrar lo valioso que soy.	---	---	---	---
8. Siento gran disfrute por la vida.	---	---	---	---
9. Me interesa lo que otras personas dicen o piensan de mi.	---	---	---	---

- |  |      |      |      |      |
|--|------|------|------|------|
| 10. Puedo dejar que otros se equivoquen sin intentar corregirlos.                    | ---- | ---- | ---- | ---- |
| 11. Siento necesidad de reconocimientos y aprobación.                                | ---- | ---- | ---- | ---- |
| 12. Me siento libre de frustraciones, conflictos y agitación emocional.              | ---- | ---- | ---- | ---- |
| 13. Usualmente el fracasar me hace sentir rencoroso e inferior a los demás.          | ---- | ---- | ---- | ---- |
| 14. Me siento confiado ante situaciones nuevas.                                      | ---- | ---- | ---- | ---- |
| 15. Tiendo a condenar o desear castigar a los demás.                                 | ---- | ---- | ---- | ---- |
| 16. Pienso por mi mismo y tomo mis propias decisiones.                               | ---- | ---- | ---- | ---- |
| 17. Frecuentemente soy amable con las personas en atención a su riqueza o prestigio. | ---- | ---- | ---- | ---- |
| 18. Acepto la responsabilidad por las consecuencias de mis actos.                    | ---- | ---- | ---- | ---- |
| 19. Me inclino a exagerar o mentir por mantener mi imagen                            | ---- | ---- | ---- | ---- |
| 20. Me siento libre de dar prioridad a mis necesidades.                              | ---- | ---- | ---- | ---- |
| 21. Tiendo a rebajar mis habilidades, posesiones y talentos                          | ---- | ---- | ---- | ---- |
| 22. Soy libre de dar a conocer mis opiniones y convicciones                          | ---- | ---- | ---- | ---- |
| 23. Niego, racionalizo o justifico mis errores y defectos.                           | ---- | ---- | ---- | ---- |
| 24. Me siento cómodo y equilibrado delante extraños.                                 | ---- | ---- | ---- | ---- |
| 25. Critico y descalifico a los demás.   | ---- | ---- | ---- | ---- |
| 26. Soy libre de expresar mis emociones.   | ---- | ---- | ---- | ---- |
| 27. Soy vulnerable a las opiniones, comentarios y actitudes de los demás.            | ---- | ---- | ---- | ---- |
| 28. Raramente tengo manifestaciones de celos o envidia                               | ---- | ---- | ---- | ---- |
| 29. Siento necesidad de complacer a las demás personas.                              | ---- | ---- | ---- | ---- |
| 30. No tengo prejuicios hacia otros grupos religiosos                                | ---- | ---- | ---- | ---- |

- |   |      |      |      |      |
|---|------|------|------|------|
| 31. Siento miedo de mostrarme tal cual soy.   | ---- | ---- | ---- | ---- |
| 32. Soy considerado, generoso y sincero con las personas.                           | ---- | ---- | ---- | ---- |
| 33. A menudo culpo a los demás de mis problemas y errores                           | ---- | ---- | ---- | ---- |
| 34. Raramente me siento solitario, aislado e incómodo cuando estoy solo.            | ---- | ---- | ---- | ---- |
| 35. Soy un perfeccionista compulsivo.   | ---- | ---- | ---- | ---- |
| 36. Acepto halagos y regalos sin sentirme apenado u obligado por ellos              | ---- | ---- | ---- | ---- |
| 37. A menudo soy compulsivo al comer o hablar.                                      | ---- | ---- | ---- | ---- |
| 38. Aprecio los logros e ideas de las demás personas.                               | ---- | ---- | ---- | ---- |
| 39. Rehuyo enfrentar situaciones nuevas por el temor de cometer errores o fracasos. | ---- | ---- | ---- | ---- |
| 40. Hago y mantengo amistades sin esfuerzo.   | ---- | ---- | ---- | ---- |
| 41. A menudo me avergüenzo por las acciones cometidas por mis familiares y amigos.  | ---- | ---- | ---- | ---- |
| 42. Estoy dispuesto a aceptar mis errores y mis defectos.                           | ---- | ---- | ---- | ---- |
| 43. Experimento una fuerte necesidad de defender mis acciones.                      | ---- | ---- | ---- | ---- |
| 44. Puedo estar en desacuerdo con otros sin sentirme relegado.                      | ---- | ---- | ---- | ---- |
| 45. Siento una fuerte necesidad de aprobación.                                      | ---- | ---- | ---- | ---- |
| 46. Me siento abierto para conocer nuevas ideas y proposiciones.                    | ---- | ---- | ---- | ---- |
| 47. Juzgo mi propio valor comparándolo con otros.                                   | ---- | ---- | ---- | ---- |
| 48. Soy libre de pensar cualquier cosa que pase por mi mente.                       | ---- | ---- | ---- | ---- |
| 49. Acostumbro a jactarme de mi mismo, mis posesiones y logros.                     | ---- | ---- | ---- | ---- |
| 50. Acepto mi propia autoridad y actúo de acuerdo a mi propia iniciativa.           | ---- | ---- | ---- | ---- |

## Interpretación de los Resultados Obtenidos:



Para calcular el Coeficiente de Autoestima (CoA), use la fórmula:

$$\text{CoA} = \text{Ítems Pares} - \text{Ítems Impares}$$

*Ítems Pares:* Es la suma de los valores respondidos en las respuestas pares.

*Ítems Impares:* Es la suma de los valores respondidos en las respuestas impares.

**60 a 75:** ¡Felicidades! Usted es una persona muy estable. Se siente bien consigo mismo y con las personas que le rodean. En general su CoA está en niveles superiores a lo normal y puede enfrentar la vida de una manera excelente. Sobre todo, está en su máxima capacidad de brindar toda la ayuda a sus hijos para que ellos también desarrollen su autoestima de manera adecuada.

**36 a 59:** Su CoA es normal. Usted es una persona generosa, sincera y se relaciona con honestidad con la gente que le rodea. Continúe en sus actividades normales y trate siempre de mantener pensamientos positivos y de relacionarse con personas felices y amigables. Puede transmitir a sus hijos el mismo ánimo tratando que sus palabras les animen a crecer y pensar de ellos mismos de una manera positiva.

**Menos de 36:** Su autoestima ha alcanzado niveles muy bajos. Usted debe poner mayor atención a su propia personalidad. Al relacionarse con la gente que le rodea trate de asumir una posición honesta, sencilla y amistosa. Haga a un lado los pensamientos negativos y proyéctese en el futuro como una persona triunfadora. Hable con sus hijos y muéstreles que los quiere, que los aprecia, que son lo más importante para usted y permítales tomar pequeñas decisiones que para ellos son muy importantes.

---

---

Poesía:

El Joven Sensible

(5 minutos)

---

Instructor:

- ♦ Leerá o pedirá a un participante que lea la poesía "El Joven Sensible".
- ♦ Motivará a los participantes a reflexionar individualmente sobre esta poesía con el propósito de pensar en la personalidad de tu hijo(a).

***Material de Apoyo***

**"El Joven Sensible"**

*Hoy vi la otra cara de tu personalidad:*

*un joven extremadamente sensible,*

*cuyo corazón rebosa de amor*

*siempre supe que eras así a pesar*

*de que rara vez muestras tus emociones.*

*Aunque te estás volviendo una persona fuerte y resuelta*

*espero que no pienses que tienes que ser siempre así.*

*La cara tierna y dulce de tu personalidad*

*tiene que expresarse más a menudo*

*para que la gente pueda ver la totalidad de tu persona.*

*En ti se han hecho realidad mis mejores deseos.*

*Eres una persona extraordinaria, estoy orgullosa de ti*

*y te amaré siempre.*

---

---

Fin de Sección 1:

Preguntas y Respuestas

(15 minutos)

---

---



---

## SECCION DOS

---

### "La Comunicación en la Autoestima"

Tiempo de Duración: 3 Horas

		Minutos
		-----
Dinámica 1:	¿Cómo Dijo?!	15
Tema 1	Importancia de la Comunicación Positiva	15
Hoja de Trabajo 1:	¿Cuán Comunicativo es tu Hijo?	10
Tema 2	Patrones de Comunicación	15
Hoja de Trabajo 2:	Patrones de Comunicación	10
Receso		15
Tema 3:	Ambiente Adecuado para la Comunicación	20
Dinámica 2:	Rubén y Noemí (Estudio de Caso)	20
Hoja de Trabajo 3:	Comunicándome con mi Hijo	10
Tema 4:	Consejos Sabios para una Comunicación Efectiva	15
Dinámica 3:	Mi Pacto	20
Preguntas y Respuestas		15
		-----
	Total Tiempo:	180

**SECCION DOS*****Comunicándonos en Forma Positiva*****Duración:**

Tres horas

**Objetivos:**

- ♦ Comprender el concepto de comunicación positiva.
- ♦ Identificar los patrones de comunicación positiva.
- ♦ Poner en práctica algunos consejos para mejorar la comunicación.

**Material para los participantes:**

- ♦ Lápices
- ♦ Hojas Blancas

**Material didáctico:**

- |                  |                   |                 |
|------------------|-------------------|-----------------|
| ♦ Acetatos       | * Pantalla        | * Pizarra       |
| ♦ Retroproyector | * Tiza y borrador | * Hojas blancas |

---

---

Dinámica 1:

¿Cómo Dijo?!

(15 minutos)

---

Instructor:

- ♦ Indicará a los participantes las instrucciones que se deben seguir para desarrollar la dinámica en forma efectiva.
- ♦ Al finalizar la dinámica, mencionará los objetivos de la misma.

Objetivos:

- ♦ Aprender la importancia de desarrollar una buena comunicación.
- ♦ Darnos cuenta que a veces lo que escuchamos y lo que decimos no tienen ninguna relación o que se interpreta de maneras diferentes.

### *Material de Apoyo*

#### **Dinámica:**

1. Formar un solo círculo con todos los participantes.
2. El primero que inicie le hará una pregunta al oído a su compañero de la derecha y éste a su vez, le contestará. La pregunta puede ser de cualquier tema, por ejemplo: ¿cuál es su color favorito?, ¿qué comen las vacas?, etc.
3. Luego, el segundo hará otra pregunta al tercero y así sucesivamente hasta completar el círculo. Se debe indicar a los participantes que no olviden la pregunta que se les hizo y la respuesta que se les dió.

4. Al terminar, el primero comenzará diciendo (usando los nombres de sus compañeros de la derecha y de la izquierda respectivamente): "Luis me preguntó que .... y Pedro me contestó que .... "
5. Las frases que se formarán ayudarán a comprender los objetivos de esta dinámica.

**Tema 1: Importancia de la Comunicación Positiva (15 minutos)**

Instructor:

- ♦ Definirá lo que es la comunicación positiva.
- ♦ Explicará la importancia de estudiar la comunicación positiva en el hogar.
- ♦ Presentará la comunicación como uno de los principales factores que influyen en el desarrollo de la autoestima de los hijos en edad escolar.

***Material de Apoyo***

La comunicación es un proceso por medio del cual se influyen unos a otros (Bellido, 1983), de esta forma cuando las acciones (verbales o no verbales) de una persona son percibidas por otra, tienen ya aspecto de comunicación.

La comunicación es un privilegio otorgado por Dios para que el hombre pueda relacionarse con los demás, y que debemos saber aprovechar efectivamente para mantener mejores relaciones familiares y humanas. La comunicación positiva se entiende como aquella comunicación eficaz, que no tiene mensajes dobles o escondidos, es aquella comunicación sincera que se lleva a cabo entre dos seres honestos. Es la comunicación

que permite que dos personas puedan hablar de sus sentimientos, comprenderse y apoyarse una en la otra.

La comunicación no consiste solamente en hablar, sino en saber transmitir los mensajes verbales y no verbales que están dentro del proceso de las relaciones interpersonales. Hablar es fácil, pero comunicarse es difícil. Toda comunicación se lleva a cabo entre dos o más personas y consiste en dar y recibir información, así como comprender el mensaje dado (Wright, 1974).

Virginia Satir (1982) afirma que la comunicación resulta ser el factor más importante que determina el tipo de relación que una persona vaya a tener con los demás y lo que le sucede en el mundo que le rodea. Además agrega que la comunicación es la norma por la que dos personas miden el nivel de autoestima y es el instrumento por medio del cual ese nivel de autoestima puede modificarse.

El hombre es un ser social por naturaleza y necesita relacionarse con los demás. Se calcula que el 70% de nuestro tiempo durante el día lo pasamos en alguna forma de comunicación, hablando o escuchando, oyendo o escribiendo o efectuando otras actividades semejantes (Van Pelt, 1983). Esto es muy importante ya que une a la familia.

Es apropiado desarrollar una buena comunicación en el hogar como un factor importante que afecta la autoestima de los hijos, especialmente aquéllos en edad escolar, ya que es la etapa en que están desarrollando su propia personalidad.

Una comunicación positiva en el hogar fortalece la unidad familiar, permite que existan mayores elogios, palabras de admiración y menos reproches, y todo esto ayudará a desarrollar en los hijos una autoestima adecuada.

---



---

**Hoja de Trabajo 1: ¿Cuán Comunicativo es tu Hijo? (10 minutos)**


---

Participante:

- ♦ Deberá responder cada una de las preguntas del cuestionario encerrando en un círculo su respuesta.
- ♦ Al finalizar tabulará los resultados obtenidos y esperará que el instructor dé las interpretaciones correspondientes.
- ♦ Anotará en su cuaderno o manual la interpretación de su resultado.

***Material de Apoyo***

**Instrucciones:**

Como padre o madre debes responder este cuestionario, pensando en tu hijo y encerrando en un círculo la respuesta correcta. Al finalizar, debes esperar que el instructor dé la interpretación de los resultados.

**Cuestionario:** (Tomado de Drouin, 1984)

1. ¿Tu hijo sonríe con facilidad?

SI                      NO

2. ¿Tiene un carácter generalmente alegre?

SI                      NO

3. ¿Es fácil vivir con él?

SI                      NO

4. ¿Tiene tendencia a ver el lado bueno de las cosas?

SI                      NO

5. ¿Es de réplica fácil?

SI NO

6. ¿Encuentra siempre argumentos para conseguir sus fines?

SI NO

7. ¿Le resulta difícil el hecho de no permanecer solo largo tiempo?

SI NO

8. ¿Le gustan los juegos de equipo?

SI NO

9. ¿Tiene muchos amigos?

SI NO

10. ¿Le resulta fácil hacer nuevos amigos?

SI NO

11. ¿Se dirige espontáneamente a las personas?

SI NO

12. ¿Suele decir espontáneamente "Buenos días", "Gracias", "Por favor".

SI NO

13. ¿Tiene tendencia de llevar a sus amigos a casa?

SI NO

14. ¿Hace regalos *habitualmente*?

SI NO

15. ¿Presta *habitualmente* sus juguetes o sus cosas?

SI NO

16. En general, ¿es muy amable con sus amigos?

SI NO

17. ¿Le gusta prestar pequeños servicios?

SI NO

18. ¿Está en buena relación con sus vecinos?

SI NO

19. ¿Se pone a hablar por teléfono con alguien que ha llamado y al que jamás ha visto?

SI NO

20. ¿Acepta que se le moleste sin irritarse cuando está haciendo algo que le interesa?

SI NO

21. ¿Conserva la calma cuando se le hacen reproches?

SI NO

22. ¿Es mas bien charlatán?

SI NO

23. ¿Se explica fácilmente y sin confundirse en lo que dice?

SI NO

24. ¿Es incapaz de enojarse o poner mala cara durante mucho tiempo?

SI NO

25. ¿Le gusta contar todo lo que le sucede?

SI NO

26. Cuando se le habla, ¿escucha con atención lo que se le dice?

SI NO

27. ¿Retiene con facilidad lo que se le cuenta?

SI NO

28. Cuando estrecha la mano a alguna persona, ¿lo hace de modo directo y sin blanduras?

SI NO

29. Cuando habla con alguien, ¿lo hace generalmente con los ojos bien abiertos y mirando de frente a la persona?

SI NO

30. ¿Está contento cuando tiene que vestirse elegantemente para determinadas ocasiones?

SI NO

### Interpretación o Resultados:

**NOTA:** Estos resultados han sido establecidos por el Dr. Alain Dubos y Cécile Drouin. Sin embargo "estos resultados aclaran una tendencia, unas posibilidades. Han de ayudaros a descubrir todas las capacidades de vuestros hijos. Pero no son oráculos" (Drouin, 1984).

**24 a 30 Sí:** Tu hijo tiene un don extraordinario para la comunicación, y si él quiere sacar partido de este talento, podrá triunfar en todas las profesiones que requieren contacto con el público. Tiene una gran capacidad de relacionarse con la gente.

**15 a 23 Sí:** Tu hijo posee cierta facilidad para la comunicación. Se recomienda mayor relación con la gente pero no hay que obligarlo ya que debe hacer mucho esfuerzo para comunicarse con la gente. MotíVELO a relacionarse más, a realizar más actividades en grupo, más deportes en conjunto.

**Menos de 15 Sí:** Tu hijo se comunica con dificultad con los demás, y cualquier actividad que le ponga en contacto con la gente le parecerá pesada y difícil de soportar. Es demasiado introvertido y solitario para adaptarse fácilmente a los desconocidos. Se recomienda motivarlo a realizar actividades en grupo con mayor frecuencia, a conversar con él y permitirle que sea él el que hable y exprese sus sentimientos.

Instructor:

- ♦ Mencionará los patrones de comunicación y cómo éstos influyen en las relaciones humanas y en el desarrollo de la autoestima.
- ♦ Describirá cada uno de los patrones de comunicación.
- ♦ Mostrará la importancia de alcanzar un patrón nivelador en la comunicación.

### *Material de Apoyo*

La forma en que la gente se comunica entre sí, ha permitido establecer una serie de patrones universales. Estos patrones de comunicación se presentan no solamente de acuerdo al estado de ánimo de la persona, sino también a su nivel de autoestima (Satir, 1991).

A continuación se presentan cinco patrones de comunicación de acuerdo a Virginia Satir, en su libro "Nuevas Relaciones en el Núcleo Familiar".

**Aplacador:** Es la persona que lo acepta todo. Que a todo dice "sí" sin contradecir. Siente que su existencia depende de los demás y está agradecido porque sin los demás no existiría.

El aplacador siente que no vale nada, que es responsable por las cosas que salgan mal. Es meloso, humilde y mártir. Su autoestima está en niveles muy bajos.

**Acusador:** El interés principal del acusador es maltratar. Encuentra defectos en todo, es como un dictador y se siente superior a todos. Es ruidoso y tirano.

El acusador se considera a sí mismo de poco valor, por esta razón su actitud ya que si logra hacer que alguien le obedezca se sentirá útil y eficaz.

La autoestima del acusador está en niveles muy bajos.

**Calculador:** Es sereno, frío y controlado. Es semejante a una computadora. Utiliza palabras largas y sofisticadas. No muestra ningún sentimiento.

El calculador nunca debe cometer errores. Su autoestima es baja ya que internamente se siente indefenso.

**Distractor:** Utiliza palabras sin sentido, irrelevantes. Su vida gira sin sentido. Ignora a los demás. Responde a las preguntas de otros con temas distintos y sin interés. El distractor tiene una baja autoestima. Siente que no le importa nadie y que está fuera de sitio.

**Nivelador:** Es fluído, sigue una misma dirección en sus palabras y argumentos. Las relaciones son más fáciles, libres y sinceras. Motiva a la autoestima. Este patrón de comunicación permite reparar roturas entre las personas.

La persona niveladora sabe lo que hace y está dispuesta a enfrentar cualquier situación con sinceridad. Muestra sus sentimientos internos tal como son. Es congruente.

El nivel de autoestima del nivelador es adecuado.

## Hoja de Trabajo 2:

## Patrones de Comunicación

(15 minutos)

Instructor:

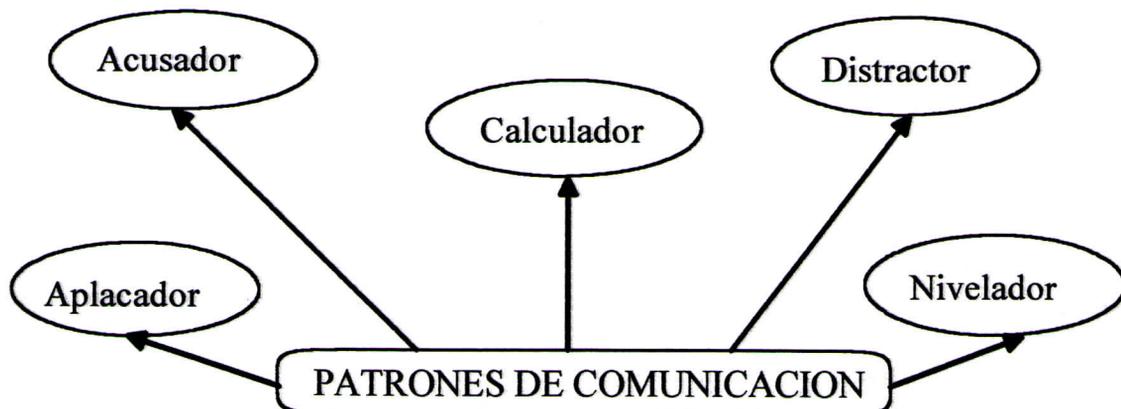
- ♦ Invitará a varios participantes, uno a la vez, para que asuman el papel de padres y ejemplifiquen con su cuerpo y su voz uno de los patrones de comunicación, dirigiéndose a otro adulto quien hará el papel de hijo.
- ♦ Indicará a los participantes que deben llenar su hoja de trabajo No. 2 de su manual, con los patrones de comunicación que fueron explicados.
- ♦ Indicará que en cada una de las situaciones planteadas en su hoja de trabajo, deberá anotar, en pocas palabras, cómo responder ante ellas.

Participante:

- ♦ Compartirá con todo el grupo sus experiencias y respuestas a las situaciones presentadas.

**Material de Apoyo****Parte A.**

**Instrucciones:** Llena los espacios en blanco con los cinco Patrones de Comunicación.



**Parte B.****Instrucciones:**

Es difícil cambiar nuestros patrones de comunicación para convertirlos en niveladores, pero una manera de lograrlo es responder adecuadamente a ciertas situaciones. A continuación se te presentan cinco situaciones, escribe con tus propias palabras cómo responderías o reaccionarías ante ellas. Fíjate en el ejemplo.

**Ejemplo:**

"Podría cometer un error."

**Reacción: Sin duda cometeré errores al realizar cualquier acción. Todos cometemos errores. Es bueno reconocer y aceptar nuestros errores.**

1. "Tal vez alguien se enoje conmigo por lo que hice."

---



---

2. "Alguien me puede criticar por lo que hago."

---



---

3. "¿Y si me convierto en una persona impositiva para los demás?"

---



---

4. "Tal vez piensen que no sirvo para nada."

---



---

5. "Nunca hago nada bien."

---



---



---



---

Receso

(15 minutos)

---

---

---

**Tema 3: Ambiente Adecuado para la Comunicación (15 minutos)**

---

Instructor:

- ♦ Presentará la importancia del ambiente adecuado para que existe una buena comunicación.
- ♦ Describirá y definirá los seis estimuladores más importantes de la comunicación.

***Material de Apoyo***

Para que exista una buena relación comunicacional dentro de la familia, se hace necesario crear el ambiente adecuado, ya que la comunicación no es algo aislado, sino que es el resultado de un buen clima familiar (Correa, 1991).

Es imprescindible que la comunicación entre padres e hijos sea estimulada por factores que propicien un ambiente adecuado. Entre los factores más destacados están:

1. **Sinceridad:** Los padres deben ser abiertos y francos, claros con sus hijos en cuanto a lo que esperan de ellos. Cuáles son sus límites de decisión y sus privilegios como hijos, así como sus responsabilidades como miembros de una familia. Deben conocer y aceptar que todo privilegio conlleva a una responsabilidad (Harris, 1991).
2. **Empatía:** Es la capacidad de identificarse mentalmente con otra persona, experimentar y entender las percepciones y los sentimientos de ella (Bernal, 1989). Es colocarse en el lugar de la otra persona para entenderla y comprenderla. Los padres deben empatizar con sus hijos y ver el mundo como ellos lo ven.

3. **Escuchar:** Los hijos esperan que sus padres los escuchen. Desean sentir que le hablan a un padre o una madre que tiene la disposición y el tiempo para escuchar. Los padres deben tener la habilidad de escuchar con atención y no interrumpir. Nancy Van Pelt (1994) dice que "cuando los padres aprendan a controlar su lengua y abrir sus oídos, encontrarán que se producen cambios admirables en las discusiones familiares".
4. **Respeto:** Un estimulador exitoso para fomentar la comunicación positiva entre padres e hijos es el respeto. Los padres que no respetan a sus hijos hacen que su autoestima caiga considerablemente. El hijo llega a la conclusión de que no es gran cosa como persona (Correa, 1991).
5. **Seguridad:** Los hijos necesitan saber que su hogar es un hogar seguro, que es un sitio donde se encuentran a gusto. Cuando existe seguridad en el hogar los hijos aprenden a tomar sus propias decisiones (Correa, 1991). La falta de seguridad lleva a la depresión, al pesimismo y hace decaer la autoestima de los hijos.
6. **Amor:** El amor cubrirá multitud de errores o equivocaciones, tanto de los padres como de los hijos. El amor es el elemento más importante para madurar, sin amor no se puede vivir (Correa, 1991).

---

Dinámica 2: "Rubén y Noemí", estudio de caso (20 minutos)

---

Instructor:

- Solicitará al grupo formar equipos de cuatro personas.
- Se nombrará un coordinador en cada grupo.

- ♦ Indicará a cada participante que debe llenar su hoja de trabajo de acuerdo a las conclusiones obtenidas por el grupo.
- ♦ En cada grupo se leerá el caso a estudiar y se responderán las preguntas planteadas.
- ♦ Pedirá a cada coordinador dar un breve resumen de las conclusiones más importantes de su grupo.
- ♦ Hará un resumen general y breve de las conclusiones de los grupos.

### ***Material de Apoyo***

#### **Estudio de Caso: "Rubén y Noemí"**

(Tomado de Guillén Correa en "La Familia Según Dios", páginas 162, 163.)

"Rubén y Noemí son dos chicos diferentes que viven en hogares distintos. Rubén tiene ocho años y Noemí nueve. Un día ambos cometen el mismo error: al levantarse para coger el vaso de agua, han tirado el plato de la comida encima de la mesa y se han manchado la ropa.

Los padres de Rubén le comentan: "Mira lo que ha pasado. Esto te sucedió porque tenías el plato de la comida mal colocado, y por eso al levantar el brazo para coger el vaso te lo has tirado por encima. Bueno, ahora limpia lo que has ensuciado, cámbiate de ropa y fíjate cómo pones el plato para que no te vuelva a suceder".

Los padres de Noemí le comentan gritando: "¡Otra vez! Jamás aprenderás. Y no aprendes porque nunca te fijas en lo que te enseño. ¡Tonta! ¡Mira lo que has hecho! ¿Y quién tiene que limpiarlo? Yo ¿verdad? ¡Nos estás volviendo locos! Ahora te quedas sin comer. ¡Vete a tu cuarto!".

**De acuerdo al caso presentado, responde las siguientes preguntas.**

1. ¿Qué aprendió Rubén?
  - a) \_\_\_\_\_
  - b) \_\_\_\_\_
  
2. ¿Qué aprendió Noemí?
  - a) \_\_\_\_\_
  - b) \_\_\_\_\_
  
3. ¿Cuáles estimuladores de la comunicación se pusieron en práctica en el caso de Rubén?  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
  
4. ¿Cómo crees que se sintió Noemí?  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
  
5. ¿Cuál consideras que fue el estimulador que más faltó en el caso de Noemí y por qué?  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
  
6. ¿Cuál debería ser nuestra actitud ante nuestros hijos en una situación similar?  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

---



---

**Hoja de Trabajo 3: Comunicándome con mi Hijo (10 minutos)**


---

Participante:

- ♦ Realizará la hoja de trabajo llamada: "Comunicándome con mi Hijo" en su Manual.

***Material de Apoyo***

**Instrucciones:**

Marca con una x el recuadro que indique tu puntuación de acuerdo a los factores estimulantes que tu aplicas en la comunicación con tus hijos para crear un ambiente adecuado. Usa la escala:

1- No lo utilizo.

4- Lo utilizo frecuentemente

2- Lo utilizo muy poco

5- Siempre lo utilizo

3- Lo utilizo regularmente

	1	2	3	4	5
<b>Sinceridad</b>	<input type="checkbox"/>				
<b>Empatía</b>	<input type="checkbox"/>				
<b>Escuchar</b>	<input type="checkbox"/>				
<b>Respeto</b>	<input type="checkbox"/>				
<b>Seguridad</b>	<input type="checkbox"/>				
<b>Amor</b>	<input type="checkbox"/>				

- ♦ Para aquellos factores estimulantes de la comunicación en los que obtuviste tres puntos o menos, ¿qué soluciones prácticas puedes mencionar para mejorarlos?

**Sinceridad:** \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**Empatía:** \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**Escuchar:** \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**Respeto:** \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**Seguridad:** \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**Amor:** \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

*"Cuando se priva al niño de relaciones afectuosas en el hogar, las actitudes de desamor con las cuales debe convivir le inculcan que es un indeseable, que no sirve para nada o que es un ser inferior. Llega a la conclusión de que no es gran cosa como persona, que es un don nadie" (Correa, 1991)*

---

---

## Tema 4: Consejos Sabios para una Comunicación Efectiva (10 minutos)

---

Instructor:

- ♦ Explicará algunos consejos importantes que los padres pueden seguir para hacer más efectiva la comunicación con sus hijos.

### *Material de Apoyo*

La comunicación es uno de los aspectos más importantes y esenciales de un hogar feliz. Sin comunicación no habrá entendimiento. Es un arte que se basa, entre otras cosas, en un número de puntos prácticos que todos podemos aprender (Correa, 1991).

A continuación se presentan algunos consejos para hacer más efectiva la comunicación efectiva en el hogar:

1. **Tome tiempo para escuchar a su hijo:** Nuestros hijos quieren y desean con anhelo que los escuchemos. Ellos tienen tantas inquietudes, tienen sus luchas, sus problemas y dudas así como nosotros, pero sobre todo quieren comunicar sus sentimientos. Debemos apartar tiempo para pasarlo a solas con nuestros hijos. Esto responde a una razón poderosa y es que ellos tienen muchas incógnitas que sólo los padres pueden ayudar a descifrar, de lo contrario los amigos y los medios de comunicación se encargarán de contestar a su antojo todas estas inquietudes.
2. **No interrumpa a su hijo mientras habla:** Al ser interrumpidos, los hijos se sienten frustrados, decepcionados y puede ser que hasta se sientan enojados. Al

interrumpir a nuestros hijos mientras que hablan, les estamos enviando señales negativas que afectan la estima que tienen de sí mismos (Brazelton, 1989).

3. **No humille a su hijo:** Llamar al hijo "tonto" o "necio" no es gracioso ni correcto. Tales calificativos acarrearán el menosprecio y crean barreras en la comunicación. Jesús atrajo hacia sí a los pobres, a los oprimidos y sobre todo a los niños con su cortesía y espíritu bondadoso. No expresaba juicios en contra de los pecadores. No contendía con nadie. En lugar de eso escuchaba sus quejas y satisfacía sus necesidades.
4. **Hágale saber a su hijo que vale mucho:** Para nosotros, como padres, nuestros hijos valen mucho. Elena de White (1976) dice que nuestros hijos son propiedad de Dios, comprada por precio y hay que tener mucho cuidado de tratarlos de una forma cristiana. Cuando les dedicamos tiempo suficiente para escucharlos, ellos sienten que son valorados y que lo que comunican es importante y valioso para nosotros sus padres. Como padres seamos los mejores amigos de nuestros hijos y brindémosles el amor que ellos se merecen.

Otros consejos sabios que se pueden poner en práctica para lograr una comunicación efectiva, son los siguientes:

- ♦ Sea consecuente en la vida diaria. Ejecuta lo prometido o el castigo ofrecido, de lo contrario no lo digas.
- ♦ Sé positivo.
- ♦ No compares con otros.
- ♦ Toma plena responsabilidad de lo que dices.

Dinámica 3:

Mi Pacto

(20 minutos)

**Participante:**

- ♦ Buscará en la Biblia cada cita y la anotará en el recuadro provisto.
- ♦ Anotará tres cosas positivas que contenga el versículo.
- ♦ Compartirá, si lo desea, su Pacto con el resto del grupo.

***Material de Apoyo*****Instrucciones:**

1. Pide la dirección divina antes de empezar.
2. Escribe cada versículo en los espacios provistos para tal fin.
3. Anota tres cosas positivas que contenga el versículo.
4. Al finalizar, si lo deseas, comparte tu PACTO con el resto del grupo.

***VERSICULO 1: Proverbios 10:19***

En las muchas palabras no falta pecado;

---

Mas el que refrena sus labios es prudente.

---

***Tres cosas positivas:***

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_

***¿Quiero ser una persona prudente y refrenar mis palabras?*** \_\_\_\_\_

**VERSICULO 2: Proverbios 12:18**

Hay hombres cuyas palabras son como golpes de espada;

Mas la lengua de los sabios es medicina.

**Tres cosas positivas:**

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_

**¿Quiero ser una persona sabia y que mis palabras sean medicina? \_\_\_\_\_**

**VERSICULO 3: Proverbios 16:24**

Panal de miel son los dichos suaves; suavidad al alma y medicina

para los huesos.

**Tres cosas positivas:**

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_

**¿Quiero decir sólo palabras agradables a mi hijo(a)? \_\_\_\_\_**

**VERSICULO 4: Proverbios 19:11**

La cordura del hombre detiene su furor;

Y su honra es pasar por alto la ofensa..

**Tres cosas positivas:**

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_

**¿Quiero ser una persona cuerda y hablar sin ofender?** \_\_\_\_\_

**MI PACTO:**

Imagina que estás sentado frente a tu hijo(a). Escribe el pacto que harías con él (o ella) con el propósito de edificarlo(a). Comienza diciendo: "Hijo(a), yo quiero..."

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

---



---

## SECCION TRES

---

### "El Poder de las Palabras"

Tiempo de Duración: 3 Horas.

		Minutos
Tema 1:	¿Qué Deseas que sean tus Hijos?	20
Hoja de Trabajo 1	Apoyando a mi Hijo	15
Dinámica 1	El Don de la Felicidad	20
Receso		15
Tema 2:	Palabras que Edifican	20
Poema	El Padre Olvida	15
Dinámica 2	Me Gustaría Hablar Contigo acerca de...	25
Tema 3	Identificando los Estímulos	20
Hoja de Trabajo 2	Tabla de Estímulo Semanal	15
Preguntas y Respuestas		15
Total Tiempo:		180

**SECCION TRES*****El Poder de las Palabras*****Duración:**

Tres horas.

**Objetivos:**

- ♦ Reconocer las aptitudes y capacidades de los hijos para ayudarles a alcanzar sus metas.
- ♦ Identificar algunos estimuladores de la comunicación que ayudan a desarrollar la autoestima.

**Material para los participantes:**

- ♦ Lápices
- ♦ Hojas Blancas

**Material didáctico:**

- ♦ Acetatos
- ♦ Pantalla
- ♦ Pizarra
- ♦ Retroproyector
- ♦ Tiza y Borrador
- ♦ Hojas de trabajo

---

**Tema 1: ¿Qué Deseas que Sean tus Hijos?**

---

**(20 minutos)**

Instructor:

- ♦ Presentará la importancia de tener objetivos en nuestra vida personal y familiar.
- ♦ Mencionará y explicará el mayor de nuestros objetivos como padres y madres.
- ♦ Explicará algunos consejos que ayudarán a los hijos a tomar sus propias decisiones.

***Material de Apoyo***

Tomar decisiones en nuestra vida permite saber hacia dónde vamos y lo que esperamos lograr. Las razones para querer tener hijos deben ser cuidadosamente analizadas. Qué respondería a la pregunta ¿por qué usted es padre o madre?. Sin duda se darán buenas razones, pero según Norman Wright (1994), como padres el mayor objetivo debe ser capacitar a nuestros hijos para que maduren, para que sean independientes de nosotros y más dependientes de Dios, para que sean responsables para con ellos y para la sociedad.

A continuación se mencionan algunos de los objetivos más importantes que los padres desean que sus hijos alcancen. Todo padre debería recordar que la mayoría de los niños no podrán desarrollar estas características sin su ayuda. Al respecto Jack y Judith Balswick (1979) dicen que "los padres que son capacitadores ayudarán a sus hijos a que sean personas competentes y capaces". Así, estos objetivos que los padres desean lograr en sus hijos son:

- Que alcancen una madurez adecuada.
- Que sean independientes.
- Que alcancen verdaderos valores.
- Que tomen sus propias decisiones.
- Que crezcan conociendo cómo amar y servir a las personas.
- Que sean personas seguras de sí mismas.
- Que desarrollen buenas relaciones sociales.

Cuando existe una comunicación positiva entre padres e hijos, los objetivos trazados pueden ser más fácilmente logrados ya que escuchar y conversar con los hijos los colocan en una situación donde pueden desarrollar una autoestima adecuada (James, 1976).

Diana Papalia (1992) menciona que los padres deben ayudar a sus hijos a tomar sus propias decisiones, no a tomarlas por ellos, de esta manera el niño desarrollara confianza en sí mismo. Además, esta misma autora enumera algunos consejos para que los padres ayuden a sus hijos a tomar sus propias decisiones:

1. Tenga expectativas claras y positivas.
2. No reaccione exageradamente al éxito o al fracaso del niño.
3. Dé poder a los niños conforme vayan demostrando madurez y responsabilidad.
4. Ayude a sus hijos a aprender a competir y sentirse satisfechos con sus propios logros.
5. Ayúdelos a establecer la relación entre sus esfuerzos y los resultados que logra.

---

---

**Hoja de Trabajo 1: Apoyando a mi Hijo****(15 minutos)**

---

**Instructor:**

- ♦ Indicará a los participantes que se reúnan por parejas de esposos.
- ♦ Dará tiempo suficiente para que las parejas contesten su hoja de trabajo.
- ♦ Pedirá a una o dos parejas que compartan sus cuestionarios con todo el grupo.

***Material de Apoyo*****Instrucciones:**

1. Reunirse por parejas de esposos.
2. Responder cada pregunta de la hoja de trabajo poniéndose de acuerdo en la respuesta.
3. Al finalizar estar preparado para compartir sus opiniones con el grupo.

***"Apoyando a mi Hijo"*****(Hoja de Trabajo)**

1. ¿Por qué soy padre (madre)?

---

---

---

2. ¿Estoy ayudando a mi hijo a tomar sus propias decisiones?

SI \_\_\_ NO \_\_\_ NO SE \_\_\_

3. Menciona algunas formas con las que estás ayudando a tu hijo o podrías ayudarlo a tomar sus propias decisiones.

---

---

---

---

4. Escribe tres objetivos o metas en cuanto a lo que esperas que sean tus hijos.

---

---

---

5. ¿Cómo estoy transmitiendo a mi hijo el deseo para que alcance esos objetivos?

---

---

---

6. ¿Me gustaría ser un padre capacitador?

SI \_\_\_ NO \_\_\_

**"Queremos que nuestros hijos crezcan conociendo cómo amar y servir a las personas y ayudarles en su crecimiento".**

**Norman Wright**

**"Por lo cual, animaos unos a otros, y edificaos unos a otros".**

**I Tesalonicenses 5:11**

---

---

Dinámica 1:

El Don de la Felicidad

(20 minutos)

---

Instructor:

- ♦ Indicará las instrucciones a seguir para responder el cuestionario.
- ♦ Dará tiempo para que los participantes contesten todo el cuestionario.
- ♦ Dará la interpretación de los resultados.
- ♦ Permitirá un breve período de preguntas.

Participante

- ♦ Responderá el cuestionario en forma individual.
- ♦ Se reunirá con su pareja y compararán sus respuestas.
- ♦ Si hay respuestas diferentes, las revisarán y llegarán a una misma respuesta.

***Material de Apoyo***

***"El Don de la Felicidad"***

Dinámica (Tomado de Drouin, 1984)

Instrucciones:

- ▶ Encierra en un círculo la letra de la opción correcta.
- ▶ Al finalizar, y después de compararlas con su pareja, sume el total por letra.

1. De bebé tu hijo lloraba por la noche

- a. Muy a menudo
- b. A veces
- c. Raramente

2. Tu hijo está feliz la mayor parte del tiempo
  - a. Raramente
  - b. A veces
  - c. Muy a menudo
  
3. Tu hijo sonrío
  - a. Raramente
  - b. Muy poco
  - c. Habitualmente
  
4. Si le das a comer un plato que le gusta especialmente
  - a. No dice nada, pero si le preguntas si está contento dice que sí.
  - b. Dice espontáneamente que está contento.
  - c. Manifiesta mucha alegría.
  
5. Puede poner mala cara
  - a. Durante varias horas
  - b. Una hora o dos
  - c. Algunos minutos
  
6. Cuando se hace daño
  - a. Se queja violentamente
  - b. Se queja sin más
  - c. Acusa el golpe pero no se queja
  
7. Cuando trae malas notas y se le hacen reproches
  - a. Se deprime
  - b. Está de mal humor
  - c. Está despreocupado
  
8. Con sus hermanas, hermanos y compañeros es
  - a. Fácilmente agresivo
  - b. Ni agresivo ni especialmente amable
  - c. Muy amable
  
9. Cuando lo envías a hacer recados
  - a. Siempre exige a cambio algo y si se lo niegas hace un drama.
  - b. Pide un juguete o caramelo pero si se lo niegas no dice nada.
  - c. No pide nada.

10. Para comer, le gustan
  - a. Pocas cosas, es un problema.
  - b. Las cosas suficientes para que esto no cree problemas.
  - c. Prácticamente todo.
  
11. Cuando pierde un juego
  - a. Reacciona muy mal.
  - b. No está contento pero pronto se le pasa.
  - c. Le da lo mismo.
  
12. Cuando está enfermo es
  - a. Muy difícil de cuidar.
  - b. Se le cuida normalmente.
  - c. Extremadamente fácil de cuidar.
  
13. Presta sus juguetes
  - a. Muy raramente.
  - b. Sólo a sus amigos.
  - c. Habitualmente.
  
14. Si le ofrecen caramelos
  - a. Procura guardárselo para él solo.
  - b. Los ofrece si se le pide que lo haga.
  - c. Los ofrece espontáneamente.
  
15. Cuando le pides que te preste un servicio
  - a. Siempre lo hace de mala gana.
  - b. Según de lo que se trate lo hace a gusto o de mala gana.
  - c. Lo hace siempre de buena gana.
  
16. Por las mañanas, al despertarse
  - a. Tarda mucho en desvelarse.
  - b. Tarde un poco en desvelarse.
  - c. En seguida se despabila.

17. Con los animales tu hijo se muestra

- a. Totalmente indiferente o miedoso.
- b. No se interesa por los animales en general, pero puede interesarse en un animal en especial.
- c. Se siente muy atraído por los animales.

18. Si tiene que quedarse solo por largo tiempo

- a. Lo soporta muy mal.
- b. No le gusta pero lo soporta bien.
- c. Lo acepta muy fácilmente.

19. Se aburre

- a. Muy a menudo.
- b. A veces.
- c. Nunca.

20. Tiene el sueño

- a. Generalmente agitado.
- b. Normal, pero agitado de vez en cuando.
- c. Siempre muy tranquilo.

21. Hace amigos

- a. Muy difícilmente, necesita tiempo.
- b. A condición de que pase un tiempo.
- c. Muy fácil y muy rápidamente.

22. Canturrea sin razón especial

- a. Nunca.
- b. A veces.
- c. A menudo.

**Sume el número de círculos por letra:**

**Total de a ----> \_\_\_\_**

**Total de b ----> \_\_\_\_**

**Total de c ----> \_\_\_\_**

## Interpretación de los Resultados:

**De 17 a 22 letras a:** Tu hijo tiene una manera pesimista y exigente de tomarse la vida, que no le facilitará la felicidad. Obtenga lo que obtenga, siempre cabe la posibilidad de que sienta decepcionado, amargado, y tenga la impresión de que se merece más. Se recomienda enseñarle a pensar más en los otros ya que ésto le puede ayudar a superarse.

**De 17 a 22 letras b:** No está realmente dotado para la felicidad, pero sabe adaptarse a las circunstancias. Digamos que sabe adaptarse de buen grado a la mala suerte. No será feliz, pero tampoco desgraciado fácilmente.

**De 17 a 22 letras c:** Tiene un don prodigioso y absolutamente excepcional para la felicidad. Ha nacido para ser feliz y no importa lo que le llegue, siempre sabrá aprovechar la vida.

**De 10 a 16 "a" y de 10 a 16 "b":** Tiene tendencia a querer lo imposible. Es un insatisfecho que no se contenta con lo que la vida le ofrece. Enséñale a ser menos exigente, a contentarse con poco y con una sonrisa.

**De 10 a 16 "a" y de 10 a 16 "c":** Tu hijo está dividido totalmente entre dos personalidades contradictorias: una, exigente y reivindicativa, y la otra, conciliatoria y epicúrea. Esta variación le proporciona momentos difíciles, durante los cuales nada le parece lo suficientemente bueno, y otros en los que, por el contrario, sabe apreciar la vida sin pedirle imposibles. De hecho, está dotado para la felicidad en algunos momentos.

**De 10 a 16 "b" y de 10 a 16 "c":** Está dotado para la felicidad con una sola reticencia: le llega, pero puede variar y desaparecer, por comprar demasiado y por desear demasiado lo que poseen los demás. Por otra parte, esta tendencia no es muy dominante en él y puede ser atenuada.

**Menos de 10 puntos en todo:** Tu hijo es perfectamente normal. Digamos que no está especialmente dotado para la felicidad, pero tampoco está inclinado a tomarlo todo por lo trágico. Este resultado es el de la mayoría de los niños.

---



---

Receso

(15 minutos)

---



---



---

Tema 2:

Palabras que Edifican

(20 minutos)

---

Instructor:

- ♦ Presentará la diferencia entre palabras destructivas y palabras constructivas.
- ♦ Comentaré algunos consejos que ayudarán a los padres a comunicarse positivamente con sus hijos.

### ***Material de Apoyo***

Las palabras que se dicen y transmiten en la comunicación familiar tienen una profunda influencia sobre los hijos. Muchas veces, cuando no se usan adecuadamente, son hirientes y hacen daño. Pero, en otras ocasiones, cuando se usan en el contexto y momento adecuado, son tan estimulantes que crean una atmósfera adecuada para el desarrollo de la estima de los hijos (Chavarría, 1990). El deterioro de la vida familiar y la falta de tiempo de los padres para dedicarle a los hijos, hace que la comunicación sea escasa y hace que el tanque emocional de ellos (los hijos) esté vacío, se sienten entonces sin amor (Campbell, 1989).

Las palabras dichas a los hijos van siempre en una de dos direcciones: o son constructivas o son destructivas. Cuando las palabras son constructivas brindan a los hijos un ambiente adecuado para el desarrollo de su autoestima; por el contrario, cuando son destructivas inhiben la estima propia de los hijos. Algunas palabras incluso caen en el abuso verbal (Wright, 1994). Este abuso verbal causa daños y heridas internas en el sentimiento de los hijos.

A continuación se menciona una lista de consejos que usted puede seguir para que sus palabras tengan un efecto positivo sobre los hijos:

- ♦ Guíe suavemente y con amor.
- ♦ No use métodos demasiados permisivos.
- ♦ No use métodos demasiado estrictos.
- ♦ Sea sensible a las necesidades emocionales de su hijo.
- ♦ Tome tiempo para conocer a su hijo.
- ♦ No lo critique.
- ♦ No reste importancia a la conversación de su hijo.
- ♦ No le achaque la culpa, aún cuando la tenga.
- ♦ Resalte los puntos fuertes.
- ♦ No busque defectos.
- ♦ Pida la dirección divina al hablar con su hijo.

Muchas de los factores para la no comunicación con los hijos es la falta de dominio del tema, inseguridad y temor de hablar del tema (Wright, 1994).

---

---

Poema: Carta a mi Hijo: El Padre Olvida

(15 minutos)

---

Instructor:

- ♦ Leerá o pedirá a un participante que lea el poema.
- ♦ Pedirá reacciones al mensaje presentado en este poema.

**Material de Apoyo**

**Carta a mi Hijo: El Padre Olvida**

(Tomado de Wright, 1994)

"Escucha hijo: Te estoy diciendo esto mientras te quedas dormido, y tienes una patita arrugada contra tu mejilla y tus rubios rizos mojados están pegados a tu frente húmeda. He estado en tu cuarto solo. Hace apenas unos minutos, mientras me sentaba a leer mi periódico en la biblioteca, una ola sofocante de remordimiento me azotó. Lleno de remordimientos vine al lado de tu cama. Estas son las cosas que estoy pensando, hijo: he estado enojado contigo. Te regañé mientras te estabas vistiendo para ir a la escuela porque simplemente te pasaste la toalla mojada por la cara. Te regañé por no limpiar tus zapatos. Grité enojado cuando tiraste algunas de tus cosas en el piso.

En el desayuno encontré faltas también. Derramaste las cosas. Te atragantaste tu comida. Pusiste los codos en la mesa. Untaste mucha mantequilla a tu pan. Y mientras salías a jugar y yo me dirigía al tren, tu te viraste y moviendo la mano dijiste: "hasta luego, papá", y yo fruncí el ceño y dije: "Mantén los hombros hacia atrás".

Luego todo volvió a empezar al caer la tarde. Mientras subía por el camino te espíe, estabas arrodillado jugando a las canicas. Había huecos en tus medias. Te humillé

delante de tus amigos llevándote caminando delante de mí para la casa. Las medias eran caras y si tuvieras que comprarlas hubieras sido más cuidadoso. Imagínate eso, hijo, de un padre.

Recuerdas, más tarde, cuando estaba leyendo en la biblioteca, viniste tímidamente, con cierto dolor en tus ojos. Cuando eché una mirada sobre mi periódico, impaciente por la interrupción, vacilaste en la puerta. "¿Qué es lo que quieres?", dije bruscamente. No dijiste nada, pero te lanzaste sobre mí y con tus brazos alrededor de mi cuello me besaste, y esos pequeños brazos me estrecharon con un cariño que Dios ha hecho florecer en tu corazón y el cual incluso el descuido puede marchitar. Y después te fuiste correteando por las escaleras.

Bien, hijo, poco después fue que mi periódico se deslizó de mis manos y un terrible temor vino sobre mí. ¿Qué ha estado haciendo de mí este hábito? El hábito de encontrar defectos, de reprimir -- esta es mi recompensa para ti por ser un niño --. No era que no te amaba; era que esperaba demasiado de ti. Te estaba midiendo por el patrón de mis años.

Y había tanto que era bueno, hermoso y verdadero en tu carácter. Tu pequeño corazón era tan grande como el mismo sol sobre las grandes montañas. Esto lo mostró tu impulso espontáneo de precipitarte hacia mí y darme un beso de buenas noches. Nada más importa esta noche, hijo. He venido al lado de tu cama en la oscuridad y me he arrodillado avergonzado.

Esta es una declaración débil; yo sé que tu no podrías entender estas cosas si te las digo cuando estás despierto. Pero mañana seré un verdadero papá. Seré tu amigo más cercano, y sufriré cuando tu sufras, y reiré cuando tu rías. Me morderé la lengua cuando

me vengan palabras impacientes. Me mantendré diciendo como si fuera un ritual: "No es nada más que un niño -- un pequeño niño". (Escrito por W. Levingston Larned a su hijo).

## Dinámica 2: Me Gustaría Hablar Contigo Acerca de ... (25 minutos)

Instructor:

- ♦ Dará las instrucciones de la dinámica.
- ♦ Permitirá tiempo suficiente para que ambos participantes expresen sus palabras.
- ♦ Al finalizar, dejará tiempo para aquellos que deseen compartir sus experiencias.

### *Material de Apoyo*

#### "Me Gustaría Hablar Contigo Acerca de..."

(Dinámica)

#### **Instrucciones:**

1. Cada participante deberá pensar en un tema que le gustaría hablar con su hijo(a) pero que le ha sido difícil abordar.
2. Se reunirán en grupos de dos personas pudiendo o no ser parejas.
3. Uno hará el papel de padre (o madre) y el otro el de hijo (o hija).
4. El padre (o madre) comenzará diciendo: "Hijo(a), me gustaría hablar contigo acerca de..."
5. Después de cinco minutos, se intercambiarán papeles.
6. Al finalizar la dinámica, hacer comentarios con todo el grupo sobre las reacciones y de cómo se sintieron al hablar del tema.

---

**Tema 3: Identificando los Estímulos (20 minutos)**

---

Instructor:

- ♦ Presentará los estimuladores como la forma adecuada para desarrollar la autoestima.
- ♦ Mencionará algunas formas importantes de estimular a nuestros hijos.

### ***Material de Apoyo***

En el proceso de la comunicación verbal lo más importante es saber escuchar. Sin embargo existen también mensajes no verbales, gestuales, que influyen sobre la comunicación (Escarpit, 1975).

Entendemos aquí la palabra "estímulo" como la fuente de inspiración de la que aprenden a actuar los hijos de cierta manera en respuesta a la forma en que hablamos con ellos (Wright, 1994). De este modo, si logramos identificar esas maneras en que le hablamos a nuestros hijos, podemos desarrollar la capacidad de transmitir mensajes que puedan ayudarlos a crecer emocionalmente sanos.

Marlene Brusko (1988) menciona algunas formas de estimular a los hijos:

- ♦ **Alentar al niño a seguir hablando.** Estimule al niño con un tono de voz afectuoso e interesado a que siga hablando. Inclínese hacia adelante demostrando así su interés por escuchar mejor.
- ♦ **Compartir los propios sentimientos.** Se debe compartir con los hijos sentimientos internos para que se den cuenta que sus padres también sienten

como ellos. Al revelar algo sobre uno mismo hay que ser breves y discretos, sin incluir sermones.

- ♦ **Volver a expresar lo que se dijo.** Al expresar lo que el hijo dijo, hace sentirlo que se lo comprende. Repita o resuma lo más importante de la conversación.
- ♦ **Reflejar los sentimientos.** Comprender a profundidad lo que los hijos quieren transmitirnos es en realidad algo difícil, pero cuando se logra, se reflejan los sentimientos de ellos y así sienten que se les entiende.

También el Dr. Norman Wright (1994) presenta algunos estimulantes:

- **Confiera seguridad a la conversación.** Cuando existe una atmósfera tolerable en el hogar, el ambiente es adecuado para la comunicación positiva.
- **Escuche sin interrumpir.** Este principio requiere disciplina, pero cuando se logra dominar, produce grandes resultados.
- **Evite hablar demasiado.** No repita constantemente lo mismo. Sea creativo y experimente nuevas maneras de decir las cosas.
- **No saque conclusiones apresuradas.** Espere escuchar por completo todo lo que su hijo tenga que decirle.

Uno de los factores más importantes para el desarrollo de la estima propia de los hijos es estimularlos por medio de la conversación para que descubran sus aptitudes especiales y se fijen metas de acuerdo a ellas (Davitz, 1989).

Norman Wright (1994) dice que "una de las formas más importantes de ayudar a nuestros hijos a ser adultos eficaces, es aprendiendo a comunicarnos con ellos en forma positiva".

---

---

Hoja de Trabajo 2:      Tabla de Estímulo Semanal      (15 minutos)

---

Instructor:

- ♦ Dará las indicaciones para desarrollar la hoja de trabajo 2.
- ♦ Motivará a los participantes a utilizar la Tabla de Estímulo Semanal para adquirir destreza en el uso de los estimuladores.

***Material de Apoyo***

**Tabla de Estímulo Semanal**

**Indicaciones:**

A medida que comienzas a prolongar el tiempo en el cual estimulas a tu hijo(a) por medio de la comunicación y haciendo uso de los estimuladores, más te acostumbrarás a ser un padre o una madre estimulador(a).

Usa la tabla siguiente para indicar con un "sí" o con un "no" en cada día de la semana en el que usaste el estimulador indicado. Puedes utilizar esta tabla cada semana para llevar un control personal de la frecuencia con que usas los estimuladores de la comunicación y de esta manera ir mejorando cada vez.

Estimuladores	Dom.	Lunes	Martes	Miérc.	Jueves	Viernes	Sábado
Evité decir cosas negativas.							
Expresé mis sentimientos.							
Refleje mis sentimientos.							
Alenté a mi hijo(a) a hablar.							
Expresé de nuevo lo que se dijo.							
Escuché sin interrumpir.							
Hablé demasiado y no dejé hablar a mi hijo(a).							
Saqué conclusiones apresuradas.							

---



---

**Fin Sección Tres.**
**Preguntas y Respuestas**
**(15 minutos)**


---

---



---

## SECCION CUATRO

---

### "Padres que Edifican"

Tiempo de Duración: 2 Horas y 50 minutos

		Minutos
		-----
Tema 1	Papá y Mamá, ¿Para qué?	20
Hoja de Trabajo 1	Alcanzando las Metas	15
Tema 2	No Humilles a tu Hijo	20
Dinámica 1	"No me Humilles Mamá"	20
Receso		15
Tema 3	Edifica o Cállate	15
Hoja de Trabajo 2	Frecuencia Edificante	15
Hoja de Trabajo 3	Casa de la Felicidad	10
Tema 4	La Amistad más Preciosa	15
Hoja de Trabajo 4	¿Cuán Bien Conoces a tu Hijo?	10
Hoja de Trabajo 5	Algo Dificil para Hacer	5
Preguntas y Respuestas		10
		-----
<b>Total Tiempo:</b>		<b>170</b>

**SECCION CUATRO*****Padres que Edifican*****Duración:**

Dos horas y cincuenta minutos.

**Objetivos**

- ♦ Aprender conductas edificantes en el trato con los hijos.
- ♦ Comprender nuestra función edificante de padres ante la educación de nuestros hijos.

**Material para los participantes:**

- ♦ Lápices
- ♦ Hojas Blancas

**Material didáctico:**

- |                  |            |            |
|------------------|------------|------------|
| ♦ Acetatos       | * Pantalla | * Pizarra  |
| ♦ Retroproyector | * Tiza     | * Borrador |

---

---

Tema 1: Papá y Mamá, ¿Para qué? (20 minutos)

---

Instructor:

- ♦ Presentará en forma sencilla y clara el papel que desempeñan los padres en la edificación del carácter y la vida de los hijos.

**Material de Apoyo**

Los padres deben comprender que sus hijos tienen sus flaquezas, necesidades y personalidad propia. Que en ese sentido deben criarlos y que no existe una fórmula común que garantice la crianza adecuada de los hijos (Davitz, 1989).

La mayoría de los padres desea para sus hijos la felicidad y la realización en sus vidas (Davitz, 1989), pero ¿cómo pueden los padres ayudar a sus hijos a alcanzar sus metas?

- Siendo sinceros y francos.** Los padres deben ser auténticos y mostrar a sus hijos que también ellos son humanos y como tales pueden demostrar sus sentimientos abiertamente. Se pueden enojar y pueden ser alegres, pueden ser cariñosos y felices. Así los hijos pueden confiar en sus padres.
- Siendo empáticos.** Los padres pueden ponerse en el lugar de los hijos y ver el mundo tal como ellos lo ven, de este modo los podrán entender mejor y los podrán ayudar más a desarrollar su autoestima.
- Escuchando y hablando.** Ya se ha dicho que la comunicación es el factor más importante para desarrollar la autoestima de los hijos. Como padre, dedique

tiempo a escuchar y hablar con su hijo. Esto le ayudará a desarrollarse emocionalmente sano.

- d. **Expresando sus sentimientos.** En el transcurso de la conversación con sus hijos, los padres pueden expresar honestamente sus sentimientos. No tratan de proyectar los sentimientos de los hijos. Dan mensajes como: "Estoy enojado por lo que hiciste", "Estoy cansada", "Tengo temor", etc...
- e. **Atendiendo los problemas de inmediato.** Los padres no deben dejar pasar el tiempo sin darle atención inmediata a los problemas que les plantean sus hijos. De esta manera el hijo sentirá que es importante y que vale mucho para sus padres.

Marlene Brusko (1988) resume admirablemente el papel de los padres al decir:

"Como padres que somos, tenemos tendencia a tratar de resolver todos los problemas de nuestros hijos, a dar todas las respuestas y a ofrecer consejo. Y esta cuasi compulsión de ofrecer soluciones instantáneas es un obstáculo que no nos deja escuchar de verdad. No podemos resolver todos los problemas de nuestros hijos, pero podemos escucharles de manera tal que se sientan entendidos. Una vez que lo sientan así, estarán en mucha mejor disposición de ánimo para resolver sus propios problemas".

También Lois Davitz (1989) dice al respecto:

"Olvídense del modelo ideal de un padre perfecto, es mucho más importante que usted sea sinceramente usted mismo, con sus defectos y deficiencias, pero con aquella honestidad que una persona puede lograr únicamente siendo sincera consigo misma. No se preocupe si comete errores en la paternidad. Como padres el mejor legado que podemos dejarles a nuestros hijos, es el sentido de afecto y comunicación".

---



---

**Hoja de Trabajo 1: Alcanzando las Metas (15 minutos)**


---

Participante:

- ♦ Responderá individualmente su hoja de trabajo titulada "Alcanzando las Metas".

**Material de Apoyo**

Instrucciones:

1. Rellena el cuadrado del número que indique la frecuencia semanal con que estás cumpliendo.
2. Marca la opción que obtuvo menor frecuencia y responde a la pregunta al final.

1. Estoy siendo sincero con mis hijos.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
2. Estoy siendo franco con mis hijos.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
3. Estoy siendo empático con mis hijos.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
4. Estoy escuchando a mi hijo.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
5. Estoy hablando con mi hijo.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
6. Estoy expresando mis sentimientos a mi hijo.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
7. Estoy atendiendo los problemas de mi hijo.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
8. Estoy respetando la independencia de mi hijo	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9

De qué forma puedo mejorar la opción número ----->

---

**Tema 2: No Humilles a tu Hijo****(20 minutos)**

---

Instructor:

- ♦ Orientará a los participantes a descubrir frases que edifican y sustituirlas por frases humillantes.

***Material de Apoyo***

Humillar es una manera de herir a alguien. Muchos padres cambian el castigo físico por el castigo psicológico, entonces recurren a la humillación de los hijos creando una atmósfera de tensión y desagrado, incluso hasta hay padres que usan epítetos denigrantes (Brusko, 1988).

Hay padres que, aún sin darse cuenta, están humillando a sus hijos. Utilizan frases y ejemplos que los hieren y los hacen sentir que no valen nada. Obstruyen el desarrollo de autoestima adecuada de sus hijos. Tal es el caso de Alicia (Wright, 1994):

"Mi madre me llama holgazana y cita versículos de la Biblia sobre lo importante que es trabajar duro y no ser holgazán, o algo de eso. Yo quiero hacer feliz a mi mamá, pero no sé cómo complacerla. Y cuando le digo lo difícil que es para mi hacer algo bien, me da una reprimenda. Cree que me está ayudando, pero no".

La actitud de los padres muchas veces es más frustrante para los hijos de lo que se imaginan. Los padres deben dejar de herir a sus hijos y empezar a edificarlos, especialmente con su comunicación (Wright, 1994).

La justicia debe ser balanceada por la misericordia. Cuando un padre es cuidadoso y misericordioso con sus hijos, éstos llegan a respetar su autoridad (Kusma, 1983).

La humillación es considerada como un arma mortal y como castigar con golpes al hijo. Destruye en el niño la confianza en sí mismo y en su propio porvenir, hace que se convierta en aquel niño que no tiene nada que perder y, en casos extremos, lo conducen a ser un delincuente (Isambert, 1971).

A continuación se presentan algunos ejemplos de mensajes que pueden hacer sentir humillado a los hijos junto con el mensaje positivo que sería más eficaz:

- (1)
    - a. ¡Tu eres un niño muy flojo!
    - b. Hijo, deberías ser más ordenado con tus cosas.
  - (2)
    - a. Elena, tu eres una niña muy cochina, desordenada, dejas todos tus juguetes tirados por el piso, ¡Vé a recoger todos tus regueros!
    - b. Elena, sería fabuloso que recogieras tus juguetes y los guardes en su gaveta, así todo quedaría en orden y tu cuarto se vería bonito.
  - (3)
    - a. ¡Yo no sé por qué tu no puedes ser tan limpio como Pedrito!
    - b. Hijo, la limpieza inspira un ambiente agradable, tu puedes ser un niño limpio si te esfuerzas un poco más.
  - (4)
    - a. El niño es ignorado por sus padres. El mensaje que recibe es que él y sus necesidades no son importantes, no merece ser atendido.
    - b. Prestarle atención al niño y escuchar los problemas que el presenta. Orientarlo..
- Otras formas de humillar al niño son:

- Burlarse de las limitaciones o debilidades de ellos delante de otras personas.

- ☒ Compararlo por sus acciones con otros niños para lograr que actúe bien.
- ☒ Insultarlo y regañarlo constantemente por sus acciones.
- ☒ No explicarle al niño las razones por las cuales es castigado.

Cada padre es responsable ante Dios por la crianza de sus hijos, y Dios está interesado en el bienestar de ellos. Como padres y madres debemos cuidarnos de los mensajes que compartimos con los hijos ya que de éstos depende mucho el concepto que ellos adquieran de sí mismos (Dobson, 1991).

En la Santa Biblia (Mateo 18:6) encontramos una advertencia respecto al trato que, como padres, le demos a nuestros hijos: "Y cualquiera que haga tropezar a alguno de estos pequeños que creen en mí, mejor le fuera que se le colgase una piedra de molino de asno, y que se le hundiese en lo profundo del mar".

---



---

Dinámica 1:	"No me Humilles Mamá"	(20 minutos)
-------------	-----------------------	--------------

Instructor:

- ◆ Indicará a los participantes las instrucciones de la dinámica.
- ◆ Al finalizar la dinámica, hará un breve comentario sobre el caso estudiado.

Participante:

- ◆ Se reunirán en grupos de seis y analizarán el caso presentado en su manual.
- ◆ Nombrarán un expositor quien presentará al resto del grupo las conclusiones obtenidas.

**Material de Apoyo****"No me Humilles, Mamá"**

(Estudio de caso tomado de Isambert, 1971)

"A pesar de todos los esfuerzos de su madre, Milagritos no se lava nunca. Llega todos los días a la mesa con las manos sucias y las uñas negras. Reprimendas, privaciones del postre, promesas, no han conseguido nada. Entonces, su madre imagina que haciendo cierta publicidad en torno a Milagritos, conseguirá avergonzarla y cambiar su conducta. Cuando viene alguien a la casa y pregunta por la niña, la madre explica que no puede salir porque está hecha una porquería, de modo que Milagritos lo oiga desde la habitación cercana. En cambio, llama y presenta al hermanito, que hace gala de su limpieza. Esta vez, mamá cree haber ganado la partida. Milagritos ha intentado honradamente algunas veces hacerlo mejor. Sin darse nadie cuenta de su esfuerzo, han vuelto con la misma cancioncilla. Entonces, ¿qué importa lo que haga o lo que deje de hacer?"

**Preguntas para analizar.**

1. ¿Cuál sería la reacción de Milagritos en esta situación?
2. ¿Cuáles serían los sentimientos que experimenta Milagritos? ¿Por qué?
3. ¿Se sentiría Milagritos humillada por su madre? ¿Por qué?
4. ¿Lograría la madre con su actitud, cambiar la conducta de Milagritos? ¿Por qué?
5. ¿Cómo se siente Milagritos al ser comparada con su hermanito?
6. Cuente de nuevo el caso, pero esta vez cambiando las conductas de humillación por conductas de edificación.

---

---

Receso	(15 minutos)
--------	--------------

---

---

Tema 3:	Edifica o Cállate	(15 minutos)
---------	-------------------	--------------

---

Instructor:

- ♦ Presentará en forma concisa algunas formas de elevar la autoestima de los hijos por medio de palabras edificantes en contraposición de conductas humillantes.

### ***Material de Apoyo***

Nuestro objetivo como padres es modelar la voluntad de nuestros hijos de una manera firme y segura pero sin humillaciones que degraden la personalidad de los hijos.

Si queremos ver en nuestros hijos cualidades como honradez, honestidad y generosidad, estas mismas cualidades deben ser parte de nuestra instrucción como padres ya que los niños aprenden lo que se les enseña (Dobson, 1992).

Como padres debemos prestar especial atención a las palabras que se les dice a los hijos, ya que el concepto que el niño tiene de sí mismo se desarrolla como resultado de lo que él piensa que creemos de él; está atento a cada palabra que, como padre, le decimos, en especial a lo que respecta a su valor personal, e incluso percibe hasta las actitudes inconscientes y aún las no expresadas (Dobson, 1993).

Cuando estemos tentados a criticar a nuestros hijos, es mejor pensarlo dos veces antes de decir algo. La crítica es un elemento que hace bajar la autoestima de los hijos (Becker, 1991).

La forma más adecuada de eliminar la crítica es sustituirla por elogios, ya que éstos producen en los hijos una actitud más sana de actuar (Becker, 1991).

Edificar la vida de nuestros hijos no es parte de la paternidad sino que es toda la paternidad. Esta es la mayor responsabilidad de los padres. Todo lo que un padre hace en su relación con los hijos, debe ser parte del proceso de edificación (Beers, 1990).

A continuación se presenta una lista de palabras, gestos y actividades que pueden ser utilizadas para edificar a los hijos y elevar su autoestima:

Bien	Correcto
Estoy contento con eso	Excelente
Estupendo	Muy ingenioso
Me gusta eso	Te quiero
Exactamente	Gracias
Se ve que no fue fácil	Eso es muy interesante
En verdad prestas atención	Bien hecho
Sonreír	Mostrar interés
Guiñar un ojo	Aplaudir
Asentir con la cabeza	Conversar
Caminar juntos	Sentarse juntos
Comer juntos	Jugar juntos
Abrazar al niño	Estrechar su mano

## Hoja de Trabajo 2:

## Frecuencia Edificante

(15 minutos)

Participante:

- ♦ Usando su hoja de trabajo marcará cada opción de acuerdo a las instrucciones.
- ♦ Responderá en forma individual y luego comparará sus respuestas con su pareja.

**Material de Apoyo**

**Instrucciones:** Expresa numéricamente la frecuencia con que has dicho estas palabras a tu hijo durante la semana para edificarlo.

1. ¡Bien hecho!	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
2. Estoy contento(a) con eso.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
3. Te quiero.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
4. En verdad prestas atención.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
5. ¡Estupendo!	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
6. ¡Gracias!	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
7. Sonreíste.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
8. Guiñaste un ojo.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
9. Caminaron juntos.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
10. Abrazaste a tu hijo.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
11. Conversaste con tu hijo.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
12. Comieron juntos.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

Me gustaría usar con mayor frecuencia la No. -----> \_\_\_\_\_

ya que ella permitirá que \_\_\_\_\_

---

---

**Hoja de Trabajo 3: Casa de la Felicidad****(10 minutos)**

---

Instructor:

- ♦ Dará las instrucciones a los participantes para llenar la hoja de trabajo núm. 3.
- ♦ Al concluir pedirá a dos o tres participantes que compartan sus prioridades.

Participante:

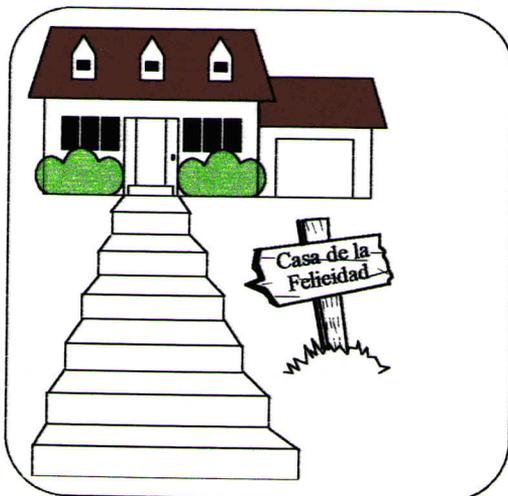
- ♦ Llenará los peldaños de la "Casa de la Felicidad" de acuerdo a las instrucciones.
- ♦ Comparará sus prioridades con las de su pareja.
- ♦ Compartirá sus respuestas con las del resto del grupo.

***Material de Apoyo***

**Instrucciones:** Coloca en cada peldaño de la "Casa de la Felicidad" una palabra, frase, gesto o actitud que utilizarías con mayor frecuencia para edificar a tu hijo.

**Nota para el Instructor:** El dibujo de la "Casa de la Felicidad" aparece en el Manual del

Participante en un tamaño adecuado.



Instructor:

- ♦ Orientará a los participantes a descubrir la importancia de la relación positiva y edificante con sus hijos.
- ♦ Mencionará algunos consejos importantes sobre cómo establecer y mantener la confianza de nuestros hijos, nutriendo así una verdadera amistad.

### *Material de Apoyo*

Sin duda los hijos encontrarán algunos problemas y enfrentarán dificultades en la adquisición de una autoestima adecuada. Tendrá problemas, quejas y conflictos con sus padres. Lo más recomendable para un padre es olvidarse del modelo ideal de padre; todos tenemos defectos y no podemos llegar a ser un padre o una madre perfectos. Es más importante ser sinceramente uno mismo, aceptarnos tal como somos, con nuestros defectos y deficiencias, pero con honestidad. De esta manera podemos ayudar a nuestros hijos a crecer emocionalmente sanos y felices (Davitz, 1989).

Si los padres desean que sus hijos los amen y respeten su autoridad como tales, deben estar más tiempo junto con ellos. Divertirse juntos, jugar con ellos, hablar con ellos y ser amistosos. De esta manera serán recompensados por sus hijos. Intégrese en las actividades de sus hijos y hágale sentir que se preocupa por él y por todo lo que él hace y representa (Kuzma, 1983).

La confianza es el elemento básico para desarrollar una amistad adecuada, ya que la amistad es la manifestación de una relación de confianza. Cuando se acaba la confianza, se acaba la amistad. Al mismo tiempo la confianza es el fruto de una comunicación positiva entre padres e hijos (Beers, 1990).

A continuación se mencionan algunos consejos sobre cómo establecer y mantener la confianza de nuestros hijos y, de esta forma, nutrir una verdadera amistad:

1. **Sea consistente.** Se debe establecer con claridad lo que espera de los hijos y ajustarnos a eso; si no tenemos bien establecidas las metas el niño tendrá confusión y no buscará establecer esta relación.
2. **Sea razonable.** Las normas y requerimientos establecidos para los hijos deben ser razonables, no imposibles de alcanzar, de otro modo el niño se verá frustrado.
3. **Sea amoroso.** Debemos amar a nuestros hijos a pesar de todo, y él debe saber que lo amamos bajo todas las circunstancias. El amor estimula el buen desarrollo de la estima de los hijos y los inspira a desarrollar una amistad positiva.
4. **Involúcrese en la vida de los hijos.** Acércate a tu hijo y a sus actividades, de esta forma se incrementa la amistad. Involucrarse es estar presente en las actividades del niño para apoyarlo, orientarlo y animarlo.
5. **Esté de parte de su hijo.** De esta manera el niño obtendrá seguridad en su hogar. Como padres debemos apoyar a nuestros hijos en todo, sin que esto signifique que estemos apoyando sus errores, sino más bien orientándoles para que puedan alcanzar un desarrollo adecuado al aceptarse a sí mismos.

---

---

**Hoja de Trabajo 4: ¿Cuán bien Conoces a tu Hijo? (10 minutos)**

---

---

Participante:

- ♦ Responderá individualmente cada pregunta de la hoja de trabajo 4.
- ♦ Compartirá sus respuestas con las de su cónyuge.

***Material de Apoyo***

**¿Cuán bien Conoces a tu Hijo?**

(Adaptado de Youngbertg, 1980)

1. Color del cabello \_\_\_\_\_
2. Color de los ojos \_\_\_\_\_
3. Música favorita \_\_\_\_\_
4. Deporte favorito \_\_\_\_\_
5. Su personaje o héroe favorito \_\_\_\_\_
6. Materia favorita en la escuela \_\_\_\_\_
7. Su color preferido \_\_\_\_\_
8. Fecha de cumpleaños \_\_\_\_\_
9. Lo que más le gusta recibir como regalo \_\_\_\_\_
10. Su comida favorita \_\_\_\_\_
11. Lugar preferido para pasar vacaciones \_\_\_\_\_
12. Pariente preferido \_\_\_\_\_
13. Mejor amigo \_\_\_\_\_

---



---

Hoja de Trabajo 5:            Algo Difícil para Hacer            (5 minutos)

---

Participante:

- ♦ Responderá en forma individual la hoja de trabajo 5 en su Manual.

Instructor:

- ♦ Indicará que al responder esta hoja de trabajo el participante debe pensar en hacer un compromiso personal de hacer algo que le ayude a él a desarrollar la autoestima desu hijo(a) por medio de la comunicación.

**Material de Apoyo**

**ALGO DIFÍCIL QUE ME**

**GUSTARIA HACER PARA EDIFICAR A MI**

**HIJO Y QUE DIOS ME PUEDE AYUDAR A HACERLO**

ES \_\_\_\_\_

1. ¿Cómo afectaría este acto a mi hijo(a)? \_\_\_\_\_
2. ¿Cuál es el primer paso que debería dar para cumplir este compromiso? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
3. ¿Cuándo estaría dispuesto(a) a dar este paso?

Fecha de Inicio: \_\_\_\_\_ Fecha del logro: \_\_\_\_\_

---



---

Fin Sección 4.            Preguntas y Respuestas            (10 minutos)

---

## Instrumento de Evaluación del Seminario



- ♦ ¿Cree Ud. que el Seminario le ha ayudado a adquirir experiencia en las relaciones con su hijo?

Sí \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_

¿Por qué?: \_\_\_\_\_

- ♦ ¿Qué cosas le gustaron más del Seminario?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

- ♦ ¿Qué cosas no le gustaron del Seminario?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

- ♦ ¿Qué cosas se pueden mejorar del Seminario?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

- ♦ ¿Qué otros temas se pueden incluir?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

- ♦ ¿Cuál sería su calificación para este Seminario?

Malo \_\_\_\_\_ Regular \_\_\_\_\_ Bueno \_\_\_\_\_ Muy bueno \_\_\_\_\_ Excelente \_\_\_\_\_

## BIBLIOGRAFIA

- Allport, G.W. Qué es la Personalidad. Argentina: Ediciones Siglo Veinte, 1974.
- Beeker, Wesley. Los Padres son Maestros. México: Editorial Trillas, 1991.
- Beers, Gilbert. Tu Hijo, Tu Amigo. USA: Editorial Betania, 1990.
- Bolio y Arciniega, Ernesto. Relaciones entre Padres e Hijos. México: Editorial Trillas, 1991.
- Brandon, Nathaniel. Six Pillars of Self Steem. USA: Bantam Books, 1994.
- Correa, Guillén. La Familia Según Dios. Barcelona, España: CLIE, 1991.
- Dobson, James. Criemos Niños Seguros de Sí Mismos. Miami, USA: Editorial Betania, 1993.
- . Atrévete a Disciplinar. Florida, USA: Editorial Vida, 1994.
- Drouin, Cécile y Alain Dubos. Vuestro Hijoo tiene Dotes y Vosotros lo Ignoráis. España: Plaza & Janes Editores S.A., 1994.
- Kusma, Kay. Living with God's Kids. California, USA: Parent Scene Publish, 1983.
- Satir, Virginia. Nuevas Relaciones en el Núcleo Familiar. México: Pax, 1991.
- White, Ellen. El Hogar Cristiano. USA: Publicaciones Interamericanas, 1978.
- . Conducción del Niño. USA: Publicaciones Interamericanas, 1976.
- Wright, Norman H. Las Palabras de los Padres y su Asombroso Poder. Miami, USA: Chilit, 1994.

## **CAPITULO 3**

### **Manual del Participante**

En este capítulo se presenta la segunda parte del producto del proyecto, el cual consiste en el manual del participante para un seminario sobre autoestima y comunicación, al que se ha titulado "La Comunicación Positiva en el Hogar y su Influencia en el Desarrollo de la Autoestima de los Hijos en Edad Escolar".

#### **Características del Manual**

En este manual se encuentran todas las actividades de trabajo para el participante del seminario y le permite a éste ir siguiendo y desarrollando todas estas actividades de acuerdo a las instrucciones dadas por el instructor del seminario.. Consta de cuatro secciones en cada una de las cuales se especifican los objetivos que se esperan alcanzar, así mismo todas las dinámicas y hojas de trabajo, las cuales aparecen en blanco y con espacio previsto para que el participante pueda responder o desarrollar su trabajo.

#### **Resumen de las Secciones**

Como se dijo anteriormente, el manual del participante consta de cuatro secciones distribuidas de la siguiente manera:

Sección 1: "Nuestra Propia Imagen". Se define qué es la autoestima según diferentes autores y cómo se desarrolla en los hijos por medio de mensajes que ayudan en este

desarrollo y fortalecerla, así como algunos factores que contribuyen al desarrollo de la autoestima de los hijos, haciendo especial énfasis en la comunicación positiva en el hogar.

Sección 2: "La Comunicación en la Autoestima". Se destaca la comunicación positiva en el hogar como uno de los factores más importantes para el desarrollo de la autoestima de los hijos en edad escolar. Se presenta en esta sección algunos patrones de comunicación así como el ambiente adecuado que debe imperar para llevar a cabo una comunicación efectiva. Esta sección finaliza con una serie de consejos prácticos sobre cómo desarrollar una comunicación efectiva.

Sección 3: "El Poder de las Palabras". Se resalta en esta sección los efectos que ocasionan sobre la autoestima de los hijos las palabras de los padres. Se presenta en el primer tema la responsabilidad de la paternidad al guiar a los hijos a tomar sus propias decisiones para alcanzar sus propios objetivos. También se presentan algunos consejos útiles a los padres para que edifiquen con amor a sus hijos, tratando de identificar aquellos estimuladores de la comunicación que ayudan a desarrollar la autoestima de los hijos.

Sección 4: "Padres que Edifican". En esta sección se presenta la responsabilidad de los padres en el desarrollo de una autoestima adecuada de los hijos. De nuevo se enfoca la responsabilidad de la paternidad pero en esta ocasión en relación a la edificación del carácter y de la vida de los hijos. Se orienta a la búsqueda de frases edificantes con el propósito de sustituirla por frases humillantes, recomendando que es mejor callar si nuestras palabras no son edificadoras. En el último tema se orienta a los padres a descubrir y fomentar una verdadera amistad con sus hijos la cual ayudará a desarrollar una autoestima adecuada en ellos, convirtiendo a padres e hijos en verdaderos amigos.

Seminario sobre Comunicación en la Autoestima

## MANUAL DEL PARTICIPANTE



*La Comunicación Positiva en el Hogar y su  
Influencia en el Desarrollo de la Autoestima  
de los Hijos en Edad Escolar.*

Preparado por:

**Nuris James de Bustillos**

Seminario sobre Comunicación en la Autoestima

## MANUAL DEL PARTICIPANTE



*La Comunicación Positiva en el Hogar y su  
Influencia en el Desarrollo de la Autoestima  
de los Hijos en Edad Escolar.*

Preparado por:

**Nuris James de Bustillos**

**LA COMUNICACION EN LA AUTOESTIMA**  
**"La Comunicación Positiva en el Hogar y su**  
**Influencia en el Desarrollo de la Autoestima**  
**de los Hijos en Edad Escolar"**

Nuris James de Bustillos  
Yaracuy, Venezuela, 1996

## *Tabla de Contenido*

Especificaciones Generales.....	5
<b>Sección 1: "Nuestra Imagen"</b>	
Conozcámonos.....	8
La Autoestima.....	9
Llenando la Olla.....	10
Positivo - Negativo.....	11
Frasas Reforzadoras.....	12
Inventario de Autoestima.....	13
El Joven Sensible.....	16
<b>Sección 2: "La Comunicación en la Autoestima"</b>	
Cuán Comunicativo es tu Hijo.....	18
Patrones de Comunicación.....	22
Rubén y Nohemí: Estudio de Caso.....	24
Comunicándome con mi Hijo.....	25
Mi Pacto.....	27
<b>Sección 3: "El Poder de las Palabras"</b>	
Apoyando a mi Hijo.....	31
El Don de la Felicidad.....	32
El Padre Olvida.....	36
Me Gustaría Hablar contigo acerca de.....	38
Tabla de Estímulo Semanal.....	39
<b>Sección 4: "Padres que Edifican"</b>	
Alcanzando las Metas.....	41
No me Humilles, Mamá.....	42
Frecuencia Edificante.....	43
Casa de la Felicidad.....	44
Cuán Bien Conoces a tu Hijo.....	45
Algo Difícil para Hacer.....	46
Decálogo para una Educación Digna.....	47
<b>Bibliografía.....</b>	<b>48</b>

## ***Especificaciones Generales del Seminario***

### **Título:**

La Comunicación en la Autoestima

### **Subtítulo:**

La Comunicación Positiva en el Hogar y su Influencia  
en el Desarrollo de la Autoestima de los Hijos  
en Edad Escolar.

### **Declaración de Enfoque**

Este Seminario ha sido preparado especialmente para que, como padre o madre de familia, aprendas a desarrollar tus capacidades de motivación a través de la comunicación con tus hijos y, de esta forma, les ayudes en el desarrollo y solidificación de una autoestima adecuada.

Es así como los hijos podrán crecer con una imagen de sí mismos positiva, la cual los colocará en una posición de triunfadores.

Recuerda que, en esta encomiable labor de ser padre o madre edificante, puedes contar con la dirección, inspiración y ayuda del Espíritu Santo para alcanzar el éxito esperado.

## Objetivos del Seminario

- ♦ Conocer la importancia de la comunicación positiva en el hogar.
- ♦ Definir qué es comunicación positiva.
- ♦ Identificar los patrones de comunicación positiva.
- ♦ Aplicar estrategias de comunicación para motivar el desarrollo de la autoestima de los hijos.
- ♦ Identificar los estímulos que ayudan a desarrollar la autoestima de los hijos.
- ♦ Entender el papel de los padres en el desarrollo de la autoestima de los hijos en edad escolar.
- ♦ Aplicar técnicas de comunicación con los hijos en edad escolar con el fin de desarrollar su autoestima.

## SECCION UNO

### *Nuestra Imagen*



---

---

#### Objetivos de esta Sección

---

- Comprender el concepto de autoestima.
- Describir algunas formas de desarrollar la autoestima de los hijos en edad escolar.
- Mostrar algunos factores que contribuyen al desarrollo de la autoestima de los hijos.



(Dinámica de Apertura.)

**Instrucciones:**

- A continuación se presenta una lista de características o cosas que tu podrías tener en común con alguna otra persona del grupo.
- Busca a esa persona entre todo el grupo y cuando la encuentres anota en la lista provista su nombre completo.
- Cuando llenes todos los nombres regresa a tu puesto y prepárate a compartir los datos..

\*\*\*\*\*

Mismo color de cabello: \_\_\_\_\_

Ultimo número de la cédula: \_\_\_\_\_

La misma edad: \_\_\_\_\_

Mismo mes de nacimiento: \_\_\_\_\_

El mismo nombre: \_\_\_\_\_

La misma comida favorita: \_\_\_\_\_

El mismo deporte: \_\_\_\_\_

El mismo programa de T.V.: \_\_\_\_\_

# LA AUTOESTIMA

**Para mi la Autoestima es:**

---

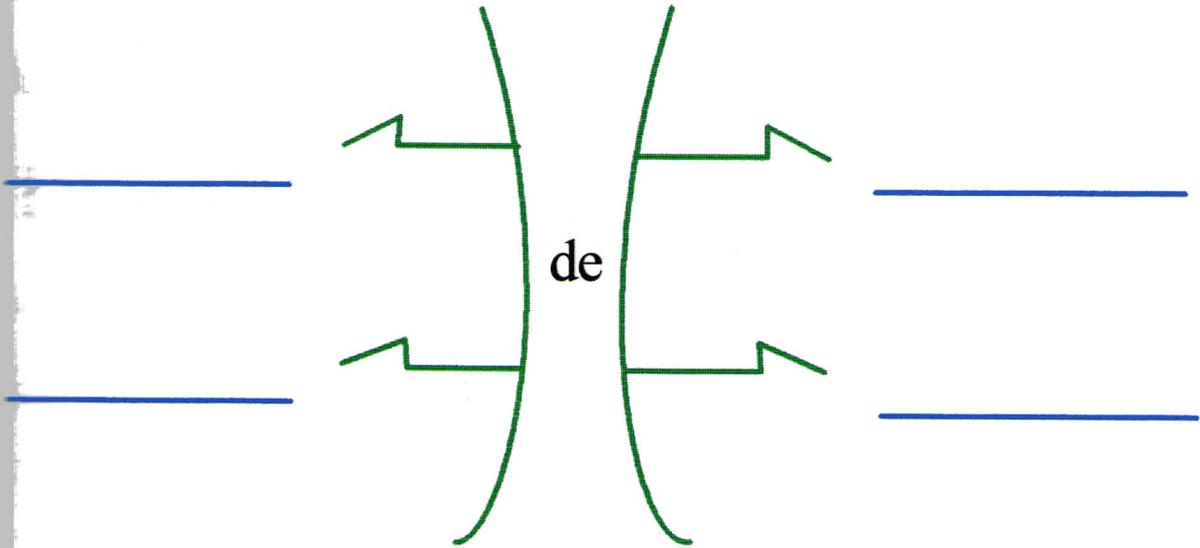
---

---

---

---

Sinónimos



Autoestima

## LLENANDO LA OLLA

(Dinámica)

### Instrucciones:

1. Fórmense en círculos de diez entre todos los participantes.
2. Anota dos características positivas de cada uno de los demás participantes de tu grupo.
3. Una vez que todos hayan terminado de anotar, se comenzarán a mencionar las dos características del primer miembro de tu grupo pasando luego al segundo.
4. Al finalizar con todos los participantes, responde cómo te sentías antes y después de escuchar tus propias características por parte de los demás miembros de tu grupo.

**ANTES** me sentía:




---



---



---



---

**DESPUÉS** me siento:




---



---



---



---

# POSITIVO-NEGATIVO

## "Pedrito y Elena"

"Pedrito tiene siete años y su hermana Elena tiene nueve. Al caer la noche, Pedrito está jugando en la sala y Elena está haciendo su tarea de la escuela mientras que su mamá está en la cocina preparando la cena y el papá en el sofá leyendo el periódico.

Elena va hasta la cocina donde está la mamá y dice:

Elena: -- Mamá, mira; ya terminé mi tarea.

Mamá: -- A ver. ¡Muy bien!. Veo que estás mejorando tu letra..

Elena: -- Gracias. ¿Necesitas que te ayude a preparar la cena?

Mamá: -- No hija; gracias por ser tan cooperadora. Mejor ve qué está haciendo Pedrito.

Pedrito, al tratar de tomar su carrito, no se da cuenta que está muy cerca de la mesita y tumba el florero al piso.

Papá: -- ¿Qué hiciste, Pedrito? Por eso no me gusta que juegues en la sala.

Pedrito: -- No fue mi culpa, papá. Le voy a decir a Elena que lo recoja todo.

Papá: -- No, Pedrito. Aunque no fue tu culpa, tu fuiste el responsable y debes recogerlo.

Elena: -- Tranquilo, Pedrito. No te asustes, yo te voy a ayudar.

Papá: -- ¡Muy bien, Elena! Tratas muy bien a tu hermano.

Pedrito: -- Gracias, Elena. Papa: cuando termine, ¿puedo salir a jugar?

Papá: -- Si, pero primero...

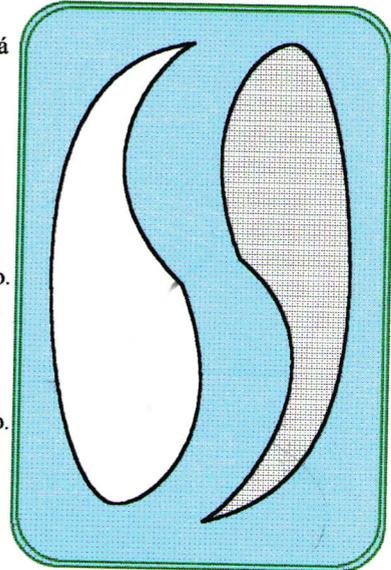
Pedrito sale corriendo y no deja terminar de hablar a su papá.

Papá: -- ¡Pedrito! ¡Ven acá! Pon atención mientras te hablo. ¿Qué debes hacer primero?

Pedrito: -- Bueno... primero voy a recoger el desorden que hice y luego voy a salir a jugar.

Papá: -- ¡Muy buena decisión, Pedrito!

La mamá se asoma por la puerta de la cocina y anuncia que la cena está lista. Al terminar de recoger todo el desorden, los niños y el papá se dirigen a la cocina a cenar.



Anota tres mensajes que acentuaron las actitudes positivas de los niños:

Mensaje

Razón

Three horizontal lines for writing messages and reasons.

Anota tres mensajes que corrigieron las actitudes negativas de los niños:

Mensaje

Razón

Three horizontal lines for writing messages and reasons.

## FRASES REFORZADORAS

*De acuerdo con los cuatro factores de Coopersmith, escribe una frase que usarías para reforzar la autoestima de tu hijo(a).*

Significancia



\_\_\_\_\_

Competencia



\_\_\_\_\_

Virtud



\_\_\_\_\_

Poder



\_\_\_\_\_

# INVENTARIO DE AUTOESTIMA

## Instrucciones:

Este inventario de autoestima te ayudará a conocerte a ti mismo como persona y, al conocerte a ti mismo, podrás ayudar a tu hijo(a) a desarrollar su propia autoestima. Coloca una x en la respuesta que mejor refleje tu situación particular.



0 = No es verdadero                      2 = Es mayormente verdadero  
1 = No es del todo verdadero        3 = Es totalmente verdadero

	0	1	2	3
1. Me siento inferior a otros.	----	----	----	----
2. Me siento contento conmigo mismo.	----	----	----	----
3. Me siento inadecuado al manejar nuevas situaciones.	----	----	----	----
4. Soy amigable con las demás personas.	----	----	----	----
5. Tiendo a culparme a mi mismo por mis errores.	----	----	----	----
6. Me siento libre de vergüenza, culpa y remordimiento.	----	----	----	----
7. Siento necesidad de mostrar lo valioso que soy.	----	----	----	----
8. Siento gran disfrute por la vida.	----	----	----	----
9. Me interesa lo que otras personas dicen o piensan de mi.	----	----	----	----
10. Puedo dejar que otros se equivoquen sin intentar corregirlos.	----	----	----	----
11. Siento necesidad de reconocimientos y aprobación.	----	----	----	----
12. Me siento libre de frustraciones, conflictos y agitación emocional.	----	----	----	----
13. Usualmente el fracasar me hace sentir rencoroso e inferior a los demás.	----	----	----	----
14. Me siento confiado ante situaciones nuevas.	----	----	----	----

15. Tiendo a condenar o desear castigar a los demás.	----	----	----	----
16. Pienso por mi mismo y tomo mis propias decisiones.	----	----	----	----
17. Frecuentemente soy amable con las personas en atención a su riqueza o prestigio.	----	----	----	----
18. Acepto la responsabilidad por las consecuencias de mis actos.	----	----	----	----
19. Me inclino a exagerar o mentir para mantener una imagen.	----	----	----	----
20. Me siento libre de dar prioridad a mis necesidades o deseos.	----	----	----	----
21. Tiendo a rebajar mis habilidades, posesiones y talentos.	----	----	----	----
22. Soy libre de dar a conocer mis opiniones y convicciones.	----	----	----	----
23. Niego, racionalizo o justifico mis errores y defectos.	----	----	----	----
24. Me siento cómodo y equilibrado ante la presencia de extraños.	----	----	----	----
25. Critico y descalifico a los demás.	----	----	----	----
26. Soy libre de expresar mis emociones.	----	----	----	----
27. Soy vulnerable a las opiniones, comentarios y actitudes de los demás.	----	----	----	----
28. Raramente tengo manifestaciones de celos, envidia o sospecha.	----	----	----	----
29. Siento necesidad de complacer a las demás personas.	----	----	----	----
30. No tengo prejuicios hacia otros grupos sociales o religiosos.	----	----	----	----
31. Siento miedo de mostrarme tal cual soy.	----	----	----	----
32. Soy considerado, generoso y sincero con las personas.	----	----	----	----
33. A menudo culpo a los demás de mis problemas y errores.	----	----	----	----
34. Raramente me siento solitario, aislado e incómodo cuando estoy solo.	----	----	----	----
35. Soy un perfeccionista compulsivo.	----	----	----	----
36. Acepto halagos y regalos sin sentirme apenado u obligado por ellos.	----	----	----	----

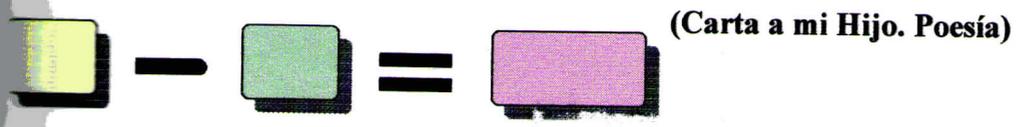
- 37. A menudo soy compulsivo al comer o hablar. ---- ---- ---- ----
- 38. Aprecio los logros e ideas de las demás personas. ---- ---- ---- ----
- 39. Rehuyó enfrentar situaciones nuevas por el temor de cometer errores o fracasos. ---- ---- ---- ----
- 40. Hago y mantengo amistades sin esfuerzo. ---- ---- ---- ----
- 41. A menudo me avergüenzo por las acciones cometidas por mis familiares y amigos. ---- ---- ---- ----
- 42. Estoy dispuesto a aceptar mis errores y mis defectos. ---- ---- ---- ----
- 43. Experimento una fuerte necesidad de defender mis acciones. ---- ---- ---- ----
- 44. Puedo estar en desacuerdo con otros sin sentirme relegado. ---- ---- ---- ----
- 45. Siento una fuerte necesidad de aprobación. ---- ---- ---- ----
- 46. Me siento abierto para conocer nuevas ideas y proposiciones. ---- ---- ---- ----
- 47. Juzgo mi propio valor comparándolo con otros. ---- ---- ---- ----
- 48. Soy libre de pensar cualquier cosa que pase por mi mente. ---- ---- ---- ----
- 49. Acostumbro a jactarme de mi mismo, mis posesiones y logros. ---- ---- ---- ----
- 50. Acepto mi propia autoridad y actúo de acuerdo a mi propia iniciativa. ---- ---- ---- ----

**Para calcular el Coeficiente de Autoestima (CoA), usa la fórmula:**

**CoA = Ítems Pares - Ítems Impares**

Ítems Impares	1	3	5	7	9	11	13	15	17	19	21	23	25	27	29	31	33	35	37	39	41	43	45	47	49
Ítems Pares	2	4	6	8	10	12	14	16	18	20	22	24	26	28	30	32	34	36	38	40	42	44	46	48	50

**Total Pares**                      **Total Impares**                      **Coeficiente de Autoestima**                      **Interpretación:**



## EL JOVEN SENSIBLE

**H**oy vi la otra cara de tu personalidad: un joven extremadamente sensible, cuyo corazón rebosa de amor. Siempre supe que eras así a pesar de que rara vez muestras tus emociones.



Aunque te estás volviendo una persona fuerte y resuelta, espero que no pienses que tienes que ser siempre así.

La cara tierna y dulce de tu personalidad tiene que expresarse más a menudo para que la gente pueda ver la totalidad de tu persona.

En ti se han hecho realidad mis mejores deseos.

Eres una persona extraordinaria, estoy orgullosa de ti y te amaré siempre.

## SECCION DOS

### *Comunicándonos en Forma Positiva*



---

---

#### Objetivos de esta Sección

---

- ♦ Comprender el concepto de comunicación positiva.
- ♦ Identificar los patrones de comunicación.
- ♦ Poner en práctica algunos consejos para mejorar la comunicación.

## CUAN COMUNICATIVO ES TU HIJO

### Instrucciones:

Como padre o madre debes responder este cuestionario, pensando en tu hijo y encerrando en un círculo la respuesta correcta.

Al finalizar, debes esperar que el instructor dé la interpretación de los resultados.

### Cuestionario:

1. ¿Tu hijo sonríe con facilidad?

SI                      NO

2. ¿Tiene un carácter generalmente alegre?

SI                      NO

3. ¿Es fácil vivir con él?

SI                      NO

4. ¿Tiene tendencia a ver el lado bueno de las cosas?

SI                      NO

5. ¿Es de réplica fácil?

SI                      NO

6. ¿Encuentra siempre argumentos para conseguir sus fines?

SI                      NO

7. ¿Le resulta difícil el hecho de no permanecer solo largo tiempo?

SI                      NO

8. ¿Le gustan los juegos de equipo?

SI                      NO

9. ¿Tiene muchos amigos?

SI NO

10. ¿Le resulta fácil hacer nuevos amigos?

SI NO

11. ¿Se dirige espontáneamente a las personas?

SI NO

12. ¿Suele decir espontáneamente "Buenos días", "Gracias", "Por favor" sin que tengas que recordárselo?

SI NO

13. ¿Tiene tendencia de llevar a sus amigos a casa?

SI NO

14. ¿Hace regalos habitualmente?

SI NO

15. ¿Presta habitualmente sus juguetes o sus cosas?

SI NO

16. En general, ¿es muy amable con sus amigos?

SI NO

17. ¿Le gusta prestar pequeños servicios?

SI NO

18. ¿Está en buena relación con sus vecinos?

SI NO

19. ¿Se pone a hablar por teléfono con alguien que ha llamado y al que jamás ha visto?
- SI NO
20. ¿Acepta que se le moleste sin irritarse cuando está haciendo algo que le interesa?
- SI NO
21. ¿Conserva la calma cuando se le hacen reproches?
- SI NO
22. ¿Es mas bien charlatán?
- SI NO
23. ¿Se explica fácilmente y sin confundirse en lo que dice?
- SI NO
24. ¿Es incapaz de enojarse o poner mala cara durante mucho tiempo?
- SI NO
25. ¿Le gusta contar todo lo que le sucede?
- SI NO
26. Cuando se le habla, ¿escucha con atención lo que se le dice?
- SI NO
27. ¿Retiene con facilidad lo que se le cuenta?
- SI NO

28. Cuando estrecha la mano a alguna persona, ¿lo hace de modo directo y sin blanduras?

SI NO

29. Cuando habla con alguien, ¿lo hace generalmente con los ojos bien abiertos y mirando de frente a la persona?

SI NO

30. ¿Está contento cuando tiene que vestirse elegantemente para determinadas ocasiones?

SI NO

Total de Respuestas con "SI"



**Interpretación o Resultado:**

---

---

---

---

---

---

---

---

---

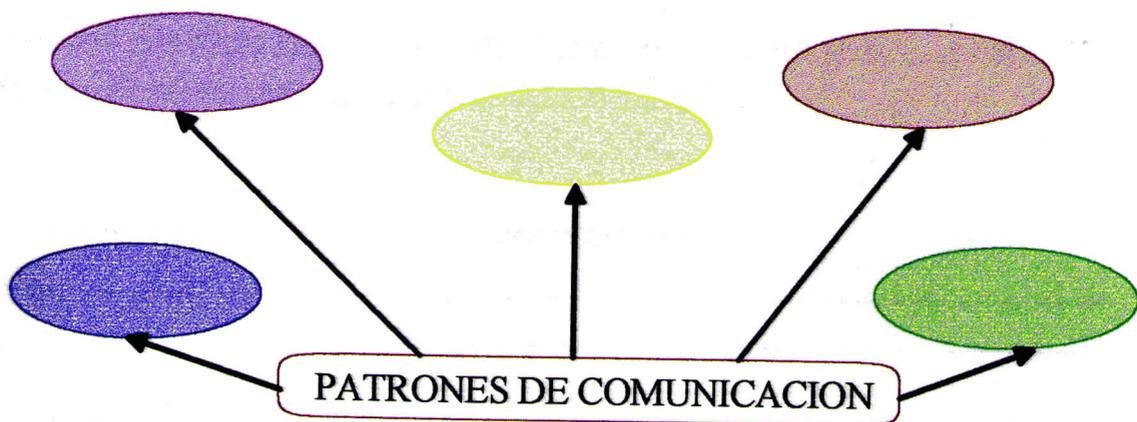
---

# PATRONES DE COMUNICACION

## Parte A.

Instrucciones:

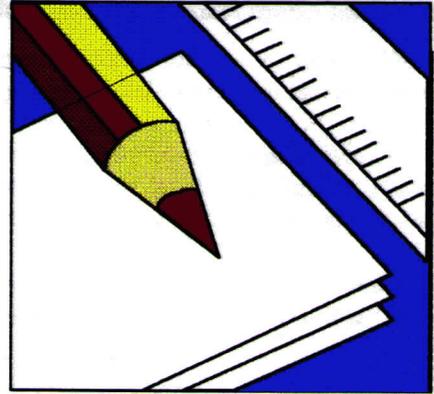
Llena los espacios en blanco con los cinco Patrones de Comunicación.



**Parte B.**

**Instrucciones:**

Es difícil cambiar nuestros patrones de comunicación para convertirlos en niveladores, pero una manera de lograrlo es responder adecuadamente ciertas situaciones. A continuación se te presentan cinco situaciones, escribe con tus propias palabras cómo responderías o reaccionarías ante ellas. Fíjate en el ejemplo.



**Ejemplo:**

"Podría cometer un error."

**Reacción: Sin duda cometeré errores al realizar cualquier acción. Todos cometemos errores. Es bueno reconocer y aceptar nuestros errores.**

1. "Tal vez alguien se enoje conmigo por lo que hice."

---

---

2. "Alguien me puede criticar por lo que hago."

---

---

3. "¿Y si me convierto en una persona impositiva para los demás?"

---

---

4. "Tal vez piensen que no sirvo para nada."

---

---

5. "Nunca hago nada bien."

---

---

## RUBEN Y NOHEMI: estudio de caso

"Rubén y Nohemí son dos chicos diferentes que viven en hogares distintos. Rubén tiene ocho años y Noemí nueve. Un día ambos cometen el mismo error: al levantarse para coger el vaso de agua, han tirado el plato de la comida encima de la mesa y se han manchado la ropa.

Los padres de Rubén le comentan: "Mira lo que ha pasado. Esto te sucedió porque tenías el plato de la comida mal colocado, y por eso al levantar el brazo para coger el vaso te lo has tirado por encima. Bueno, ahora limpia lo que has ensuciado, cámbiate de ropa y fíjate cómo pones el plato para que no te vuelva a suceder".

Los padres de Noemí le comentan gritando: "¡Otra vez! Jamás aprenderás. Y no aprendes porque nunca te fijas en lo que te enseño. ¡Tonta! ¡Mira lo que has hecho! ¿Y quién tiene que limpiarlo? Yo ¿verdad? ¡Nos estás volviendo locos! Ahora te quedas sin comer. ¡Vete a tu cuarto!".

(Tomado de Guillén Correa en "La Familia Según Dios", páginas 162, 163.)

1. ¿Qué aprendió Rubén?

a) \_\_\_\_\_

b) \_\_\_\_\_

2. ¿Qué aprendió Noemí?

a) \_\_\_\_\_

b) \_\_\_\_\_

3. ¿Cuáles estimuladores de la comunicación se pusieron en práctica en el caso de Rubén?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

4. ¿Cómo crees que se sintió Noemí?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

5. ¿Cuál consideras que fue el estimulador que más faltó en el caso de Noemí y por qué?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

6. ¿Cuál debería ser nuestra actitud ante nuestros hijos en una situación similar?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

## COMUNICANDOME CON MI HIJO

### Instrucciones:

Marca con una x el recuadro que indique tu puntuación de acuerdo a los factores estimulantes que tu aplicas en la comunicación con tus hijos para crear un ambiente adecuado. Usa la escala:

1- No lo utilizo.

4- Lo utilizo frecuentemente

2- Lo utilizo muy poco

5- Siempre lo utilizo

3- Lo utilizo regularmente



	1	2	3	4	5
Sinceridad	<input type="checkbox"/>				
Empatía	<input type="checkbox"/>				
Escuchar	<input type="checkbox"/>				
Respeto	<input type="checkbox"/>				
Seguridad	<input type="checkbox"/>				
Amor	<input type="checkbox"/>				

- ♦ Para aquellos estimuladores en los que obtuviste tres puntos o menos, ¿qué soluciones prácticas puedes mencionar para mejorarlos?

**Sinceridad:** \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**Empatía:** \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**Escuchar:** \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**Respeto:** \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**Seguridad:** \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**Amor:** \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

*"Cuando se priva al niño de relaciones afectuosas en el hogar, las actitudes de desamor con las cuales debe convivir le inculcan que es un indeseable, que no sirve para nada o que es un ser inferior. Llega a la conclusión de que no es gran cosa como persona, que es un don nadie" (Correa, 1991)*

## MI PACTO

### Instrucciones:

- Pide la dirección divina antes de empezar.
- Escribe cada versículo en los espacios provistos para tal fin.
- Anota tres cosas positivas que contenga el versículo.
- Al finalizar, si lo deseas, comparte tu PACTO con el resto del grupo.

**VERSICULO 1: Proverbios 10:19**

---



---

**Tres cosas positivas:**

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_

**¿Quiero ser una persona prudente y refrenar mis palabras? \_\_\_\_\_**

**VERSICULO 2: Proverbios 12:18**

---

---

**Tres cosas positivas:**

- 1. \_\_\_\_\_
- 2. \_\_\_\_\_
- 3. \_\_\_\_\_

**¿Quiero ser una persona sabia y que mis palabras sean medicina? \_\_\_\_\_**

**VERSICULO 3: Proverbios 16:24**

---

---

**Tres cosas positivas:**

- 1. \_\_\_\_\_
- 2. \_\_\_\_\_
- 3. \_\_\_\_\_

**¿Quiero decir sólo palabras agradables a mi hijo(a)? \_\_\_\_\_**

**VERSICULO 4: Proverbios 19:11**

---

---

**Tres cosas positivas:**

1. 

---
2. 

---
3. 

---

**¿Quiero ser una persona cuerda y hablar sin ofender?** 

---

**MI PACTO:**

Imagina que estás sentado frente a tu hijo. Escribe el pacto que harías con él con el propósito de edificarlo. Comienza diciendo: "Hijo, yo quiero..."

---

---

---

---

---

---

---

## SECCION TRES

### *El Poder de las Palabras*



---

---

#### Objetivos de esta Sección

---

- ♦ Reconocer las aptitudes y capacidades de los hijos para ayudarles a alcanzar sus metas.
- ♦ Identificar algunos estimuladores de la comunicación que ayudan a desarrollar la autoestima.

## APOYANDO A MI HIJO

### Instrucciones:

1. Reúnete con tu pareja.
2. Respondan cada pregunta poniéndose de acuerdo en la respuesta.
3. Estén preparados para compartir sus opiniones con el grupo.

1. ¿Por qué soy padre (madre)?

---



---



---

2. ¿Estoy ayudando a mi hijo a tomar sus propias decisiones?

SI \_\_\_ NO \_\_\_ NO SE \_\_\_

3. Menciona algunas formas con las que estás ayudando a tu hijo o podrías ayudarlo a tomar sus propias decisiones.

---



---



---



---

4. Escribe tres objetivos o metas en cuanto a lo que esperas que sean tus hijos.

---



---



---

5. ¿Cómo estoy transmitiendo a mi hijo el deseo para que alcance esos objetivos?

---



---



---

6. ¿Me gustaría ser un padre capacitador?

SI \_\_\_ NO \_\_\_ NO SE \_\_\_

**"Queremos que nuestros hijos crezcan conociendo cómo amar y servir a las personas y ayudarles en su crecimiento".**

**Norman Wright**

**"Por lo cual, animaos unos a otros, y edificaos unos a otros".**

**1 Tesalonicenses 5:11**

## EL DON DE LA FELICIDAD

(Tomado de Drouin, 1984)

### Instrucciones:

Responde en forma individual este cuestionario.

Compara las respuestas con las de tu pareja y pónganse de acuerdo en aquéllas que son diferentes.

Luego suma el total por letra.

1. De bebé tu hijo lloraba por la noche
  - a. Muy a menudo
  - b. A veces
  - c. Raramente
2. Tu hijo está feliz la mayor parte del tiempo
  - a. Raramente
  - b. A veces
  - c. Muy a menudo
3. Tu hijo sonríe
  - a. Raramente
  - b. Muy poco
  - c. Habitualmente
4. Si le das a comer un plato que le gusta especialmente
  - a. No dice nada, pero si le preguntas si está contento dice que sí.
  - b. Dice espontáneamente que está contento.
  - c. Manifiesta mucha alegría.
5. Puede poner mala cara
  - a. Durante varias horas
  - b. Una hora o dos
  - c. Algunos minutos
6. Cuando se hace daño
  - a. Se queja violentamente
  - b. Se queja sin más
  - c. Acusa el golpe pero no se queja



7. Cuando trae malas notas y se le hacen reproches

- a. Se deprime
- b. Está de mal humor
- c. Está despreocupado



8. Con sus hermanas, hermanos y compañeros es

- a. Fácilmente agresivo
- b. Ni agresivo ni especialmente amable
- c. Muy amable

9. Cuando lo envías a hacer recados

- a. Siempre exige a cambio un juguete o caramelo y si se lo niegas hace un drama.
- b. Pide un juguete o caramelo pero si se lo niegas no dice nada.
- c. No pide nada.

10. Para comer, le gustan

- a. Pocas cosas, es un problema.
- b. Las cosas suficientes para que esto no cree problemas.
- c. Prácticamente todo.

11. Cuando pierde un juego

- a. Reacciona muy mal.
- b. No está contento pero pronto se le pasa.
- c. Le da lo mismo.

12. Cuando está enfermo es

- a. Muy difícil de cuidar.
- b. Se le cuida normalmente.
- c. Extremadamente fácil de cuidar.

13. Presta sus juguetes

- a. Muy raramente.
- b. Sólo a sus amigos.
- c. Habitualmente.

14. Si le ofrecen caramelos

- a. Procura guardárselo para él solo.
- b. Los ofrece si se le pide que lo haga.
- c. Los ofrece espontáneamente.



15. Cuando le pides que te preste un servicio

- a. Siempre lo hace de mala gana.
- b. Según de lo que se trate lo hace a gusto o de mala gana.
- c. Lo hace siempre de buena gana.

16. Por las mañanas, al despertarse

- a. Tarda mucho en desvelarse.
- b. Tarde un poco en desvelarse.
- c. En seguida se despabila.

17. Con los animales tu hijo se muestra

- a. Totalmente indiferente o miedoso.
- b. No se interesa por los animales en general, pero puede interesarse en un animal en especial.
- c. Se siente muy atraído por los animales.

18. Si tiene que quedarse solo por largo tiempo

- a. Lo soporta muy mal.
- b. No le gusta pero lo soporta bien.
- c. Lo acepta muy fácilmente.

19. Se aburre

- a. Muy a menudo.
- b. A veces.
- c. Nunca.

20. Tiene el sueño

- a. Generalmente agitado.
- b. Normal, pero agitado de vez en cuando.
- c. Siempre muy tranquilo.

21. Hace amigos

- a. Muy difícilmente, necesita tiempo.
- b. A condición de que pase un tiempo.
- c. Muy fácil y muy rápidamente.



22. Canturrea sin razón especial

- a. Nunca.
- b. A veces.
- c. A menudo.

Suma el número de respuestas por letra:

Total de a ----> \_\_\_\_

Total de b ----> \_\_\_\_

Total de c ----> \_\_\_\_

Cuál de estos fue el Resultado que Obtuviste

- |                          |                     |                          |                              |
|--------------------------|---------------------|--------------------------|------------------------------|
| <input type="checkbox"/> | De 17 a 22 letras a | <input type="checkbox"/> | De 10 a 16 "a" y 10 a 16 "b" |
| <input type="checkbox"/> | De 17 a 22 letras b | <input type="checkbox"/> | De 10 a 16 "a" y 10 a 16 "c" |
| <input type="checkbox"/> | De 17 a 22 letras c | <input type="checkbox"/> | De 10 a 16 "b" y 10 a 16 "c" |
|                          |                     | <input type="checkbox"/> | Menos de 10 puntos en todo   |

Interpretación de los Resultados:

---



---



---



---

## EL PADRE OLVIDA

Escrito por W. Levinsgton Larned a su hijo)

### Carta a mi Hijo



"Escucha hijo: Te estoy diciendo esto mientras te quedas dormido, y tienes una patita arrugada contra tu mejilla y tus rubios rizos mojados están pegados a tu frente húmeda. He estado en tu cuarto solo. Hace apenas unos minutos, mientras me sentaba a leer mi periódico en la biblioteca, una ola sofocante de remordimiento me azotó. Lleno de remordimientos vine al lado de tu cama. Estas son las cosas que estoy pensando, hijo: he estado enojado contigo. Te regañé mientras te estabas vistiendo para ir a la escuela porque simplemente te pasaste la toalla mojada por la cara. Te regañé por no limpiar tus zapatos. Grité enojado cuando tiraste algunas de tus cosas en el piso.

En el desayuno encontré faltas también. Derramaste las cosas. Te atragantaste tu comida. Pusiste los codos en la mesa. Untaste mucha mantequilla a tu pan. Y mientras salías a jugar y yo me dirigía al tren, tu te viraste y moviendo la mano dijiste: "hasta luego, papá", y yo fruncí el ceño y dije: "Mantén los hombros hacia atrás".

Luego todo volvió a empezar al caer la tarde. Mientras subía por el camino te espíe, estabas arrodillado jugando a las canicas. Había huecos en tus medias. Te humillé delante de tus amigos llevándote caminando delante de mí para la casa. Las medias eran caras y si tuvieras que comprarlas hubieras sido más cuidadoso. Imagínate eso, hijo, de un padre.

Recuerdas, más tarde, cuando estaba leyendo en la biblioteca, viniste tímidamente, con cierto dolor en tus ojos. Cuando eché una mirada sobre mi periódico, impaciente por la interrupción, vacilaste en la puerta. "¿Qué es lo que quieres?", dije bruscamente. No dijiste nada, pero te lanzaste sobre mi y con tus brazos alrededor de mi cuello me besaste, y esos pequeños brazos me estrecharon con un cariño que Dios ha hecho florecer en tu corazón y el cual incluso el descuido puede marchitar. Y después te fuiste correteando por las escaleras.

Bien, hijo, poco después fue que mi periódico se deslizó de mis manos y un terrible temor vino sobre mi. ¿Qué ha estado haciendo de mi este hábito? El hábito de encontrar defectos, de reprimir -- esta es mi recompensa para ti por ser un niño --. No era que no te amaba; era que esperaba demasiado de ti. Te estaba midiendo por el patrón de mis años.

Y había tanto que era bueno, hermoso y verdadero en tu carácter. Tu pequeño corazón era tan grande como el mismo sol sobre las grandes montañas. Esto lo mostró tu impulso espontáneo de precipitarte hacia mi y darme un beso de buenas noches. Nada más importa esta noche, hijo. He venido al lado de tu cama en la oscuridad y me he arrodillado avergonzado.

Esta es una declaración débil; yo sé que tu no podrías entender estas cosas si te las digo cuando estás despierto. Pero mañana seré un verdadero papá. Seré tu amigo más cercano, y sufriré cuando tu sufras, y reiré cuando tu rías. Me morderé la lengua cuando me vengan palabras impacientes. Me mantendré diciendo como si fuera un ritual: "No es nada más que un niño -- un pequeño niño".

***"Escuchar es una de las mejores caricias que un padre puede dar a su hijo".***

James-Jongeward

**ME GUSTARIA HABLAR CONTIGO ACERCA DE...**

(Dinámica)



**Instrucciones:**

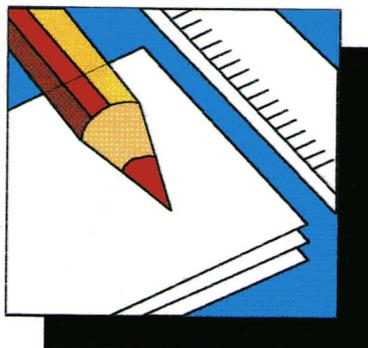
1. Piensa en un tema que te gustaría hablar con su hijo(a) pero que te ha sido difícil abordar.
2. Reúnete en grupos de dos personas pudiendo o no ser pareja.
3. Uno hará el papel de padre (o madre) y el otro el de hijo (o hija).
4. El padre (o madre) comenzará diciendo: "Hijo(a), me gustaría hablar contigo acerca de..."
5. Después de cinco minutos, se intercambiarán papeles.
6. Al finalizar la dinámica, hacer comentarios con todo el grupo sobre las reacciones y de cómo se sintieron al hablar del tema.

## TABLA DE ESTIMULO SEMANAL

### Indicaciones:

A medida que comienzas a prolongar el tiempo en el cual estimulas a tu hijo(a) por medio de la comunicación y haciendo uso de los estimuladores, más te acostumbrarás a ser un padre o una madre estimulador(a).

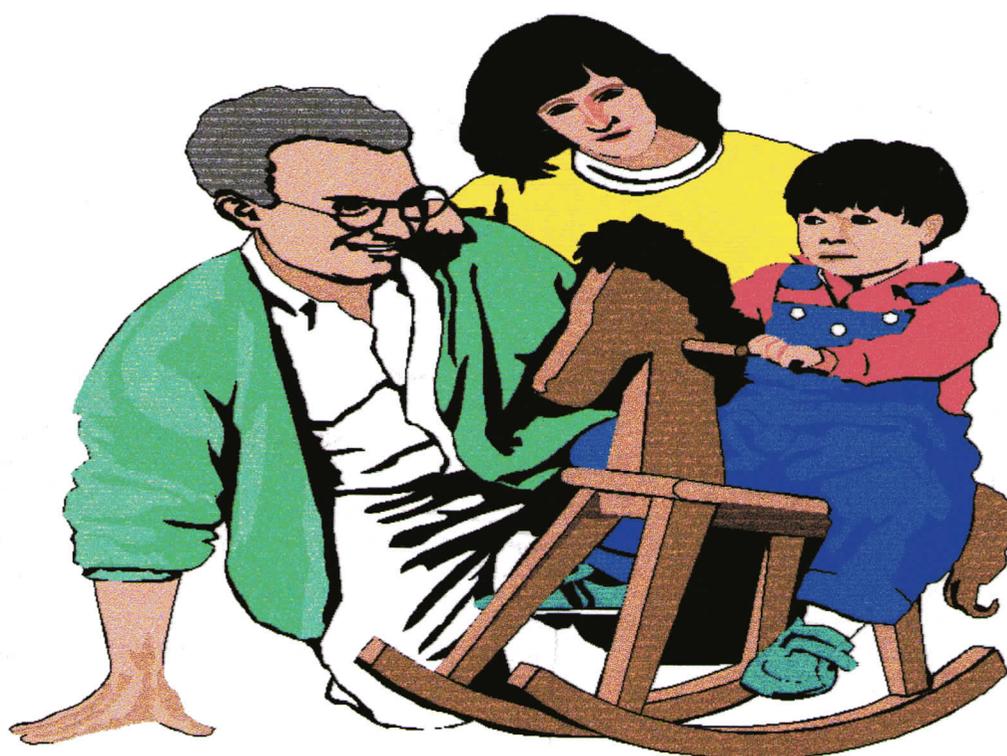
Usa la tabla siguiente para indicar con un "si" o con un "no" en cada día de la semana en el que usaste el estimulador indicado. Puedes utilizar esta tabla cada semana para llevar un control personal de la frecuencia con que usas los estimuladores de la comunicación y de esta manera ir mejorando cada vez.



Estimuladores	Dom.	Lunes	Martes	Miérc.	Jueves	Viernes	Sábado
Evité decir cosas negativas.							
Expresé mis sentimientos.							
Refleje mis sentimientos.							
Alenté a mi hijo(a) a hablar.							
Expresé de nuevo lo que se dijo.							
Escuché sin interrumpir.							
Hablé demasiado y no dejé hablar a mi hijo(a).							
Saqué conclusiones apresuradas.							

## SECCION CUATRO

### *Padres que Edifican*



---

---

### Objetivos de esta Sección

---

---

- ♦ Aprender conductas edificantes en el trato con los hijos.
- ♦ Comprender nuestra función edificante de padres ante la educación de nuestros hijos.

# ALCANZANDO LAS METAS

## Instrucciones:

1. Rellena el cuadrito del número que indique la frecuencia semanal con que estás cumpliendo.
2. Marca la opción que obtuvo menor frecuencia y responde a la pregunta al final.



1. Estoy siendo sincero con mis hijos.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
2. Estoy siendo franco con mis hijos.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
3. Estoy siendo empático con mis hijos.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
4. Estoy escuchando a mi hijo.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
5. Estoy hablando con mi hijo.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
6. Estoy expresando mis sentimientos a mi hijo.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
7. Estoy atendiendo los problemas de mi hijo.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
8. Estoy respetando la independencia de mi hijo	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

De qué forma puedo mejorar la opción número ----->



## "NO ME HUMILLES, MAMA"

(Estudio de caso tomado de Isambert, 1971)

### **Instrucciones:**

Reunirse en grupos de seis y analizar el caso presentado.

Nombrar un expositor quien presentará al resto del grupo las conclusiones obtenidas.

"A pesar de todos los esfuerzos de su madre, Milagritos no se lava nunca. Llega todos los días a la mesa con las manos sucias y las uñas negras. Reprimendas, privaciones del postre, promesas, no han conseguido nada. Entonces, su madre imagina que haciendo cierta publicidad en torno a Milagritos, conseguirá avergonzarla y cambiar su conducta. Cuando viene alguien a la casa y pregunta por la niña, la madre explica que no puede salir porque está hecha una porquería, de modo que Milagritos lo oiga desde la habitación cercana. En cambio, llama y presenta al hermanito, que hace gala de su limpieza. Esta vez, mamá cree haber ganado la partida. Milagritos ha intentado honradamente algunas veces hacerlo mejor. Sin darse nadie cuenta de su esfuerzo, han vuelto con la misma cancioncilla. Entonces, ¿qué importa lo que haga o lo que deje de hacer?"

### **Preguntas para analizar.**

1. ¿Cuál sería la reacción de Milagritos en esta situación?

---

2. ¿Cuáles serían los sentimientos que experimenta Milagritos? ¿Por qué?

---

3. ¿Se sentiría Milagritos humillada por su madre? ¿Por qué?

---

4. ¿Lograría la madre con su actitud, cambiar la conducta de Milagritos? ¿Por qué?

---

5. ¿Cómo se siente Milagritos al ser comparada con su hermanito?

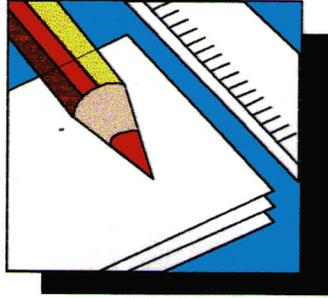
---

6. Cuente de nuevo el caso, pero esta vez cambiando las conductas de humillación por conductas de edificación. Use hojas adicionales.

# FRECUENCIA EDIFICANTE

## Instrucciones:

Expresa numéricamente la frecuencia con que has dicho estas palabras a tu hijo durante la semana para edificarlo.



1. ¡Bien hecho!	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
2. Estoy contento(a) con eso.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
3. Te quiero.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
4. En verdad prestas atención.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
5. ¡Estupendo!	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
6. ¡Gracias!	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
7. Sonreíste.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
8. Guiñaste un ojo.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
9. Caminaron juntos.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
10. Abrazaste a tu hijo.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
11. Conversaste con tu hijo.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
12. Comieron juntos.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

Me gustaría usar con mayor frecuencia la No. ----->



ya que ella permitirá que \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

# CASA DE LA FELICIDAD

## Instrucciones:

Escribe en cada peldaño de la "Casa de la Felicidad" una palabra, frase, gesto o actitud que utilizarías con mayor frecuencia para edificar a tu hijo.



## CUAN BIEN CONOCES A TU HIJO

(Adaptado de Youngbertg, 1980)

### Insdtrucciones:

Responde individualmente cada pregunta.  
Comparte tus respuestas con las de tu cónyuge.

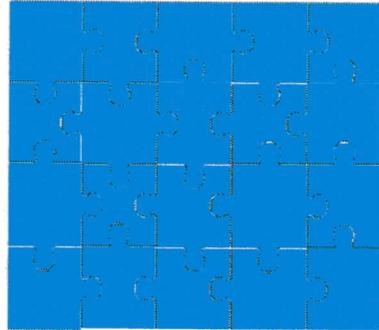


1. Color del cabello \_\_\_\_\_
2. Color de los ojos \_\_\_\_\_
3. Música favorita \_\_\_\_\_
4. Deporte favorito \_\_\_\_\_
5. Su personaje o héroe favorito \_\_\_\_\_
6. Materia favorita en la escuela \_\_\_\_\_
7. Su color preferido \_\_\_\_\_
8. Fecha de cumpleaños \_\_\_\_\_
9. Lo que más le gusta recibir como regalo \_\_\_\_\_
10. Su comida favorita \_\_\_\_\_
11. Lugar preferido para pasar vacaciones \_\_\_\_\_
12. Pariente preferido \_\_\_\_\_
13. Mejor amigo \_\_\_\_\_

# ALGO DIFICIL PARA HACER

**Instrucciones:**

Al responder esta hoja de trabajo, debes pensar en aceptar un compromiso personal de hacer algo que te ayude a desarrollar la autoestima de tu hijo(a) por medio de la comunicación.



ALGO DIFICIL QUE ME  
GUSTARIA HACER PARA EDIFICAR A MI  
HIJO Y QUE DIOS ME PUEDE AYUDAR A HACERLO  
ES \_\_\_\_\_

1. ¿Cómo afectaría este acto a mi hijo(a)? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

2. ¿Cuál es el primer paso que debería dar para cumplir este compromiso? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

3. ¿Cuándo estaría dispuesto(a) a dar este paso?

Fecha de Inicio: \_\_\_\_\_ Fecha del logro: \_\_\_\_\_

## DECALOGO PARA UNA EDUCACION DIGNA

1. NO TRATARAS A LOS NIÑOS COMO PERSONAS MAYORES.
2. SERAS PARA TUS HIJOS UN MODELO DE NATURALIDAD QUE INSPIRE CONFIANZA.
3. DEJARAS A TUS HIJOS PLENA LIBERTAD EN SU PLACER Y LES AYUDARAS CUANDO SE TRATE DE RENUNCIAR A ALGO.
4. AMARAS A TUS HIJOS, NO A TI MISMO, A FIN DE QUE SEAN FELICES EN ESTE MUNDO.
5. EDUCARAS A TUS HIJOS EN LIBERTAD Y SIN COACCION.
6. NO VERAS PECADO ALGUNO EN EL AMOR Y SE LO ENSEÑARAS A TUS HIJOS.
7. NO EDUCARAS A TUS HIJOS CON ARREBATOS IRREFLEXIVOS SINO CON SERENIDAD.
8. RECONOCERAS EN LAS RAREZAS DE TUS HIJOS TUS PROPIOS DEFECTOS Y SACARAS DE ELLOS PROVECHO PARA TU PROPIA EDUCACION.
9. EDUCARAS A TUS HIJOS PARA LA COMUNIDAD Y NO AISLADOS DE ELLA, COMO SERES SINGULARES.
10. TE PREOCUPARAS DE LA EDUCACION TANTO MAS CUANTO MAS PEQUEÑOS SEAN TUS HIJOS Y TANTO MENOS CUANTO MAYORES SEAN.

## BIBLIOGRAFIA

- Allport, G.W. Qué es la Personalidad. Argentina: Ediciones Siglo Veinte, 1974.
- Beeker, Wesley. Los Padres son Maestros. México: Editorial Trillas, 1991.
- Beers, Gilbert. Tu Hijo, Tu Amigo. USA: Editorial Betania, 1990.
- Bolio y Arciniega, Ernesto. Relaciones entre Padres e Hijos. México: Editorial Trillas, 1991.
- Brandon, Nathaniel. Six Pillars of Self Steem. USA: Bantam Books, 1994.
- Correa, Guillén. La Familia Según Dios. Barcelona, España: CLIE, 1991.
- Dobson, James. Criemos Niños Seguros de Sí Mismos. Miami, USA: Editorial Betania, 1993.
- . Atrévete a Disciplinar. Florida, USA: Editorial Vida, 1994.
- Drouin, Cécile y Alain Dubos. Vuestro Hijo tiene Dotes y Vosotros lo Ignoráis. España: Plaza  
& Janes Editores S.A., 1994.
- Kusma, Kay. Living with God's Kids. California, USA: Parent Scene Publish, 1983.
- Satir, Virginia. Nuevas Relaciones en el Núcleo Familiar. México: Pax, 1991.
- White, Ellen. El Hogar Cristiano. USA: Publicaciones Interamericanas, 1978.
- . Conducción del Niño. USA: Publicaciones Interamericanas, 1976.
- Wright, Norman H. Las Palabras de los Padres y su Asombroso Poder. Miami, USA: Chilit, 1994.

## **CAPITULO 4**

### **Resumen del Proyecto**

El propósito de este proyecto es proveer un manual para la presentación de un seminario sobre la influencia de la comunicación positiva en el hogar en el desarrollo de la autoestima de los hijos en edad escolar, con el fin de presentar a padres, educadores y especialistas en el área, material adicional relacionado con este tópico.

El proyecto enfoca la comunicación positiva y eficaz dentro del hogar, como uno de los factores más influyentes en el desarrollo de la autoestima de los hijos en edad escolar. Los padres deben comunicarse eficazmente con sus hijos, ya que la manera correcta de comunicarse determina en ellos su papel familiar y les ayuda en la formación de patrones de conducta, los cuales los hijos llevarán a la adultez. De igual manera la base del desarrollo y participación social de los hijos, depende, en gran medida, de la atención que los padres les dediquen.

El capítulo 1 contiene, además, la introducción, declaración del problema, importancia del proyecto, las delimitaciones, la metodología que se siguió en la elaboración del proyecto, trasfondo filosófico, definición de términos y un breve bosquejo del proyecto.

El capítulo 2 sirve de marco teórico para el proyecto y es el manual para el Instructor del seminario. En este manual se encuentra toda la información necesaria para

que el instructor pueda dictar el Seminario. Consta de cuatro secciones en cada una de las cuales se especifican los objetivos, el tiempo de duración, los materiales, etc. así como un breve resumen e investigación de los temas que deben ser presentados, para que sirvan éstos como material de apoyo al instructor. así mismo todas las dinámicas y hojas de trabajo aparecen desarrolladas para facilitar la aplicación y revisión de las mismas.

En la primera sección se define qué es la autoestima según diferentes autores y cómo se desarrolla en los hijos por medio de mensajes que ayudan en este desarrollo y a fortalecerla, así como algunos factores que contribuyen al desarrollo de la autoestima de los hijos, haciendo especial énfasis en la comunicación positiva en el hogar.

En la segunda sección se destaca la comunicación positiva en el hogar como uno de los factores más importantes para el desarrollo de la autoestima de los hijos en edad escolar. Se presenta en esta sección algunos patrones de comunicación así como el ambiente adecuado que debe imperar para llevar a cabo una comunicación efectiva. Esta sección finaliza con una serie de consejos prácticos sobre cómo desarrollar una comunicación efectiva.

En la sección tres se resaltan los efectos que ocasionan sobre la autoestima de los hijos las palabras de los padres. Se presenta en el primer tema la responsabilidad de la paternidad al guiar a los hijos a tomar sus propias decisiones para alcanzar sus propios objetivos. También se presentan algunos consejos útiles a los padres para que edifiquen con amor a sus hijos, tratando de identificar aquellos estimuladores de la comunicación que ayudan a desarrollar la autoestima de los hijos.

En la última sección se presenta la responsabilidad de los padres en el desarrollo de una autoestima adecuada de los hijos. De nuevo se enfoca la responsabilidad de la paternidad pero en esta ocasión en relación a la edificación del carácter y de la vida de los hijos. Se orienta a la búsqueda de frases edificantes con el propósito de sustituirla por frases humillantes, recomendando que es mejor callar si nuestras palabras no son edificadoraas. En el último tema se orienta a los padres a descubrir y fomentar una verdadera amistad con sus hijos la cual ayudará a desarrollar una autoestima adecuada en ellos, convirtiendo a padres e hijos en verdaderos amigos.

El capítulo 3 es el manual del participante. En este manual se encuentran todas las actividades de trabajo para el participante del seminario y le permite a éste ir siguiendo y desarrollando las actividades de acuerdo a las instrucciones dadas por el instructor del seminario.. Consta de cuatro secciones en cada una de las cuales se especifican los objetivos que se esperan alcanzar, así mismo todas las dinámicas y hojas de trabajo, las cuales aparecen en blanco y con espacio previsto para que el participante pueda responder o desarrollar su trabajo.

El presente es el capítulo final del proyecto y en él se presentan el resumen, las conclusiones y recomendaciones, seguidas de una breve reflexión final del autor.

### **Conclusiones**

Al completar la elaboración del presente proyecto, se ha arribado a las siguientes conclusiones:

1. La comunicación positiva en el seno del hogar es uno de los más importantes factores que influyen en el desarrollo de la autoestima de los hijos en edad escolar.

2. El desarrollo armonioso de la autoestima de los hijos en edad escolar se ve afectado por los mensajes que ellos reciben de parte de sus padres.
3. Los padres de hijos en edad escolar deben estar concientes de los efectos edificantes de sus palabras, de otro modo es mejor no decir esas palabras que no edifican.
4. La comunicación incluye tanto un emisor como un receptor, por lo tanto los padres deben apartar tiempo suficiente para escuchar a sus hijos ya que, al ser escuchados, ellos sienten que son valorados y su autoestima se incrementa.
5. Las palabras que los padres dicen a sus hijos son fuente de edificación o de destrucción, por lo tanto los padres con hijos en edad escolar que desean ayudar a sus hijos a crecer adecuadamente deben edificarlos con sus palabras.
6. La motivación de los padres hacia sus hijos les ayuda a valorar su propio yo y les permite crecer en forma adecuada, estimulando el desarrollo de su autoestima.
7. La construcción que los hijos reciban desde temprana edad es vital para un desarrollo adecuado, el cual perdurará para el resto de sus vidas. Este desarrollo se reflejará en la relación hacia las personas que les rodean y en su relación personal hacia Dios, ya que aprenderán buenos principios, responsabilidad y, sobre todo, a amar y respetar a Dios (Deuteronomio 6:4-9 y Salmo 78:1-8).
8. Los padres con hijos en edad escolar deben comprometerse a brindarles un ambiente adecuado para que puedan desarrollar su autoestima a través de la comunicación. Este ambiente debe incluir: dedicar tiempo para conversar, motivarlos a hablar y escuchar, ayudarlos a expresarse adecuadamente, etc.

## Recomendaciones

Al finalizar el presente proyecto surgen las siguientes recomendaciones:

### EN EL ASPECTO METODOLÓGICO:

1. Se recomienda que el instructor sea una persona capacitada en el área de familia u orientación familiar ya que esta preparación le ayudará a compartir con los participantes sus propias experiencias y hará más efectivo el seminario.
2. Se recomienda aplicar el Seminario a un grupo control con el propósito de hacer todas las modificaciones metodológicas necesarias para mejorarlo.

### EN EL ASPECTO PRÁCTICO:

1. Se recomienda que el número de participantes no sea mayor de cuarenta personas ni menor de veinte ya que con muchos no se aprovecharía al máximo todo del material y las dinámicas, y con pocas personas no se alcanzarían las expectativas deseadas.
2. Se recomienda desarrollar el Seminario un fin de semana comenzando el viernes por la noche y terminando el domingo por la mañana. También se puede desarrollar en una semana completa desarrollando una sección cada día.
3. Se recomienda ofrecer el Seminario a las Iglesias y escuelas a fin de que toda la comunidad sea beneficiada.
4. Se recomienda realizar un estudio empírico para detectar el nivel de autoestima en la niñez venezolana.

EN EL ASPECTO TEÓRICO:

1. Se recomienda realizar una investigación más profunda sobre el factor comunicación y su influencia directa en el desarrollo de la autoestima de los hijos en edad escolar, con el propósito de arribar a conclusiones más científicas.
2. Se recomienda realizar un seguimiento con los padres que hayan participado en este Seminario y con sus hijos para verificar la efectividad producida en ellos.
3. Se recomienda a los dirigentes políticos, a los líderes religiosos, a los educadores y a todas aquellas personas que tengan que ver con los medios de comunicación social, que brinden su apoyo y los recursos que estén a su alcance en ayudar a los padres en su noble deber de formar una autoestima saludable en sus hijos.

**Contribuciones**

- ♦ Este proyecto proporcionará mayor información a padres, educadores y profesionales en el área de familia sobre cómo utilizar de forma más efectiva la comunicación positiva entre padres e hijos con el fin de fortalecer y desarrollar la autoestima de los hijos en edad escolar.
- ♦ Este proyecto contribuirá a reforzar las herramientas disponibles para los docentes de Instivoc-Instiven y para los Departamentos de Orientación para que puedan ayudar a tantos jóvenes y padres de familia en la búsqueda de una autoestima adecuada.
- ♦ Este proyecto producirá un seminario sobre la comunicación en la autoestima el cual podrá ser utilizado en las Iglesias, en los colegios y en Escuelas para Padres, dentro y fuera de la Unión Venezolana Antillana.

- ♦ Este proyecto aportará herramientas importantísimas al Departamento de Hogar y Familia de la Unión Venezolana Antillana en su labor de fortalecer la relaciones entre padres e hijos en las familias que conforman la Iglesia.

### **Reflexión**

Durante mis años como orientadora he entrevistado a cientos de jóvenes y adolescentes que vienen a mi oficina buscando ayuda y he encontrado que muchos de ellos llegan con una estima propia muy baja producida esencialmente por la falta de comunicación eficaz que sus padres obviaron desde pequeños, especialmente durante su etapa escolar.

Inspirada en esta problemática he realizado este Seminario con la esperanza que muchos padres de familia lleguen a comprender lo importante que es, para el desarrollo de la autoestima del niño escolar, la comunicación positiva, y la apliquen en su relación familiar. A través de él me gustaría ayudar a muchos padres a lograr mejores relaciones con sus hijos para que puedan ser edificados sobre bases sólidas.

A todos los instructores que apliquen este Seminario, Dios sabrá recompensar los aportes hechos en beneficio de las familias y bendecirá los esfuerzos realizados en ayudar a cientos de jóvenes a alcanzar el éxito.

# BIBLIOGRAFIA

- Allport, G.W. Qué es la Personalidad. Argentina: Ediciones Siglo Veinte, 1974.
- Balswick, Jack y Judith. The Family. Michigan, U.S.A.: Baker Book House, 1979.
- Barroso, Manuel. Autoestima, Ecología o Catástrofe. Venezuela: Galac, 1987.
- Becker, Wesley. Los Padres son Maestros. México: Editorial Trillas, 1991.
- Beers, Gilbert. Tu Hijo, Tu Amigo. USA: Editorial Betania, 1990.
- Bellido, Carmen. Problemática en la Comunicación Padres-Hijos Adolescentes. España: Narcea, 1983.
- Bernal, Armando. Alcanzando el Exito. España: Editorial Narcea, 1989.
- Blanco, Castro e Hidalgo. Estudio de la Autoestima y Comunicación Infantil y su Relación con los Mensajes Emitidos por los Padres. Trabajo de Grado no Publicado. Universidad Central de Venezuela. Caracas, 1990.
- Bolio y Arciniega, Ernesto. Relaciones entre Padres e Hijos. México: Editorial Trillas, 1991.
- Brandon, Nathaniel. Six Pillars of Self Steem. USA: Bantam Books, 1994.
- Brazelton, Berry. El Arte de Escuchar al Niño. Colombia: Editorial Norma, 1989.
- Brusko, Marlene. Cómo Convivir con un Adolescente. Argentina: Grijalbo S.A., 1988.
- Buscaglia, Leo. Ser Persona. Colombia: Editorial Temas Sociales, 1978.
- Caio, Fabio y Filho D´araujo. El Hogar. Florida, U.S.A.: Editorial Vida, 1989.
- Campbell, Ross. Cómo Conocer a tu Hijo. Miami, U.S.A.: Editorial Betania, 1989.
- Chavarría, Marcela. ¿Qué Significa ser Padres?. México: Editorial Trillas, 1990.
- Clemes, Harris y Reymold Bean. Cómo Enseñar a sus Hijos a Ser Responsables e Inculcarles Disciplina. Madrid, España: Editorial Debate, 1991.

- Correa, Guillem. La Familia Según Dios. Barcelona, España: CLIE, 1991.
- Davitz, Lois y Joel. Su Hijo Adolescente: Cómo Comprenderlo y Relacionarse con El. Colombia: Editorial Carvajal S.A., 1989.
- Dobson, James. Atrévete a Disciplinar. Florida, USA: Editorial Vida, 1994.
- \_\_\_\_\_ . Tener Hijos no es para Cobardes. U.S.A.: Editorial Vida, 1991.
- \_\_\_\_\_ . Criemos Niños Seguros de Sí Mismos. Miami, USA: Editorial Betania, 1993.
- Drouin, Cécile y Alain Dubos. Vuestro Hijo tiene Dotes y Vosotros lo Ignoráis. España: Plaza & Janes Editores S.A., 1994.
- Escarpit, Robert. Escritura y Comunicación. España: Editorial Castalia, 1975. —
- Fremont, Walter y Trudy. Fórmula para la Unidad Familiar. España: Clie, 1986. —
- Getz, Gene. La Medida de una Familia. España: CLIE, 1980.
- Gordon, S.D. Consejos Prácticos sobre el Hogar. Barcelona, España: CLIE, 1984.
- Gordon, Thomas. P.E.T. Padres Eficaz y Técnicamente Preparados. México: Editorial Diana, 1977.
- Graubard, Paul. Paternalidad Positiva. México: Editorial Diana, 1979.
- Isambert, Fernando y otros. El Oficio de Padre. Barcelona, España: Editorial Nova Terra, 1971.
- James, Muriel y Dorothy Jongeward. Nacidos para Triunfar. México: Fondo Educativo Interamericano S.A., 1976.
- Kusma, Kay. Living with God's Kids. California, USA: Parent Scene Publish, 1983.
- \_\_\_\_\_ . Building your Child's Character. U.S.A.: David C. Cook Pus. 1988.
- Lieberman, F. Trabajo Social, el Niño y su Familia. México: Editorial Pax, 1981.
- Moreno, Alejandro. La Familia Popular Venezolana. Caracas, Venezuela: Grafisistem C.A., 1995.
- Osborn, Daisy W. La Mujer y su Autoestima. Colombia: Libros Desafío, 1994.

- Papalia, Diane y Sally Wendkos. Desarrollo Humano. Colombia: Mc Graw-Hill, 1992.
- Perea, Floresmiro. Salvemos a la Familia de Hoy. U.S.A.: Unilit, 1992.
- Rinn, R. y Markle A. Paternidad Positiva: Modificación de Conducta en la Educación de los Hijos. México: Editorial Trillas, 1981.
- Ryan, Dale y Juanita. Recovery from Family Dysfunctions. U.S.A.: Intersity Press, 1990.
- Satir, Virginia. Nuevas Relaciones en el Núcleo Familiar. México: Pax, 1991.
- \_\_\_\_\_. Relaciones Humanas en el Núcleo Familiar. México: Pax, 1982.
- Van Pelt, Nancy. Felices para Siempre. U.S.A.: Publicaciones Interamericanas, 1983.
- \_\_\_\_\_. Hijos Triunfadores. U.S.A.: Apia, 1991.
- White, Ellen. Conducción del Niño. USA: Publicaciones Interamericanas, 1976.
- \_\_\_\_\_. El Hogar Cristiano. USA: Publicaciones Interamericanas, 1978.
- \_\_\_\_\_. Mente, Carácter y Personalidad. U.S.A.: Publicaciones Interamericanas, 1977.
- Wright, Norman. Cómo Hablar con su Pareja. Colombia: CLIE, 1990.
- \_\_\_\_\_. Las Palabras de los Padres y su Asombroso Poder. Miami, USA: Chilit, 1994.
- \_\_\_\_\_. Comunicación: Clave de la Felicidad Conyugal. Barcelona, España: CLIE, 1974.
- Youngberg, John y Millie. Encuentro: Un Programa para Fortalecer el Matrimonio Cristiano. U.S.A.: Marriage and Family Commitment Push, 1980.
- Zabala, Fernando. Parenting Styles and Adolescent Self-Determination in Academic, Religious and T.V. - Related Activities. Tesis de Grado Doctoral no Publicada. Milwaukee, Wisconsin, USA: Marquette University, 1994.

# APENDICE A

# **Bosquejo del Seminario**

## **LA COMUNICACION POSITIVA EN EL HOGAR Y SU INFLUENCIA EN EL DESARROLLO DE LA AUTOESTIMA DE LOS HIJOS EN EDAD ESCOLAR**

**SECCION 1: "Nuestra Propia Imagen"**

**SECCION 2: "La Comunicación en la Autoestima"**

**SECCION 3: "El Poder de las Palabras"**

**SECCION 4: "Padres que Edifican"**

# SECCION UNO

## Nuestra Propia Imagen

Duración: 3 horas

Tema 1: "¿Qué es la Autoestima?"

Tema 2: "Desarrollando la Autoestima de los Hijos"

Tema 3: "Factores que Contribuyen al Desarrollo de la Autoestima de los Hijos"

## SECCION DOS

# La Comunicación en la Autoestima

Duración: 3 horas

Tema 1: "Importancia de la Comunicación Positiva"

Tema 2: "Patrones de Comunicación"

Tema 3: "Ambiente Adecuado para la  
Comunicación"

Tema 4: "Consejos Sabios para una Comunicación  
Efectiva"

## SECCION TRES

# El Poder de las Palabras

Duración: 3 horas

Tema 1: "¿Qué Deseas que Sean tus Hijos?"

Tema 2: "Palabras que Edifican"

Tema 3: "Identificando los Estímulos"

## SECCION CUATRO

# Padres que Edifican

Duración: 2 horas 50 minutos

Tema 1: "Papá y Mamá, ¿para qué?"

Tema 2: "No Humilles a tu Hijo"

Tema 3: "Edifica o Cállate"

Tema 4: "La Amistad más Preciosa"

## ¿Qué es la Autoestima?

"Es la capacidad de valorar el yo y de tratarnos con dignidad, amor y respeto."

Virginia Satir

"La autoestima es confiar en nuestra habilidad para pensar, confiar en nuestra habilidad para enfrentar los desafíos básicos de la vida y confiar en nuestro derecho de ser exitosos y felices."

Nathaniel Branden

### Sinónimos de Autoestima:

Autovaloración

Autoafirmación

Autoconcepto

Autoimagen

Autoconfianza

"Porque a mis ojos fuiste de gran estima."

Isaías 43:4

# Desarrollando la Autoestima de los Hijos

## Los cuatro factores de Coopersmith:

1. Significancia
2. Competencia
3. Virtud
4. Poder

## Mensajes que acentúan lo positivo:

- Tu trabajo en la escuela ha mejorado mucho.
- Tratas a tus amigos muy bien, te felicito.
- Me gustó cómo limpiaste tu cuarto, gracias.
- Eres una persona muy especial para mí.
- Estoy contento de que seas mi hijo.

## Mensajes que corrigen lo negativo:

- No estoy seguro que escuchaste lo que dije. Dime lo que oíste y después te repito lo que yo dije.
- Atiende a la ayuda que te estoy dando.
- Esa no fue la mejor elección que hiciste, pero tengo algunas ideas buenas que te pueden ayudar.

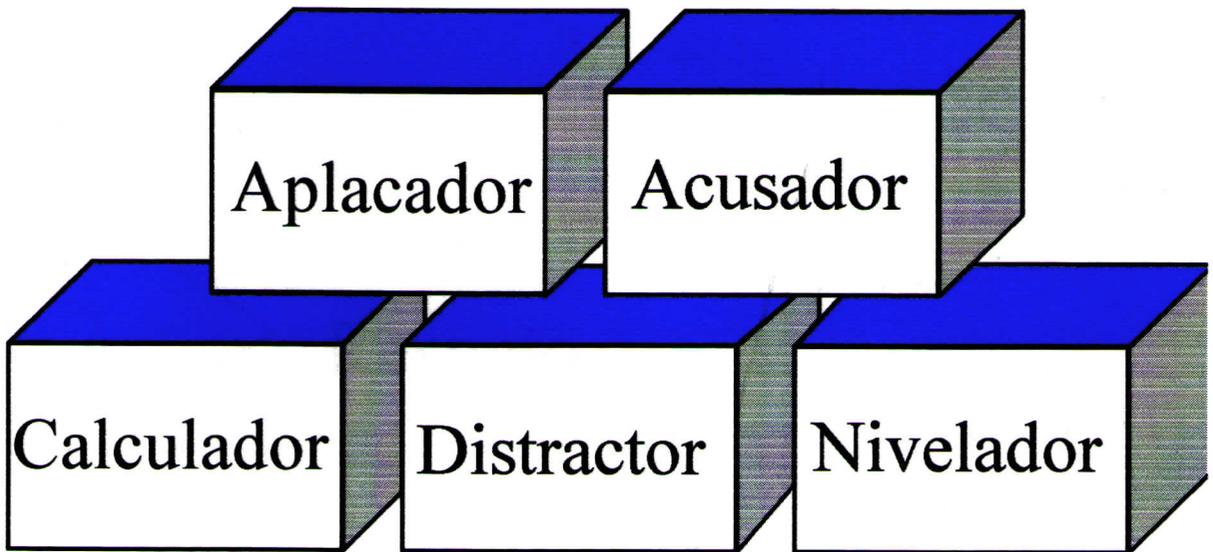
# Factores que Contribuyen al Desarrollo de la Autoestima de los Hijos

1. Ambiente Positivo del Hogar.
2. Cada miembro de la familia es valorado y aceptado por ser quien es.
3. A cada persona se le permite actuar en su propio papel.
4. Los miembros de la familia se cuidan entre sí.
5. *La comunicación es saludable, abierta y directa.*
6. Los niños gozan de independencia.
7. La familia disfruta estando junta.
8. Los miembros de la familia son felices.
9. Los miembros de una familia comparten.

# Importancia de la Comunicación Positiva



# Patrones de Comunicación



# Ambiente Adecuado para la Comunicación

 Sinceridad

Empatía 

 Respeto

Seguridad 

 Amor

Escuchar 

## Consejos Sabios para una Comunicación Efectiva

1. Tome tiempo para escuchar a su hijo.
2. No interrumpa a su hijo mientras habla.
3. No humille a su hijo.



4. Hágale saber a su hijo que vale mucho.
  5. Sea consecuente en la vida diaria.
- 
6. Sea positivo.
  7. No compares con otros.
  8. Tome plena responsabilidad de lo que dice.

## ¿Qué Deseas que sean tus Hijos?

- Que alcancen una madurez adecuada.
- Que sean independientes.
- Que alcancen verdaderos valores.
- Que tomen sus propias decisiones.
- Que crezcan conociendo cómo amar y servir a las personas.
- Que sean personas seguras de sí mismas.
- Que desarrollen buenas relaciones sociales.
- Que sean responsables.

## Palabras que Edifican

- Guíe suavemente y con amor.
- No use métodos demasiado permisivos.
- No use métodos demasiado estrictos.
- Sea sensible a las necesidades emocionales.
- Tome tiempo para conocer a su hijo.
- No lo critique.
- No busque defectos.
- Resalte los puntos fuertes.
- No le achaque la culpa, aunque la tenga.
- Pida la dirección divina al hablar con su hijo.

## Identificando los Estímulos

- Alienta al niño a seguir hablando.
- Comparte tus propios sentimientos.
- Vuelve a expresar lo que dijiste.
- Refleja tus sentimientos.
- Confiere seguridad en la conversación.
- Escucha sin interrumpir.
- Evita hablar demasiado.
- No saques conclusiones apresuradas.

## Papá y Mamá, ¿Para qué?

"Como padres que somos, tenemos tendencia a tratar de resolver todos los problemas de nuestros hijos, a dar todas las respuestas y a ofrecer consejo. Y esta cuasi compulsión de ofrecer soluciones instantáneas es un obstáculo que no nos deja escuchar de verdad. No podemos resolver todos los problemas de nuestros hijos, pero podemos escucharles de manera tal que se sientan entendidos. Una vez que lo sientan así, estarán en mucha mejor disposición de ánimo para resolver sus propios problemas".

Marlene Brusko

## No Humilles a tu Hijo

(1)

"¡Tu eres un niño muy flojo!"

- Hijo, deberías ser más ordenado con tus cosas.

(2)

"Elena, tu eres una niña muy cochina, desordenada, dejas todos tus juguetes tirados por el piso, ¡Vé a recoger todos tus regueros!"

- Elena, sería fabuloso que recogieras tus juguetes y los guardes en su gaveta, así todo quedaría en orden y tu cuarto se vería bonito.

(3)

"¡Yo no sé por qué tu no puedes ser tan limpio como Pedrito!"

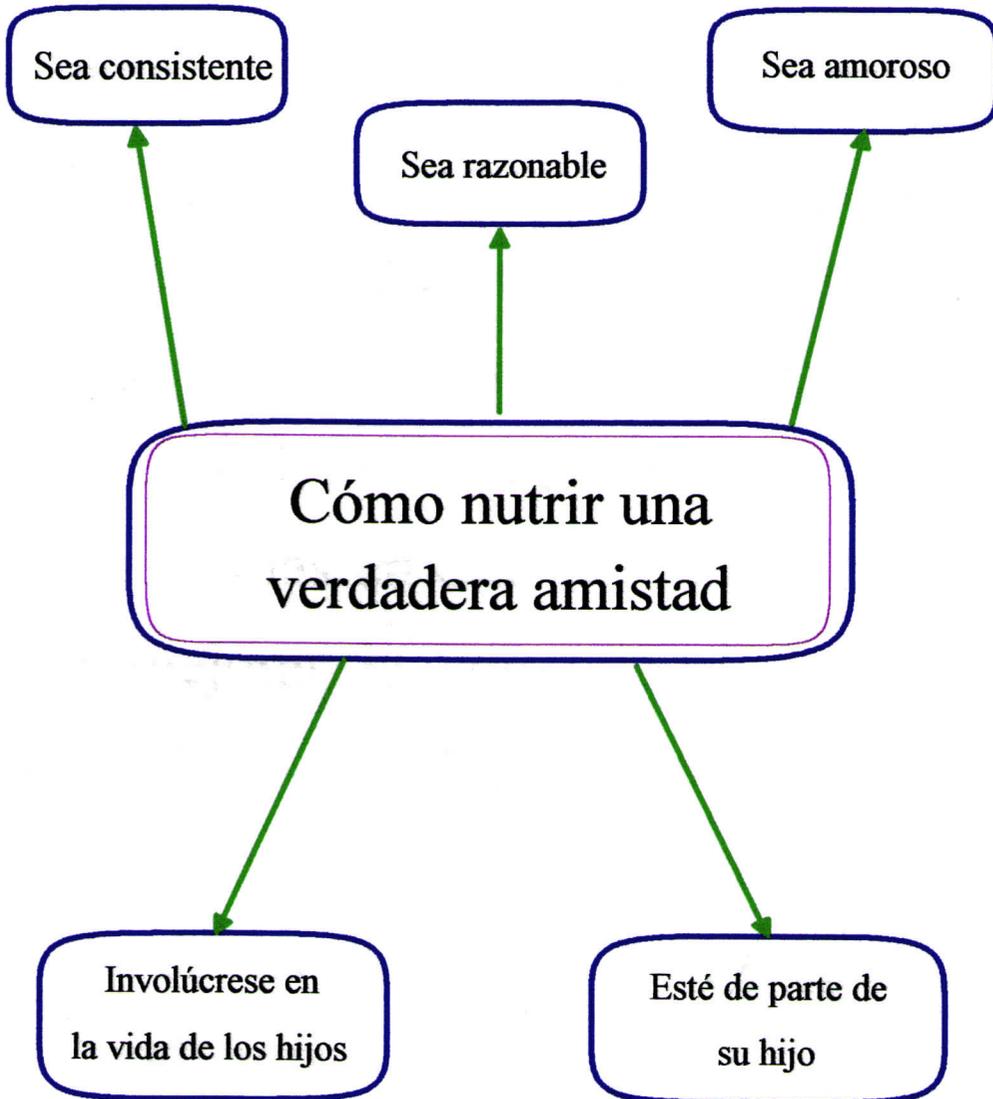
- Hijo, la limpieza inspira un ambiente agradable, tu puedes ser un niño limpio si te esfuerzas un poco más.

# Edifica o Cállate

## Frases que Edifican:



# La Amistad más Preciosa



## Reflexión Final

Los hijos que Dios ha puesto en tus manos son seres únicos y fascinantes. Tu tienes la oportunidad de ayudarles a crecer sanamente y de edificarlos hasta que lleguen a ser personas útiles a la sociedad. Todas las enseñanzas plasmadas en este Seminario te ayudarán a mejorar la comunicación con tu hijo para que su autoestima se acreciente cada vez más. Al terminar este Seminario te deseo las mejores bendiciones del cielo.

Nuris James



# APENDICE B

## Instrumento de Evaluación del Seminario



- ♦ ¿Cree Ud. que el Seminario le ha ayudado a adquirir experiencia en las relaciones con su hijo?

Sí \_\_\_\_ No \_\_\_\_

¿Por qué?: \_\_\_\_\_

- ♦ ¿Qué cosas le gustaron más del Seminario?

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

- ♦ ¿Qué cosas no le gustaron del Seminario?

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

- ♦ ¿Qué cosas se pueden mejorar del Seminario?

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

- ♦ ¿Qué otros temas se pueden incluir?

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

- ♦ ¿Cuál sería su calificación para este Seminario?

Malo \_\_\_\_ Regular \_\_\_\_ Bueno \_\_\_\_ Muy bueno \_\_\_\_ Excelente \_\_\_\_