

Sessió 1 – El respecte i la confiança permet equivocar-nos!



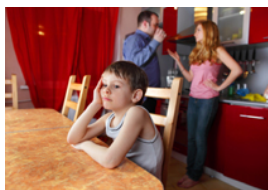
Què és l'autoestima parental? És fàcil ser pare o mare? Molts cops es parla de l'afecte que s'ha de transmetre als fills i filles però, per exercir una parentalitat positiva, també és molt important que els pares i les mares gaudeixin d'una bona autoestima i confiança en les seves competències parentals. Si els pares i mares tenen confiança en si mateixos, proporcionaran contextos d'afecte i seguretat als seus fill i filles. En la sessió es compartiran experiències i estratègies per enfortir la confiança en les pròpies capacitats per dur a terme el paper de pares i mares i, alhora, es reflexionarà sobre els sentiments, positius i negatius, que pot provocar ser mare o pare.

Sessió 2 – Fills autònoms, no obedients!



Ser autònom o autònoma no vol dir només aprendre habilitats per fer coses sols, sinó també desenvolupar la capacitat d'iniciativa, i les ganes i la voluntat d'actuar (fer, pensar i decidir) per un mateix. Quines són les bases per propiciar l'autonomia? Temps, oportunitats, confiança, marge de decisió i acceptació dels errors, però també una autoritat referent que marqui pautes clares i coherents el compliment de les quals no respongui a càstigs i premis, sinó a les conseqüències de les pròpies accions. La sessió buscarà compartir estratègies que fomentin en els pares i mares actuar amb convenciment i confiança en la pròpia competència parental a l'hora de promoure l'autonomia i la responsabilitat en els infants.

Sessió 3 – Conflictes i responsabilitats



Com a models, pares i mares han d'establir en el nucli familiar un estil comunicatiu que permeti resoldre conflictes de forma positiva. L'estil de comunicació que els adults estableixen amb els fills i les filles és tant o més determinant en l'educació que els hàbits o costums familiars. La temàtica de la sessió recaurà a revisar quines habilitats, basades en el respecte i l'estima vers l'altre, poden afavorir un estil de comunicació assertiva entre pares i mares i els seus fills i filles: l'escolta activa, l'empatia, saber fer elogis i emetre crítiques, ajudar a pensar, saber fer les preguntes adequades, manifestar-se amb "missatges jo", i el fet d'aplicar sentit de l'humor a les situacions.

Sessió 4 – Tal faràs, tal educaràs!



El que els pares i les mares fan a casa, i la manera d'expressar com ho viuen, és clau per a l'educació dels fills i filles. Per això, han de ser conscients que són responsables de fomentar també aquests aprenentatges quotidians, amb el "modelatge" que es fa en el dia a dia i amb les formes d'expressar-ho davant dels infants. És en aquest context quotidià que fills i filles construeixen el seu sistema de valors i la manera d'assumir la seva creixent participació i responsabilitat en les tasques quotidianes. La sessió és centrada en prendre consciència de com en la quotidianitat pares i mares transmeten valors i actituds als fills i filles.

Sessió 5 – No s'aprèn només a l'escola!



Tot el que els nens i les nenes viuen, els educa i els pot ensenyar: les relacions amb les persones de la família, els amics, els llocs on estan, les experiències que poden viure, etc. Per tant, s'aprèn a tot arreu: jugant en un equip esportiu, tocant un instrument, llegint còmics, estant de vacances, agafant un transport públic, etc. Així, inevitablement, l'educació dels infants i joves és una tasca compartida entre la família, l'escola i les altres persones i institucions que hi interactuen. La sessió centrarà l'atenció en la relació que pares i mares han d'establir amb els agents coeducadors, i en els diferents contextos en els que els nens i nenes aprenen: el lleure, les activitats d'oci familiar, etc.