



Cuadernillo para trabajar valores en familia



Colegio Sagrada Familia Jesuitinas Valladolid

CÓDIGO FAMILIA

¿QUÉ HAY EN EL CUADERNILLO?

Presentación del Cuadernillo para trabajar valores en familias

Bienvenidos al cuadernillo de actividades diseñado para que padres e hijos trabajen juntos en el desarrollo de valores fundamentales.

Este material busca fortalecer la conexión familiar y promover aprendizajes significativos a través de experiencias compartidas.

Por ello, este cuadernillo propone actividades prácticas y dinámicas que permiten explorar, comprender y vivir los valores en el día a día. Cada uno de los cuatro talleres con padres está pensado para aprender cómo generar espacios de diálogo, reflexión y diversión en familia.

Valores a trabajar

Taller 1



Amor



Paz



Confianza



Dignidad

Taller 2



Espíritu innovador
y creatividad



Plenitud



Alegria



Abundancia

Taller 3



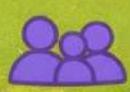
Respeto



Inclusión y diversidad



Sencillez



Empatía

Taller 4



Libertad



Estado de Derecho



Autonomía



Responsabilidad

Objetivos por niveles

En cada taller hay actividades de diferentes niveles y tipo:

- **Nivel 1:** Ayudar a las familias a entender los valores y reconocerlos, explorando juntos su presencia o ausencia en situaciones reales.
- **Nivel 2:** Fomentar una comprensión profunda y compromiso emocional mediante actividades aplicables en el entorno cotidiano.
- **Nivel 3:** Promover el desarrollo de los valores con metodologías atractivas y apropiadas para la edad, como libros ilustrados y juegos de mesa, fortaleciendo la conexión emocional y el diálogo familiar.

Cada taller incluye actividades detalladas, plantillas y materiales para que las familias puedan trabajar de manera sencilla y divertida. El objetivo es que este cuadernillo se convierta en una herramienta para crear recuerdos, aprender juntos y construir un hogar donde los valores sean parte de la vida diaria.

¡Gracias por dar este paso hacia una convivencia más consciente y enriquecedora!

TALLER 1

AMOR

PAZ

CONFIANZA Y DIGNIDAD



TALLER 1
Pilares de conexión: amor, paz, confianza y dignidad

Valores	Amor, paz y no violencia, confianza y/o fe, dignidad humana
Objetivos	<p>Nivel 1 Ayudar a las familias a entender los valores y reconocerlos, mediante la exploración en colaboración de su presencia o ausencia en situaciones de la vida real, compartiendo percepciones y ejemplos.</p> <p>Nivel 2 Fomentar una mayor comprensión y compromiso emocional de cada uno de los valores mediante una actividad diseñada para que las familias los puedan trabajar en su entorno cotidiano.</p> <p>Nivel 3 Promover el desarrollo de los valores mediante metodologías atractivas y apropiadas a la edad de los participantes, como son los libros ilustrados y los juegos de mesa, a fin de fomentar la conexión emocional, participación activa y diálogo dentro de la familia.</p>

DINÁMINA INICIAL Y DESBLOQUEO DE SOBRES
PRESENTACIÓN DE MONSTRUOS

Este taller está gamificado con diferentes monstruos que representan la ausencia de estos valores. Cada familia debe ayudar a estos pobres monstruos. Los pasos a seguir son:

- Leer la descripción de cada monstruo en familia.
- Cada miembro de la familia dibujará a cada monstruo en una hoja.
- Se mostrarán los dibujos entre los miembros de la familia presentando a cada uno de los monstruos.

TRANSFORMACIÓN DE MONSTRUOS Y SOBRES

Tras la realización de las actividades de este taller, desbloquearéis sobres y los monstruos se irán transformando.

Monstruo inicial → Monstruo final (transformado)

- Indigno → Dignus
- Rencor → Amoroso
- Guerrerus → Pacificus
- Desconficius → Confé

1. RENCOR

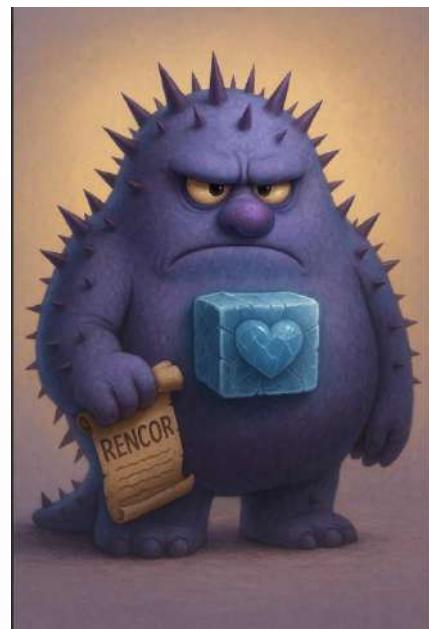
(Monstruo de la amargura)

Representa: La ausencia de Amor

Descripción:

Rencor está lleno de púas; nadie puede acercarse a él sin salir lastimado. Su corazón está encerrado en una jaula de hielo. Guarda una lista de viejas discusiones y nunca olvida ninguna. Agria los dulces recuerdos y susurra cosas como "No perdonas. No olvides". Su comida favorita es el silencio en la mesa y los portazos.

"Si yo no puedo sentir amor, nadie debería hacerlo", susurra, envolviendo a las familias en una fría distancia.



2. GUERRERUS

(Monstruo de las peleas y el caos)

Representa: La ausencia de Paz y No violencia

Descripción:

Guerrerus lleva juguetes rotos y palabras destrozadas. Tiene ojos desorbitados y un pelo de nubes de tormenta. Dondequiera que va, provoca gritos, empujones y portazos. Sus puños siempre están listos, y sus oídos están cerrados. Teme la calma y detesta que la gente se escuche. Su capa está cosida de ira y miedo.

"¡Luchemos! ¡Ganemos!", grita, bailando en medio de cada discusión.



3. DESCONFICIOS

(Monstruo de la desconfianza)

Representa: La ausencia de confianza y fe.

Descripción:

Desconficius siempre anda a escondidas, escondiendo secretos en su gran abrigo lleno de bolsillos cerrados. Tiene ojos pequeños y desconfiados y susurra constantemente: "No puedes confiar en nadie". Siembra dudas entre amigos y construye muros en las familias. Su juego favorito es hacer que la gente cuestione todo y a todos.

"Mejor estar solo", murmura, desapareciendo cada vez que la honestidad aparece.



4. INDIGNO

(Monstruo de la humillación)

Representa: La ausencia de dignidad humana.

Descripción:

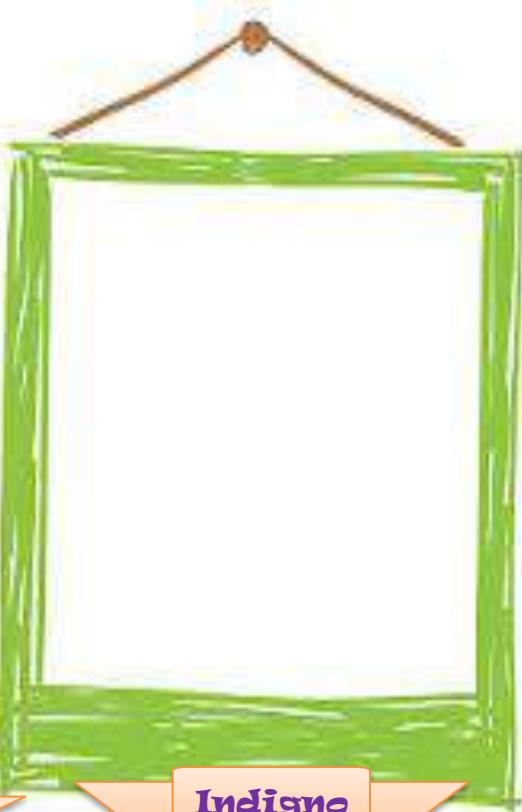
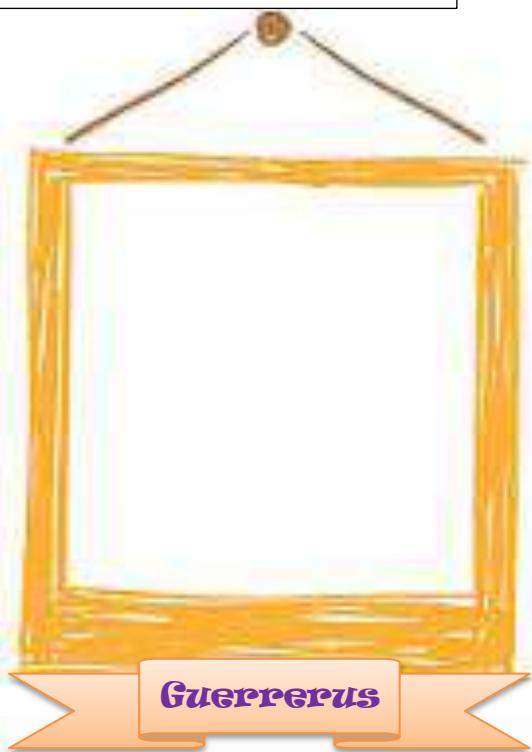
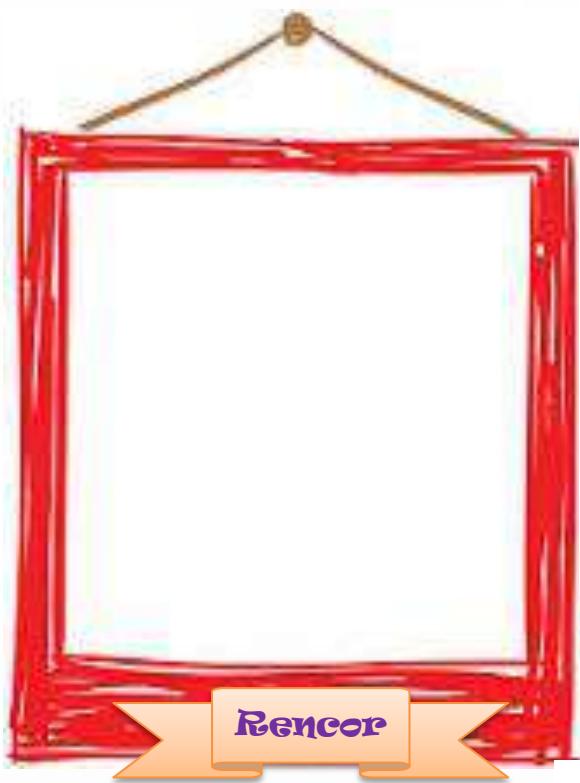
Indigno tiene una mirada penetrante y crítica, y un dedo largo que siempre señala a los demás. Su cuerpo está cubierto de espejos que solo muestran lo que está "mal" en la gente. Camina con sus pesadas botas, pisoteando la bondad y la igualdad. Su voz es fuerte y burlona, y le encanta cuando la gente se siente pequeña, excluida o avergonzada.

"¡Todos son menos que yo!", gruñe, alimentándose de insultos y tratos injustos.





DIBUJA AQUÍ LOS MONSTRUOS DE _____





DIBUJA AQUÍ LOS MONSTRUOS DE



Rencor



Guerrerus

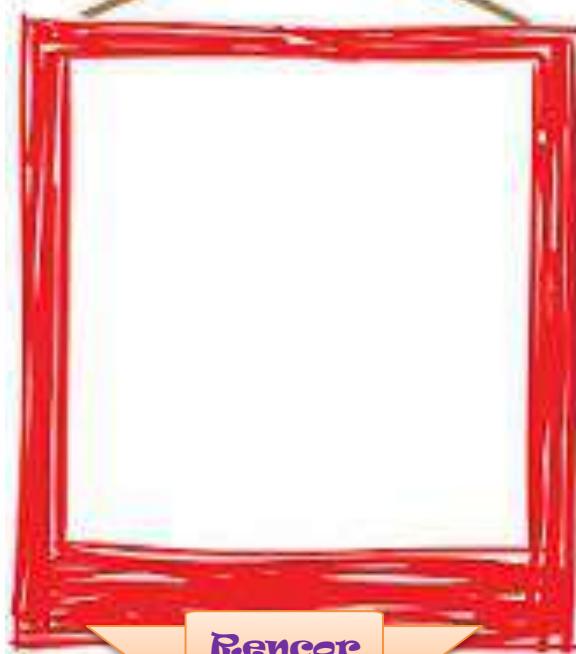


Desconficius



Indigno

DIBUJA AQUÍ LOS MONSTRUOS DE _____



Rencor



Guerrerus

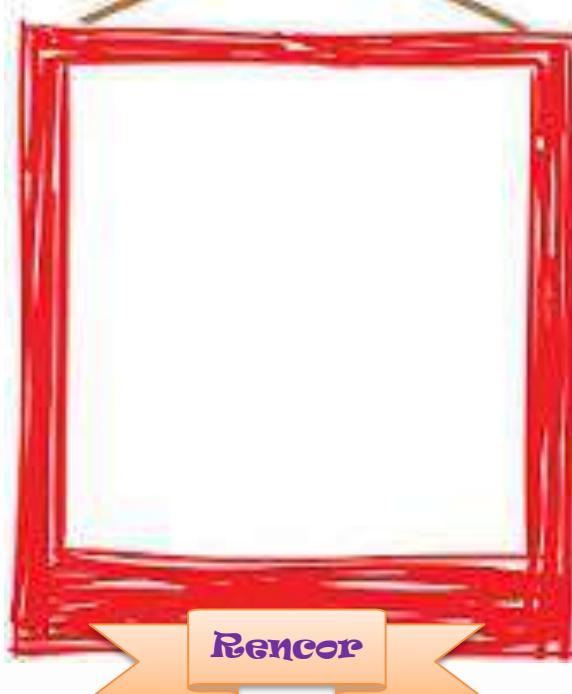


Desconficius



Indigno

DIBUJA AQUÍ LOS MONSTRUOS DE _____



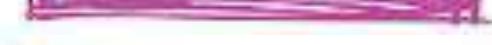
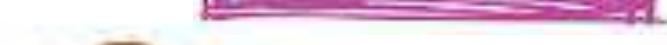
Actividades	
Actividad 1: Puzle de valores: ¿Qué sabemos? <i>(Nivel 1: todos los valores)</i>	<p>Descripción:</p> <p>En familia, descubrimos el significado de los valores a través de preguntas y ejemplos cotidianos. Completad el "Póster Rompecabezas de Valores" que encontraréis en la siguiente página.</p> <p>Esta actividad es el punto de partida antes de profundizar en cada valor.</p> <p>Posibles preguntas para reflexionar después de la actividad:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ ¿Qué descubriste sobre la importancia de estos valores en tu familia? ▪ ¿Hubo algún valor que te resultó más difícil de identificar en tu vida diaria? ¿A qué crees que se debió? ▪ ¿Cómo crees que la ausencia de estos valores afecta la dinámica familiar? ▪ ¿Qué acciones concretas podrías tomar para fortalecer estos valores en tu familia?
	<p>Material:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Marcadores o bolígrafos de colores ▪ Notas adhesivas (opcional: para agregar ideas individualmente antes de compartir las) <p>Tiempo estimado: 20 min</p> <p>Consejos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Fomenten la franqueza: no hay respuestas correctas o incorrectas. - Usen las respuestas para identificar temas, malentendidos o fortalezas.

SOBRE





CONFIANZA





DIGNIDAD



Actividad 2: Espejo de valores: presencia vs. ausencia (Nivel 1: todos los valores)	<p>Descripción:</p> <p>En familia colaborad para construir un gran mural dividido en ocho columnas, dos por cada valor: una representa la <i>presencia</i> y la otra la <i>ausencia</i>.</p> <p>En las siguientes páginas encontraréis imágenes y textos breves (situaciones, citas o ejemplos). Recortad las imágenes y textos y barajadlos. Discutid y colocad cada elemento en la columna donde creen que encaja mejor. Después de colocar todos los elementos, reflexionad brevemente sobre qué comportamientos queréis promover o evitar en casa.</p> <p>Esta actividad promueve el pensamiento crítico, el razonamiento moral y el diálogo grupal, ayudando a las familias a armonizar su comprensión de los valores.</p> <p>Estructura del mural: 8 columnas etiquetadas:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Amor → Presencia / Ausencia ▪ Paz y no violencia → Presencia / Ausencia ▪ Confianza y/o fe → Presencia / Ausencia ▪ Dignidad humana → Presencia / Ausencia <p>Posibles preguntas para reflexionar después de la actividad:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ¿Qué valor es más fuerte en tu hogar? - ¿Qué ausencia te preocupa más? - ¿Qué pequeña acción podría fortalecer uno de estos valores en casa? - ¿Qué comportamientos quieres fomentar en tu hogar con esta actividad?
	<p>Material:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Tijeras ▪ Pegamento <p>Tiempo estimado: 20 min</p> <p>Consejos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Anime a los niños a explicar su razonamiento al colocar los elementos



PRESENCIA DE AMOR

AUSENCIA DE AMOR



PRESENCIA DE PAZ

AUSENCIA DE PAZ

CONFIANZA



PRESENCIA DE CONFIANZA

AUSENCIA DE CONFIANZA

DIGNIDAD



PRESENCIA DE DIGNIDAD HUMANA

AUSENCIA DE DIGNIDAD HUMANA





9P





Dignidad Humana

Ausencia de Dignidad Humana

“ Solo hablan los adultos: En una cena familiar, un niño intenta dar su opinión, pero un adulto lo interrumpe: “No hables. Solo eres un niño.” El niño baja la mirada y guarda silencio.

“ Burlas por su ropa: Durante la entrada al colegio, un grupo de padres y niños se burla del abrigo desgastado de una niña. Ella abraza su mochila con fuerza y se aleja sola.

“ Sin lugar en la mesa: Un abuelo mayor come solo en la cocina mientras el resto de la familia cena en la sala, riendo juntos.

“ Culpar al más pequeño: Se rompe un plato y comienzan los gritos. Sin preguntar, culpan y castigan al hermano menor, aunque no fue responsable.

“ Siempre estás equivocado: Cada vez que un adolescente opina, sus ideas son rechazadas: “Eso es estúpido. No sabes nada.” Finalmente deja de hablar.

“ Burlarse de un error: Un niño pronuncia mal una palabra durante un juego. Toda la familia se ríe fuerte. El niño se sonroja y se niega a seguir jugando.

“ Comparar hermanos: Los padres elogian constantemente a un hijo y le dicen al otro: “¿Por qué no puedes ser más como tu hermano?” El segundo niño se da la vuelta y frunce el ceño.

“ Sin privacidad: El diario de un niño se lee en voz alta como broma durante una reunión familiar. Todos ríen. El niño se siente expuesto y traicionado.

“ El invisible: Un niño con discapacidad queda fuera de una actividad familiar. Nadie pregunta si quiere participar ni sugiere una alternativa para incluirlo.

“ Juzgar al visitante: Invitan a un vecino a tomar café. Después de que se va, la familia se burla de su acento y ropa. El niño más pequeño escucha en silencio, confundido.



Presencia de Dignidad Humana

“ Cada voz cuenta: Durante la cena, cada miembro de la familia—sin importar la edad—tiene un turno para compartir sus pensamientos. Todos escuchan con atención e interés.

“ Aquí perteneces: Un nuevo compañero con acento diferente es invitado a jugar después de la escuela. El niño dice: “¿Quieres unirte? Estamos construyendo una fortaleza.”

“ Un lugar para el abuelo: La familia pone la mesa juntos, asegurándose de que el abuelo se siente en el centro. Le sirven primero y le preguntan por su día con cariño.

“ Todos somos diferentes: La familia habla sobre un compañero con necesidades especiales. El padre dice: “Eso es lo que hace interesante al mundo—cada persona aporta algo único.”

“ ¡Buen intento!: Un niño comete un error mientras lee en voz alta. En lugar de corregirlo bruscamente, el padre sonríe: “Eso fue valiente. ¿Quieres intentarlo otra vez juntos?”

“ Las palabras amables importan: Los hermanos discuten y uno dice algo hiriente. El padre guía la reparación: “¿Qué podrías decir para mostrar respeto ahora?” Lo intentan de nuevo, con cuidado.

“ Privacidad respetada: La puerta del cuarto del adolescente está cerrada. El padre toca suavemente y espera antes de entrar: “Solo quería preguntar algo—cuando estés listo.”

“ Celebrando pequeños logros: Después de una semana difícil, la madre abraza a su hija y dice: “Hiciste tu mejor esfuerzo, y eso es lo que importa. Estoy orgullosa de ti.”

“ Mano amiga: La hermana mayor nota que su hermano pequeño tiene problemas con la chaqueta. Se arrodilla y lo ayuda, diciendo suavemente: “Ya casi lo tienes.”

“ Nadie queda fuera: Durante una noche de juegos de mesa, la familia se asegura de que el más pequeño entienda las instrucciones y celebra cuando tiene éxito, igual que los demás.

AMOR

Ausencia de Amor



“ Cumpleaños olvidado: Nadie recuerda el cumpleaños del niño. No hay mensaje, ni pastel, ni abrazo. Él come su cereal en silencio mientras el resto de la familia revisa sus teléfonos.



“ Demasiado ocupado para un abrazo: La niña corre para mostrar su dibujo, pero su padre, aún en la computadora portátil, responde sin mirar: “Ahora no, estoy trabajando.” Ella se aleja sosteniendo la imagen.



“ Nadie me arropa: Mientras la casa se prepara para dormir, el niño más pequeño se mete solo en la cama. La luz del pasillo permanece apagada y nadie le dice buenas noches.



“ La despedida fría: Un adolescente se va a la escuela. “Adiós”, dice suavemente. Nadie responde ni levanta la vista de la mesa de la cocina. La puerta se cierra detrás de él.



“ Eso no es importante: Un niño cuenta emocionado una historia de la escuela. Un hermano mayor lo interrumpe y el padre dice: “Deja que tu hermano hable. Lo que dices puede esperar.”

“ Viaje silencioso a casa:

Después de una actuación escolar, la familia camina hacia el coche sin decir una palabra al respecto. El niño mira por la ventana durante todo el trayecto.



“ Siempre solo en la mesa: En cada comida, el mismo niño termina de comer primero. Pide jugar un juego. “Luego”, dicen los demás. Pero ese “luego” nunca llega.



“ Sin foto, por favor: Durante las fotos familiares, un niño queda excluido porque “nunca sonríe bien.” Le dicen que tome la foto en lugar de salir en ella.



“ Solo deja de llorar: El niño está molesto y abrumado. El adulto suspira fuerte y dice: “Estás siendo dramático. Ve a tu cuarto y vuelve cuando te calmes.”



“ ¿Dónde está mi dibujo?: Una tarjeta hecha a mano termina en la basura. “No podemos guardar todos los garabatos”, dice el padre. El niño recoge su mochila en silencio para ir a la escuela.



Presencia de Amor



“ La nota de la mañana: Un padre deja una pequeña nota escrita a mano en la lonchera de su hijo: “Eres increíble. Te quiero. ¡Que tengas un gran día!”

“ Tomados de la mano en el cruce: De camino a la escuela, un niño toma instintivamente la mano de su madre. Se sonríen mientras esperan la luz verde.

“ Solo una historia más: A la hora de dormir, el niño ruega por otro libro. El padre bosteza, sonríe y dice: “Está bien, uno más. Pero luego... ¡directo a dormir!”

“ Manta compartida, silencio compartido: Dos hermanos se sientan bajo la misma manta viendo una película. Uno apoya la cabeza en el hombro del otro sin decir una palabra.

“ Te guardé la última: En la mesa, el hermano mayor nota que queda una galleta. Se la pasa a su hermana pequeña: “Sé que son tus favoritas.”

“ Dibujo para papá: El niño entrega un dibujo a su padre: “Este eres tú y yo jugando a atrapar.” El padre se arrodilla y lo abraza con fuerza.

“ Llorar juntos: Un niño está triste tras perder una mascota. El padre lo envuelve en un cálido abrazo, lo deja llorar y susurra: “Estoy aquí contigo.”

“ Lavándole el cabello: La hermana mayor ayuda suavemente a su hermano menor a lavarse el cabello durante el baño, haciendo formas divertidas con las burbujas.

“ Despertar con torrijas y tortitas: El domingo por la mañana, la familia sorprende al más pequeño con torrijas y tortitas en forma de corazones. “Porque eres más dulce que el azúcar”, dice la mamá sonriendo.

PAZ Y NO VIOLENCIA

Ausencia de Paz y No Violencia

“Gritando unos sobre otros:

Durante una discusión, todos en la familia levantan la voz. Nadie escucha. La casa resuena con gritos y portazos.



“Portazos, sin hablar: Despues

de una pelea, el adolescente se va a su habitación, da un portazo y nadie se acerca. El silencio es pesado.



“La guerra por el control

remoto: Dos hermanos agarran el mando de la televisión al mismo tiempo y se empujan. Uno termina llorando, el otro se va enfadado.



“Cena con tensión: La familia se

sienta alrededor de la mesa en silencio. Los rostros están tensos. Una silla se arrastra ruidosamente. Nadie hace contacto visual.



“¡Él empezó!: Un parent entra en

la habitación. Dos niños están peleando. Nadie explica con calma—solo acusaciones, brazos cruzados y lágrimas de rabia.

“Amenazas, no reglas: Un

padre grita: “¡Si no paras, lo lamentarás!” El niño se queda paralizado de miedo, sin saber qué hacer.



“Sarcasmo como arma: Un

adolescente intenta compartir algo personal. Un hermano mayor pone los ojos en blanco y dice con burla: “Oh, qué profundo...” Todos se ríen.



“La almohada se convierte en

golpe: Lo que empieza como una pelea de almohadas divertida se intensifica. Un hermano golpea demasiado fuerte. El otro grita y el juego se convierte en una pelea real.



“El juego de las culpas:

Después de que algo se rompe en la casa, todos señalan con el dedo. La discusión se hace más fuerte y nadie asume responsabilidad.



“Nadie se disculpa: Una

discusión termina, pero nadie dice perdón. Pasan horas. Todos permanecen distantes, llevando la tensión el resto del día.



Presencia de Paz y No Violencia



“Hablemos de ello: Después de una discusión, el padre se sienta tranquilamente con los niños y dice: “Vamos a resolver esto juntos—sin gritos, solo escuchando.”

“Tomar un respiro: Un adolescente se aleja de una discusión, respira profundamente afuera, luego regresa y dice: “Necesitaba un momento para calmarme.”

“El abrazo de disculpa: Dos hermanos discuten por un juguete. Minutos después, uno ofrece un suave “Lo siento” y se abrazan antes de continuar el juego.

“Piedra-papel-tijera: Dos niños quieren el mismo asiento. En lugar de pelear, juegan piedra-papel-tijera, se ríen y el “ganador” ofrece el lugar de todos modos.

“Rincón tranquilo: Un niño se siente abrumado. El padre lo guía a un espacio suave con cojines y dice: “Puedes descansar aquí hasta que te sientas mejor.”

“Escuchamos uno a la vez: En la mesa, la familia usa un micrófono de juguete para decidir quién habla. Nadie interrumpe y todas las voces son escuchadas.

“Dibujando sentimientos:

Después de un momento tenso, el niño dibuja cómo se sintió. El padre se sienta a su lado y dice: “Gracias por mostrarme esto.”

“Rutinas respetuosas: A la hora de dormir, la familia pone música suave y habla en susurros. La rutina tranquila ayuda a todos a relajarse pacíficamente.

“Limpieza en equipo: Despues de un desorden en la sala, en lugar de culpar, la familia pone música y limpia juntos, sonriendo y bailando.

“Contar hasta diez juntos:

Durante una discusión entre hermanos, el padre dice suavemente: “Vamos a contar hasta diez y respirar juntos antes de hablar otra vez.”

FE / CONFIANZA



Ausencia de Fe / Confianza

“Promesas incumplidas: Un padre dice repetidamente que irá a la actuación de fin de curso, pero nunca aparece. El niño deja de creerle cuando dice “la próxima vez”.

“Espiando el teléfono: Un adolescente descubre que sus mensajes de whatsapp fueron leídos en secreto. “Perdiste ese derecho cuando mentiste”, dice el adulto. El adolescente se siente herido y distante.

“Eso queda entre nosotros: Un niño comparte algo personal y luego lo escucha repetido frente a otros adultos como una broma. Sus mejillas se sonrojan de vergüenza.

“¿Quién lo tomó?: Desaparece una tableta de chocolate. El padre acusa inmediatamente al mismo niño de siempre. “Yo no fui”, susurra, sin ser escuchado ni creído.

“Nadie me cree: El niño dice que lo están acosando, pero el adulto lo ignora: “Estás exagerando otra vez.” El niño baja la mirada y deja de hablar.

“Ponme a prueba otra vez: Despues de llegar tarde una vez, el adolescente ahora tiene que informar cada paso y demostrar constantemente su honestidad, incluso después de semanas de buen comportamiento.

“No le digas a papá: El padre le pide al niño que guarde secretos del otro parent. El niño se muestra confundido e incómodo.

“Sabía que lo arruinarías: Antes incluso de intentarlo, le dicen al niño: “Solo fallarás otra vez como la última vez.” Deja el lápiz y se rinde.

“Puertas cerradas, corazones cerrados: Todos en la familia mantienen sus puertas cerradas. No hay bromas compartidas ni conversaciones abiertas—solo silencio y sospecha.

“Esfuerzo invisible: El niño trabaja duro en una tarea sorpresa. El padre asume que fue otro y elogia al hermano equivocado. El niño no dice nada.



Presencia de Fe / Confianza

“Estaré allí: Antes de la obra escolar, el niño pregunta: “¿Vendrás?” El padre responde: “Por supuesto.” Y más tarde, está justo en la primera fila, sonriendo.

▼

“Creo en ti: El niño duda antes de un desafío. El hermano mayor dice: “Puedes hacerlo. Te he visto practicar.” El niño asiente y da el paso.

▼

“Un secreto bien guardado: El niño susurra algo personal a su padre. Más tarde, no escucha bromas ni repeticiones—solo un suave apretón de mano y una sonrisa.

▼

“Inténtalo de nuevo, confío en ti: Despues de romper un plato, el niño se disculpa. El padre dice: “Está bien. ¿Quieres ayudar a poner la mesa otra vez?”

▼

“Estoy contigo: Dos hermanos enfrentan un momento difícil. El mayor se coloca silenciosamente al lado del menor y dice: “Pase lo que pase, estoy aquí.”

▼

“Confiado con las llaves: Por primera vez, le piden al adolescente que cierre la casa. “Sé que eres responsable”, dice el padre. El adolescente sonríe con orgullo.

▼

“La verdad importa más: Un niño admite un error antes de que se lo pregunten. El padre responde: “Gracias por decírmelo. Eso fue valiente.”

▼

“Sabía que vendrías: Despues de perderse en el parque, el niño corre a los brazos del padre: “Sabía que me encontrarías.” Se abrazan con fuerza, ambos aliviados.

▼

“Una promesa cumplida: El padre promete un picnic el sábado. Incluso con cielos nublados, encuentra la manera. “Una promesa es una promesa”, dice sonriendo bajo el paraguas.

▼

“Pregúntame lo que quieras: El adolescente se acerca con dudas. El padre dice: “Sea lo que sea, puedes contármelo.” Y lo hace.

▼

SOBRE 2

TRAS COMPLETAR LAS ACTIVIDADES 1 Y 2 DE ESTE TALLER, POR FAVOR ESCANEAD EL CÓDIGO QR Y CUMPLIMENTAD EL CUESTIONARIO INICIAL.

RECORDAD QUE CADA PROGENITOR DEBE COMPLETARLO DE MANERA INDIVIDUAL Y QUE, AL INICIO DEL CUESTIONARIO, SERÁ NECESARIO INTRODUCIR EL CÓDIGO DE FAMILIA INDICADO EN LA SEGUNDA PÁGINA DE ESTE CUADERNILLO.



Actividad 3: “Álbum de amor” – Un proyecto en familia (Nivel 2: Amor)	<p>Descripción:</p> <p>En familia cread vuestro propio "Álbum de Amor": un álbum de recortes físico donde recopilarán y conservarán recuerdos especiales durante un período prolongado. Este álbum se convertirá en un testimonio vivo de amor, lleno de fotos, anotaciones, pequeños objetos, dibujos, y recuerdos que reflejan la alegría y el cariño vividos en el día a día.</p> <p>A través de este proceso, las familias no solo celebran los momentos que pasan juntos, sino que también construyen un símbolo perdurable de unidad, seguridad emocional y amor que podrán recordar con orgullo en el futuro.</p> <p>Possible reflexión durante o tras la creación del álbum:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ¿Qué significó para ti crear este álbum de amor? - ¿Qué momentos y recuerdos capturados en el álbum encuentras más significativos? - ¿Cómo crees que este álbum puede fortalecer las relaciones en tu familia? - ¿Qué acciones concretas puedes tomar para seguir celebrando el amor en tu familia?
	<p>Material:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Un álbum de recortes o carpeta en blanco (tamaño A4 o A5). ▪ Bolígrafos, rotuladores de colores y pegatinas. ▪ Fotos, recuerdos. <p>Tiempo estimado (en taller): 15 min Proceso en casa: 3 meses en adelante</p> <p>Consejos: Añadid nuevas entradas al álbum después de cada experiencia significativa compartida, sin importar su magnitud Fomentad la creatividad: el álbum de cada familia será diferente y reflejará su historia única. Considerad incluir recordatorios, fotos, entradas a eventos...</p>

SOBRE 3

Actividad 4: Cartas de amor <i>(Nivel 2: amor)</i>	<p>Descripción:</p> <p>Cada miembro de la familia escribe una carta de amor personal dirigida a alguien importante en su vida. Puede ser un familiar actual, alguien fallecido o incluso un futuro hijo o familiar. La carta debe expresar sentimientos genuinos de amor, gratitud, esperanza o añoranza. Después de escribir, la familia se reúne en un ambiente tranquilo y cálido y, uno por uno, lee sus cartas en voz alta al grupo.</p> <p>Este momento busca fomentar la escucha profunda, la seguridad emocional y la cercanía. Después, las cartas pueden guardarse juntas en un sobre, una caja o un álbum especial como recuerdo imborrable de esta experiencia compartida.</p> <p>Estructura de la actividad</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Introducción (10 min): Conversa en familia sobre las diferentes formas de amor (afecto, apoyo, presencia, recuerdo) y reflexiona sobre las personas de la familia que merecen escuchar o sentir ese amor. 2. Fase de escritura (~30 min o el tiempo que cada uno necesite): Escribid cada uno vuestra propia carta de amor. Los niños más pequeños pueden dibujarla o dictarla con ayuda. 3. Círculo de lectura (20–30 min): Leed las cartas en voz alta en un ambiente tranquilo y respetuoso. 4. Posible reflexión tras la actividad (10–15 min): ¿Cómo te sentiste al escribir tu carta? ¿Cómo te sentiste al escuchar a otros leer la suya? ¿Qué te recordó esta experiencia sobre el amor en tu familia? ¿Hay alguien más a quien te gustaría escribirle en el futuro? ¿Qué acciones concretas puedes tomar para seguir expresando amor y gratitud en tu vida diaria?
	<p>Material:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Papel ▪ Sobres (opcional, para guardar cartas) ▪ Bolígrafos, marcadores o crayones ▪ Un espacio tranquilo y cómodo <p>Tiempo estimado: 60 – 85 min</p> <p>Consejos: Respetad los límites: nadie está obligado a leer su carta en voz alta.</p>

SOBRE 4

Actividad 5: “El lenguaje del tacto” – Construye amor a través de la conexión (Nivel 2: Amor)	<p>Descripción:</p> <p>Los participantes experimentan cómo el contacto físico seguro y cariñoso —como un abrazo, una mano en el hombro o una caricia suave— puede fomentar la cercanía emocional, reducir la tensión y comunicar amor sin palabras. La actividad finaliza con una breve reflexión para ayudar a las familias a comprender y respetar los niveles de comodidad y las preferencias de contacto de cada uno.</p> <p>Esta actividad invita a las familias a reflexionar sobre la importancia del afecto físico para expresar amor. Mediante una serie de acciones sencillas y guiadas, las familias practican formas de contacto físico significativas, respetuosas y emocionalmente enriquecedoras.</p> <p>Estructura de la actividad</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Introducción (5–10 min): Reflexionad en familia sobre cómo y cuándo y con qué frecuencia expresáis amor. 2. Actividades de contacto y conexión (20–30 min): Elegid algunas de las siguientes propuestas para expresar amor a través del tacto <ul style="list-style-type: none"> • <i>El abrazo sincero</i>: En parejas compartid un abrazo afectivo largo y silencioso (mínimo 10 segundos). • <i>Abrazo grupal</i>: Todos juntos compartid un gran abrazo • <i>La mano cariñosa</i>: Un simple gesto como poner la mano en el hombro al caminar, envolver con el brazo a un familiar cuando se está sentado o gesto similar es una bonita muestra de afecto. • <i>El aleteo de mariposa</i>: Suaves caricias en la mano, el brazo, la espalda o la cara, como si una mariposa aterrizará. • <i>Círculo de masajes</i>: Suaves masajes corporal en un círculo de confianza, tumbado en cama o sofá (si es culturalmente apropiado). 3. Posible reflexión (10–15 min): ¿Cómo te sentiste cuando alguien te abrazó o te acarició con ternura? ¿Cómo quieres dar y recibir amor en tu familia? ¿Cómo crees que estas formas de afecto físico pueden fortalecer la confianza y el amor en tu familia? ¿Qué tipos de contacto físico te resultaron más cómodos o significativos? ¿Alguno te resultó incómodo?
	<p>Material:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Una alfombra suave o cojines para sentarse cerca • Opcional: música relajante y un espacio tranquilo y cálido <p>Tiempo estimado: 45 – 60 min</p> <p>Consejos: Enfatiza el consentimiento y la comodidad: nadie debe ser obligado a participar en contacto físico que no desea. Ofrece alternativas (por ejemplo, poner la mano sobre el corazón) Refuerza el mensaje: «El contacto físico amoroso no se trata solo de cercanía, sino de confianza, seguridad y respeto».</p>

Actividad 6: El camino de la paz <i>(Nivel 2: paz y no violencia)</i>	<p>Descripción: "El Camino de la Paz" es un juego colaborativo o una actividad de cartas donde los niños recorren cuatro entornos (Hogar, Campamento, Escuela, Casa de un Familiar) dibujando tarjetas con escenarios que reflejan desafíos de la vida real. Cada tarjeta los incita a pensar críticamente, reflexionar sobre sus sentimientos e identificar soluciones pacíficas.</p> <p>En familia, apoyad a los niños para desarrollar estrategias realistas de seguridad, autoexpresión y resolución no violenta de conflictos, habilidades esenciales para quienes viven en entornos inestables o inseguros.</p> <p>Estructura de la actividad (usando los escenarios propuestos)</p> <p>Tirad un dado de 20 caras o al azar, elegid un número del 1 al 20 y leed en voz alta el escenario correspondiente en la siguiente página. Debatid o representad cómo responderíais utilizando estrategias pacíficas y de autoprotección.</p> <p>Possible reflexión tras la actividad: ¿Cómo te sentiste al participar en la actividad? ¿Qué descubriste sobre la importancia de la paz y la no violencia en la resolución de conflictos? ¿Qué acciones concretas puedes tomar para seguir practicando estas estrategias de paz y no violencia en tu vida diaria?</p>
	<p>Material:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Dado de 20 caras <p>Tiempo estimado: 45 – 60 min</p> <p>Consejos: Guiad al niño a nombrar: ¿Qué siente? ¿Qué podría decir o hacer sin correr riesgos? ¿A quién podría acudir en busca de ayuda? Refuerza que la violencia de otros no es su culpa.</p>

Id	Entorno	Escenario
1	Hogar	Alguien en casa está gritando y tirando cosas. ¿Qué puedes hacer para mantenerte seguro?
2	Hogar	Sientes miedo cuando tus padres beben. ¿Con quién puedes hablar y adónde puedes ir?
3	Hogar	Tu hermano te pega cuando se enoja. ¿Cuál es una manera segura de responder?
4	Hogar	Escuchas a tus padres pelear de nuevo. ¿Adónde puedes ir en casa para sentirte más seguro?
5	Hogar	Quieres contarle a alguien en la escuela lo que está pasando en casa. ¿Cómo puedes empezar?
6	Campamento	Escuchas a otros niños discutiendo a gritos en el campamento. ¿Cómo puedes responder pacíficamente?
7	Campamento	Quieres hablar con un adulto en el campamento, pero estás nervioso. ¿Qué puedes decir?
8	Campamento	Alguien en el campamento sigue robando tus cosas. ¿Qué puedes hacer?
9	Campamento	Te sientes solo y extrañas tu antiguo hogar. ¿Con quién podrías hablar?
10	Campamento	Otro niño en el campamento está acosando a otros. ¿Qué deberías hacer?
11	Colegio	Un compañero de clase te está empujando en la fila. ¿Cómo puedes usar palabras asertivas para detenerlo?
12	Colegio	Estás triste y tienes problemas para concentrarte en clase. ¿A quién se lo puedes decir? Un profesor te gritó delante de otros. ¿Cómo te sentiste? ¿Qué puedes hacer?
13	Colegio	Ves que molestan a otro estudiante. ¿Cómo puedes ayudar de forma segura?
14	Colegio	No quieres participar cuando tus amigos se burlan de alguien. ¿Qué puedes decir?
15	Colegio	Un primo se burla de ti constantemente. ¿Cómo puedes poner límites sin pelear?
16	Casa de un familiar	Te sientes inseguro pasando la noche en casa de un familiar. ¿Qué puedes hacer?
17	Casa de un familiar	Un familiar adulto te incomoda con su comportamiento. ¿Qué deberías hacer?
18	Casa de un familiar	Tus familiares discuten a menudo. ¿Adónde puedes ir para sentirte tranquilo y seguro?
19	Casa de un familiar	Quieres irte de casa de un familiar, pero no sabes cómo. ¿Quién podría ayudarte?
20	Casa de un familiar	Alguien en casa está gritando y tirando cosas. ¿Qué puedes hacer para mantenerte seguro?

SOBRE 5

Actividad 7: “Manifiesto de dignidad humana” (Nivel Dignidad humana) 2:	<p>Descripción: Las familias trabajan juntas para crear un "Manifiesto de Dignidad Humana", tanto visual como escrito, una declaración de cómo desean tratarse mutuamente con respeto, justicia y cuidado. Este manifiesto sirve como un compromiso personal y un recordatorio visible de cómo se debe practicar la dignidad en el hogar.</p> <p>Estructura de la actividad</p> <p>1. Charla inicial en grupo (~10 min): Debate sobre las siguientes cuestiones: ¿Qué significa para ti la dignidad? ¿Cómo nos sentimos cuando nos tratan con dignidad? ¿Cómo podemos mostrar respeto por la dignidad en casa (hacia los niños, los mayores, las visitas...)?</p> <p>2. Proponed principios y votadlos o desecharlos p. ej., «Escuchar sin interrumpir», «Di por favor y gracias», «Sin insultos», «Respetar la privacidad»). Las familias pueden usarlas, rechazarlas o modificarlas.</p> <p>3. Creación del manifiesto (20–25 min): Cread sobre el papel el Manifiesto de Dignidad Humana:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ De 5 a 8 principios clave en los que estén de acuerdo. ▪ Un título o lema (p. ej., «En nuestro hogar, todos merecen respeto»). ▪ Firmas de cada miembro de la familia.
	<p>Material:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Hojas A3, cartulina grande o un cuaderno ▪ Marcadores de colores, rotuladores, lápices ▪ Barras de pegamento y tijeras <p>Tiempo estimado: 45 min</p> <p>Consejos: Ayuda a elegir las palabras o a dibujar cómo se ve la dignidad. Revisadlo regularmente.</p>

SOBRE 6

Actividad 8: La cadena de confianza <i>(Nivel 2: confianza y fe)</i>	<p>Descripción: Esta actividad transforma el concepto de confianza en una red concreta de compromisos familiares. Cada miembro asume una pequeña responsabilidad libremente elegida y elige a un "compañero de confianza" en la familia para que le ayude a llevarla a cabo. Mediante este ejercicio, las familias refuerzan la idea de que la confianza se construye mediante el compromiso, la responsabilidad y el respeto mutuo.</p> <p>Estructura de la actividad</p> <p>1. Reflexión inicial</p> <p>¿Qué significa confiar en alguien? ¿Qué hace que una persona sea confiable? ¿Qué sucede cuando alguien no cumple lo que prometió? "La confianza no es solo un sentimiento; es algo que construimos. Cuando cumplimos nuestras promesas, ayudamos a que otros confíen en nosotros."</p> <p>2. Compromisos familiares:</p> <p>Recortad y rellenad una <i>Hoja de Compromiso</i> por miembro de la familia. Cada hoja tiene tres compromisos, recortad cada tira de papel y pegadla uniendo cada eslabón con el siguiente para crear una "Cadena de Confianza":</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>Mi responsabilidad</i>: Algo que me comprometo a hacer esta semana (p. ej., poner la mesa, alimentar a la mascota, apagar las luces, llamar a la abuela...). - <i>Mi compañero de confianza</i>: Un familiar que me apoyará y confiará en que lo haré. - <i>Nuestra señal de confianza</i>: Una forma simbólica de sellar el compromiso (puede ser un apretón de manos, un dibujo, una palabra clave, un gesto...).
	<p>Material:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Tijeras - Cinta adhesiva o pegamento - Marcadores, bolígrafos, pegatinas decorativas <p>Tiempo estimado: 45 – 60 min</p> <p>Consejos: Asegurad que los compromisos sean realistas y apropiados para la edad. Enfatizad: «La confianza no se exige, se gana y se construye».</p>



Mi responsabilidad: Algo que me comprometo a hacer esta semana (p. ej., poner la mesa, alimentar a la mascota, apagar las luces, llamar a la abuela...).

Mi compañero de confianza: Un familiar que me apoyará y confiará en que lo haré.

Nuestra señal de confianza: Una forma simbólica de sellar el compromiso (puede ser un apretón de manos, un dibujo, una palabra clave, un gesto...).



Mi responsabilidad: Algo que me comprometo a hacer esta semana (p. ej., poner la mesa, alimentar a la mascota, apagar las luces, llamar a la abuela...).

Mi compañero de confianza: Un familiar que me apoyará y confiará en que lo haré.

Nuestra señal de confianza: Una forma simbólica de sellar el compromiso (puede ser un apretón de manos, un dibujo, una palabra clave, un gesto...).

90

Mi responsabilidad: Algo que me comprometo a hacer esta semana (p. ej., poner la mesa, alimentar a la mascota, apagar las luces, llamar a la abuela...).

Mi compañero de confianza: Un familiar que me apoyará y confiará en que lo haré.

Nuestra señal de confianza: Una forma simbólica de sellar el compromiso (puede ser un apretón de manos, un dibujo, una palabra clave, un gesto...).



Mi responsabilidad: Algo que me comprometo a hacer esta semana (p. ej., poner la mesa, alimentar a la mascota, apagar las luces, llamar a la abuela...).

Mi compañero de confianza: Un familiar que me apoyará y confiará en que lo haré.

Nuestra señal de confianza: Una forma simbólica de sellar el compromiso (puede ser un apretón de manos, un dibujo, una palabra clave, un gesto...).

SOBRE 7

SOBRE 8

Actividad 9: Libros ilustrados <i>Nivel 3: 1 libro para cada valor</i>	<p>Descripción: Esta actividad invita a las familias a interactuar con libros ilustrados como herramientas para explorar y reflexionar sobre valores fundamentales.</p> <p>Mediante el uso de narraciones e imágenes que conectan tanto con niños como con adultos, esta actividad fomenta la empatía, el pensamiento crítico y el diálogo emocional de una manera lúdica y significativa.</p> <p> Libros por valores</p> <p> AMOR (empatía, cuidados, afecto)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. “El monstruo de colores” – Anna Llenas <ul style="list-style-type: none"> • Emociones, amor hacia uno mismo y los demás. 2. “Adivina cuánto te quiero” – Sam McBratney <ul style="list-style-type: none"> • Un clásico para trabajar el amor familiar y los vínculos afectivos. 3. “Yo te quiero más” – Susana Isern <ul style="list-style-type: none"> • Cuento sobre el amor cotidiano y las formas de decir “te quiero”. 4. “Inés del revés” – Anita Jeram <ul style="list-style-type: none"> • Aborda el amor y la aceptación incluso en los días difíciles. <p> PAZ Y NO VIOLENCIA</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. “La historia de la paz” – David W. Smith <ul style="list-style-type: none"> • Cultura de paz y la resolución pacífica de conflictos. 2. “Wangari y los árboles de la paz” – Jeanette Winter <ul style="list-style-type: none"> • Basado en la historia real de Wangari Maathai. Habla de paz, justicia, ecología y activismo no violento. 3. “El lápiz mágico de Malala” – Malala Yousafzai <ul style="list-style-type: none"> • Promueve la paz, la justicia y la valentía. 4. “¿Qué es la paz?” – Etan Boritzer <ul style="list-style-type: none"> • Explora la paz desde múltiples perspectivas <p> CONFIANZA (autoconfianza y confianza en los demás)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. “Cada uno es especial” – Max Lucado <ul style="list-style-type: none"> • Potencia la autoestima, el valor propio y la confianza. 2. “El punto” – Peter H. Reynolds <ul style="list-style-type: none"> • Confianza, superar el miedo a equivocarse y atreverse a empezar. 3. “¿De qué color es un beso?” – Rocío Bonilla <ul style="list-style-type: none"> • Fomenta la confianza en uno mismo y en la expresión emocional. 4. “La ovejita que vino a cenar” – Steve Smallman <ul style="list-style-type: none"> • Trabaja la confianza en los demás, los prejuicios y la amistad. <p> DIGNIDAD HUMANA (derechos, respeto, igualdad)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. “El cazo de Lorenzo” – Isabelle Carrier <ul style="list-style-type: none"> • Diversidad, inclusión y respeto a las dificultades de cada persona. 2. “Todos somos diferentes” – Todd Parr <ul style="list-style-type: none"> • Diversidad, igualdad y el valor de ser único. 3. “La niña invisible” – Puño <ul style="list-style-type: none"> • Identidad, autoestima, visibilidad social y la dignidad del ser. 4. “Érase una vez un cuento” – Cuentos para la dignidad <ul style="list-style-type: none"> • Recopilación enfocada en derechos humanos y respeto.
--	---

	<p> Audiocuentos (youtube)</p> <p> AMOR</p> <p>1. <i>Adivina cuánto te quiero</i> – Sam McBratney</p> <ul style="list-style-type: none"> • Audiocuento contado por Beatriz Montero: <p> https://www.youtube.com/watch?v=grJ1AdGnuDc [youtube.com]</p> <p> PAZ Y NO VIOLENCIA</p> <p>1. <i>Wangari y los árboles de la paz</i> – Jeanette Winter</p> <ul style="list-style-type: none"> • Audiocuento narrado por Árbol de Palabras: <p> https://www.youtube.com/watch?v=SAxmT9pqO7I [youtube.com]</p> <p> CONFIANZA</p> <p>1. <i>El punto</i> – Peter H. Reynolds</p> <p>Perfecto para trabajar autoestima, creatividad y confianza.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Audiolibro narrado por Myriam Arranz: <p> https://www.youtube.com/watch?v=bpzObwzy_AI [youtube.com]</p> <p> DIGNIDAD HUMANA</p> <p>1. <i>El cazo de Lorenzo</i> – Isabelle Carrier</p> <p>Ideal para hablar de inclusión, diversidad y respeto.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lectura animada más larga: <p> https://www.youtube.com/watch?v=1s7sivWqaSM [youtube.com]</p>
	<p>Material: - Libros y audiolibros</p> <p>Tiempo estimado: 20 min</p> <p>Consejos: Apoya a los niños con preguntas sencillas</p>

SOBRE 9

Actividad 10: Juegos de mesa <i>(Nivel 3: todos los valores)</i>	<p>Descripción: Fomentar el desarrollo de valores fundamentales mediante juegos de mesa cuidadosamente seleccionados que fomentan la reflexión, la conexión emocional y el juego cooperativo en las familias.</p> <p>1. Imagine (Dignidad Humana) Jugadores: 3-8 Fomenta el pensamiento simbólico, la expresión respetuosa de conceptos abstractos y la comunicación no verbal. Ideal para hablar sobre derechos humanos, inclusión e imaginación moral.</p> <p>2. Dixit (Amor) Jugadores: 3-6 (hasta 12 con Dixit Odyssey) Fomenta la expresión emocional, la empatía y la narración personal. Cada imagen se convierte en una puerta para compartir recuerdos, afecto y experiencias de amor.</p> <p>3. The Mind (Paz y no violencia) Jugadores: 2-6 Fomenta la cooperación silenciosa, la paciencia, la sincronización emocional y el trabajo en equipo no verbal. Fomenta la calma, la presencia y la armonía grupal.</p> <p>4. When I Dream (Confianza) Jugadores: 4-10 Fomenta la escucha activa, la imaginación y, sobre todo, la confianza en los demás, incluso en momentos de confusión. Desarrolla la confianza al ser guiado.</p> <p>5. Feelinks (todos los valores) Jugadores: 3-8 Profundiza la inteligencia emocional, la empatía y el diálogo sobre valores en diversas situaciones de la vida. Los jugadores votan sobre cómo se sentirían en situaciones dadas y reflexionan sobre reacciones compartidas o diferentes.</p> <p>6. Time's up! – (todos los valores) Jugadores: 4-12 Refuerza el vocabulario y los conceptos clave relacionados con los cuatro valores mediante adivinanzas divertidas y rápidas. Se pueden crear cartas personalizadas (papelitos) sobre la temática a tratar (valores, conocidos, cosas cotidianas, etc.).</p>
	<p>Material:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Juego de mesa o adaptación “hecha en casa” del mismo ▪ Vídeo de youtube para entender reglas <p>Tiempo estimado: Depende del juego</p> <p>Consejos: Reflexionar tras cada juego sobre los valores trabajados.</p>



SOBRE 10

**TRAS FINALIZAR EL TALLER 1 , POR FAVOR
ESCANEAD EL CÓDIGO QR Y CUMPLIMENTAD EL
CUESTIONARIO DE SATISFACCIÓN.**

**RECORDAD QUE CADA PROGENITOR DEBE
COMPLETARLO DE MANERA INDIVIDUAL Y QUE, AL
INICIO DEL CUESTIONARIO, SERÁ NECESARIO
INTRODUCIR EL CÓDIGO DE FAMILIA INDICADO EN
LA SEGUNDA PÁGINA DE ESTE CUADERNILLO.**

