Informe de actividades Plan de Intervenciones Colectivas PIC	
Municipio	Fosca-Cundinamarca
Lugar	ICBF Manitas Creativas
Fecha	26 de octubre de 2024
Tema	Dialogo y comunicación asertiva en la familia
Entorno	Educativo
Objetivo	Sensibilizar en el fomento del dialogo y comunicación asertiva en la familia con padres de familia
RESPONSABLE ACTIVIDAD (Nombres y Apellidos):	JENNIFFER ANDREA ROZO BARBOSA
Número Documento de identidad del responsable de la actividad	1.007.184.905
Soporte listado de asistencia A LAS INTERVENCIONES COLECTIVAS – formato Código: M-PDS-GSP-GPSP-FR-091.	

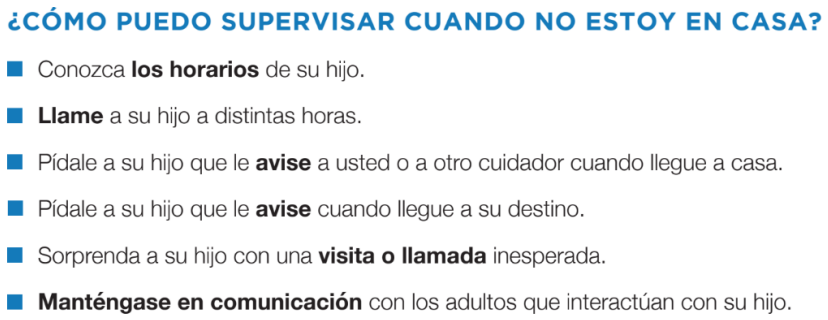
Desarrollo de la Actividad

1. **Descripción de la población asistente:** Se actividad con docentes del programa de Manitas Creativas de ICBF donde se realiza por virtual con un total de 34 personas que debido a las dificultades no lograron asistir al municipio por tal motivo la lista de asistencia se recibe solo por parte de las asistentes presenciales y se deje evidencia de la videollamada por el programa de Meet con su lista de asistentes de manera virtual y de las personas que se conectaron a la sesión educativa, donde presencial se contó con la participación de 4 docentes que hacen parte del programa, donde se encuentran en curso de vida de adultez, que se encuentran en régimen contributivo, ninguno se encuentra en población diferencial.

2. **Metodología de la actividad realizada:** Se realiza sesión en tres momentos dando inicio con la presentación de la ejecutora -Jenniffer Rozo- enfermera y de cada uno de los participantes con exposición del tema por medio de diapositiva, donde se da explicación de cada uno de los temas a tratar, se da paso a la actividad aclarando las dudas que tenía los participantes y a cada uno de los participantes se hace la entrega de una actividad donde en compañía de sus hijos que asistieron a la reunión lo resolverán entre ellos, donde se realiza una serie de preguntas relacionadas con el tiempo que tiene con sus hijos y como es

la comunicación en sus hogares, donde para finalizar se socializara con todos los participantes de la reunión y se darán punto importantes para mejorar.

2.1 Actividad lúdica de inicio: Para la actividad lúdica se hará entrega a cada uno de los participantes una hoja con una actividad donde se realizan preguntas sobre la actividad propuesta como el dialogo y como es la comunicación asertiva en sus hogares con sus hijos y además como emplean su tiempo libre con sus hijos.



2.2 Explicación del tema

LA BUENA COMUNICACIÓN entre padres e hijos es la base de una relación familiar sólida. Las buenas técnicas de comunicación ayudan a los padres a detectar problemas desde muy temprano, generar un comportamiento positivo y estar al tanto de lo que sucede en la vida de sus hijos.

ANTES DE COMENZAR

• Cerciórese de que sea un buen momento para conversar y que se pueda concentrar totalmente en comunicarse con su hijo.
• Tenga un plan.
• Sepa claramente lo que desea comunicar antes de acercarse a su hijo.
• Sea calmo y paciente.
• Limite las distracciones; apague y guarde los teléfonos y dispositivos.
• Fije un horario para la conversación de modo que el menor sepa qué esperar.

REDUCIR EL NIVEL EMOCIONAL. A veces el hablar con los hijos despierta fuertes emociones que interfieren y no permiten pensar con claridad.
Seguir los pasos indicados anteriormente para mantener la calma puede ayudar a los padres a mantener la conversación por el camino correcto.

ESCUCHAR Y OBSERVAR. Los jóvenes se sienten más cómodos hablando sobre temas o situaciones con sus padres cuando saben que los van a escuchar y no los van a culpar o acusar.

EL ALIENTO ES FUNDAMENTAL para el desarrollo de un sólido sentido de identidad y confianza en uno mismo, y ayuda a los padres a promover la cooperación de sus hijos y reducir el conflicto.

Muchas personas exitosas recuerdan haber recibido aliento de sus padres, de un profesor o de otro adulto. El aliento constante y sostenido ayuda a los jóvenes a sentirse bien con ellos mismos y les da la confianza para:

Hacer cosas nuevas.

• Emprender tareas distintas.

PRÁCTICAS QUE DESALIENTAN

• Ser sarcástico o negativo sobre la posibilidad de que el joven tenga éxito.
• Comparar al joven con sus hermanos o sus amigos.
• Hacer el trabajo de su hijo cuando se demora en progresar.
• Recordarle sus fracasos anteriores.
• Forjar nuevas amistades.
• Explorar su creatividad.

EL ESTABLECIMIENTO DE LÍMITES

ayuda a los padres a enseñar autocontrol y responsabilidad; también demuestra que los padres se interesan y fija límites de seguridad. Además, les da pautas de orientación a los jóvenes y les enseña la importancia de cumplir las reglas. Es un proceso de dos pasos:

• Fije reglas claras, sencillas y específicas.
• Cerciórese de que su hijo comprenda las reglas.
• Haga una lista de las consecuencias.
• Esté preparado para hacer valer esas consecuencias.

2do. PASO: DAR SEGUIMIENTO

Los estudios indican que los padres tienen más resultados con el establecimiento de límites cuando hacen valer las consecuencias inmediatamente. Es más probable que los jóvenes sigan las reglas si saben que los padres los están vigilando y van a aplicar las consecuencias de forma regular.

• Imponga consecuencias cuando las reglas no se cumplan.
• Dé aliento cuando las reglas se cumplan.

PONER A PRUEBA LOS LÍMITES es una parte natural del proceso de crecimiento, pero representa un desafío especial para los padres. Muchas veces nuestra primera reacción puede surgir del temor por la seguridad de nuestro hijo o de la rabia de haber sido desobedecidos. Las pautas siguientes pueden ayudar a los padres a imponer consecuencias adecuadas cuando los jóvenes no siguen las reglas. Cuando los padres imponen consecuencias, los jóvenes pueden enojarse, portarse mal o aislarse. En realidad, están poniendo a prueba a los padres y también probando sus límites. No reaccione. Sea constante con sus reglas.

- ES MEJOR APLICAR CONSECUENCIAS PEQUEÑAS
- EVITE CONSECUENCIAS QUE CASTIGAN A SU HIJO
- LAS RESPUESTAS NO DEBEN SER ABUSIVAS
- LAS CONSECUENCIAS EFICACES SON LAS QUE ESTÉN BAJO SU

- CONTROL Y NO GRATIFICAN A SU HIJO

LA SUPERVISIÓN es la parte central de un trabajo parental eficaz durante la infancia. Cuando los jóvenes empiezan a pasar cada vez más tiempo fuera del hogar, es difícil vigilar su comportamiento y saber dónde están. La supervisión ayuda a los padres a reconocer cuándo está surgiendo algún problema, a promover la seguridad y a continuar participando en forma activa.

CLARIDAD EN LAS REGLAS. Tenga unas pocas reglas no negociables sobre el comportamiento de su hijo y expóngalas con claridad. Por ejemplo:

• Déjame el número de teléfono de todos los lugares adonde vas a ir.

• Necesito 24 horas de aviso para pasar la noche en la casa de algún amigo o para ir a una fiesta, un baile o cualquier otro evento especial (esto le da tiempo a usted para informarse sobre el evento).

• No puede venir nadie a la casa cuando yo no estoy.

CONTROL. Esto le hace saber a su hijo que usted se preocupa por su seguridad y que las reglas son importantes. A algunos de nosotros esto nos resulta difícil porque queremos confiar en nuestros hijos y ellos pueden resistirse.

• Cuando su hijo le dé el número de teléfono de un amigo, llame a ese número y hable con los padres.

• Conozca a todos los padres de los amigos de sus hijos para cerciorarse de que las situaciones nuevas son seguras y están supervisadas.

• Haga averiguaciones sobre las fiestas o eventos especiales en los que quiere participar su hijo para cerciorarse de que habrá supervisión de adultos responsables.

CONSTANCIA. La supervisión es más eficaz cuando los padres establecen límites claros y dan seguimiento a las consecuencias por mal comportamiento. Además, debe ser constante con sus felicitaciones e incentivos cuando se cumplen las reglas.

LA NIÑEZ Y LA ADOLESCENCIA son períodos de crecimiento y grandes cambios. Los jóvenes tienden a sentir incertidumbre respecto a si mismos y a cómo “encuadran”, y a veces pueden sentirse abrumados por la necesidad de agradar e impresionar a sus amigos. Estos sentimientos pueden dejar expuestos a sus hijos a la presión de sus compañeros. Conocer a los amigos y compañeros de sus hijos ayuda a los padres a mejorar la comunicación, disminuye el conflicto y enseña responsabilidad.

USTED PUEDE AYUDAR A SU HIJO—Y AL MISMO TIEMPO AUMENTAR SU INFLUENCIA—SI SE ASEGURA DE:

Conocer a los amigos de su hijo, del barrio y de la escuela:

• comuníquese con los amigos y sus padres siempre que sea posible;

• vaya a la escuela; observe el comportamiento de su hijo y vea con

• quién pasa el tiempo;

• preste atención a los comportamientos, discursos y actitudes;
• reconozca y fomente el comportamiento positivo.

2.3 Descripción del material didáctico utilizado: para el material educativa se realiza por medio de diapositivas para dar explicación al tema donde explica cada uno de los puntos fundamentales del tema.



2.4 Descripción de las inquietudes manifestadas por los asistentes.

1. ¿Por qué es importante la comunicación efectiva con mis hijos?

La comunicación efectiva con tus hijos es fundamental para construir vínculos fuertes, fomentar su desarrollo emocional y resolver conflictos de manera saludable.

2. ¿Cuáles son algunas técnicas de comunicación efectiva que puedo utilizar?
Algunas técnicas de comunicación efectiva con tus hijos incluyen escuchar activamente, expresar tus sentimientos de manera asertiva y utilizar un lenguaje claro y respetuoso.

3. ¿Cómo puedo mejorar mi habilidad para escuchar activamente a mis hijos?
Puedes mejorar tu habilidad para escuchar activamente a tus hijos practicando la atención plena, evitando interrupciones y mostrando interés genuino en lo que te están diciendo.

3. Conclusiones y recomendaciones

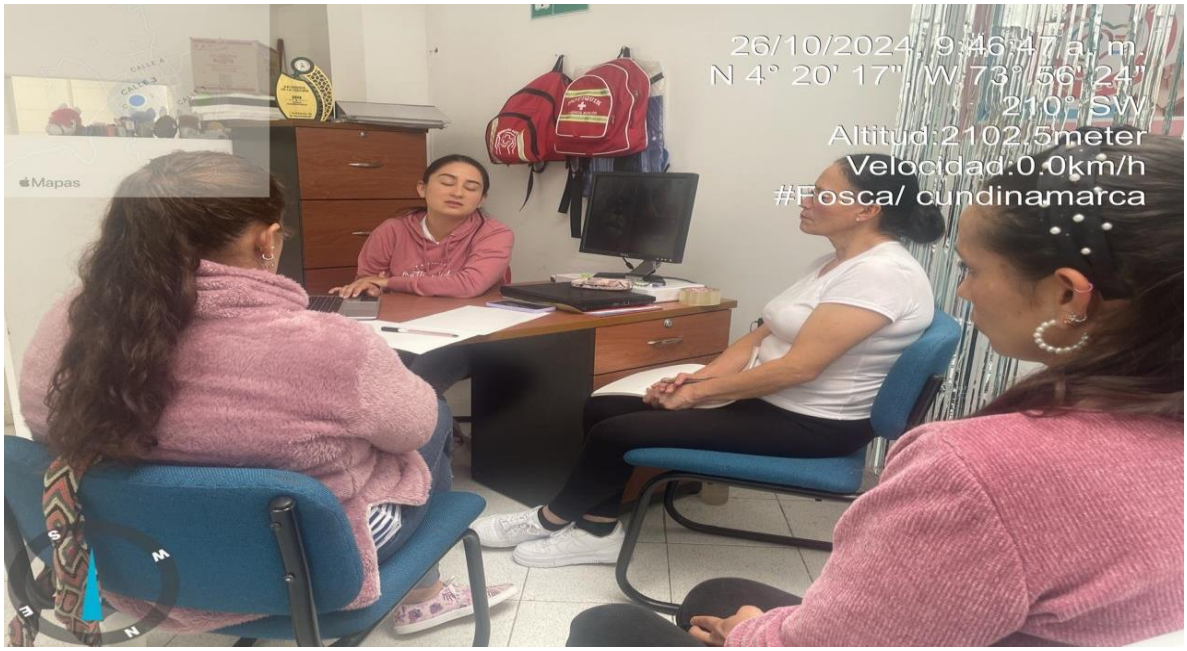
Se da como conclusión a los padres de familia que los niños y niñas deben ser conscientes de que el contenido que ponen, al igual que los mensajes sexuales y el intercambio de imágenes sexualmente explícitas, los expone al riesgo de extorsión y puede terminar siendo intercambiado por extraños en línea. Además, se les da como recomendaciones a los padres de familia respecto de sus propios dispositivos electrónicos se transforma en un modelo para sus hijos. Tanto el tiempo que pasamos conectados, como los contenidos y el uso que hacemos de ellos, será un ejemplo que los niños, niñas y adolescentes imitarán respecto de sus propios comportamientos y usos en línea.

La comunicación pasiva, agresiva o pasivo-agresiva en la familia puede generar desigualdad, baja autoestima y vínculos afectivos poco saludables. La comunicación pasiva se caracteriza por una falta de expresión de opiniones y sentimientos, lo cual puede generar frustración y resentimiento. La comunicación agresiva, por otro lado, causa miedo, rechazo y distanciamiento entre los miembros de la familia. La comunicación pasivo-agresiva, que combina comportamientos pasivos y agresivos, también puede generar dolor e incomodidad en las relaciones familiares.

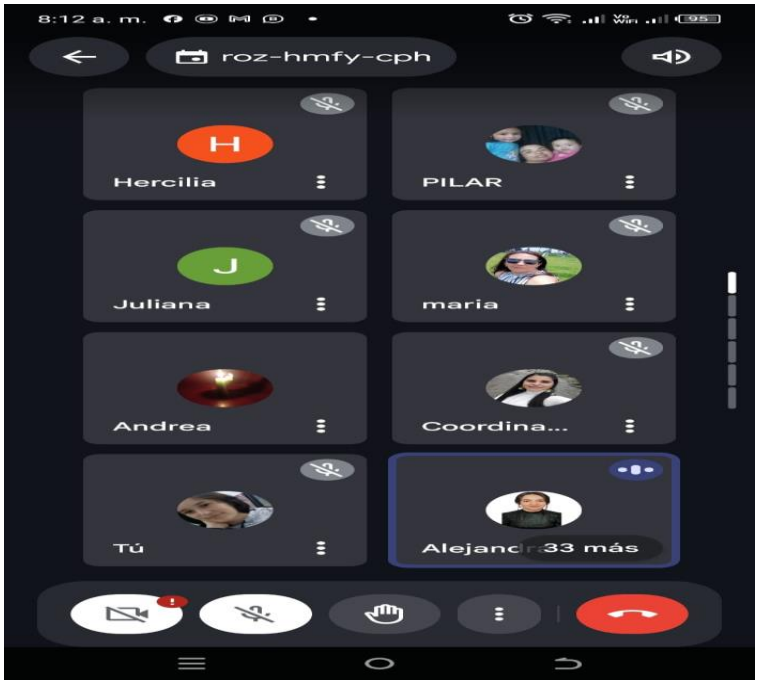
4. Registro fotográfico

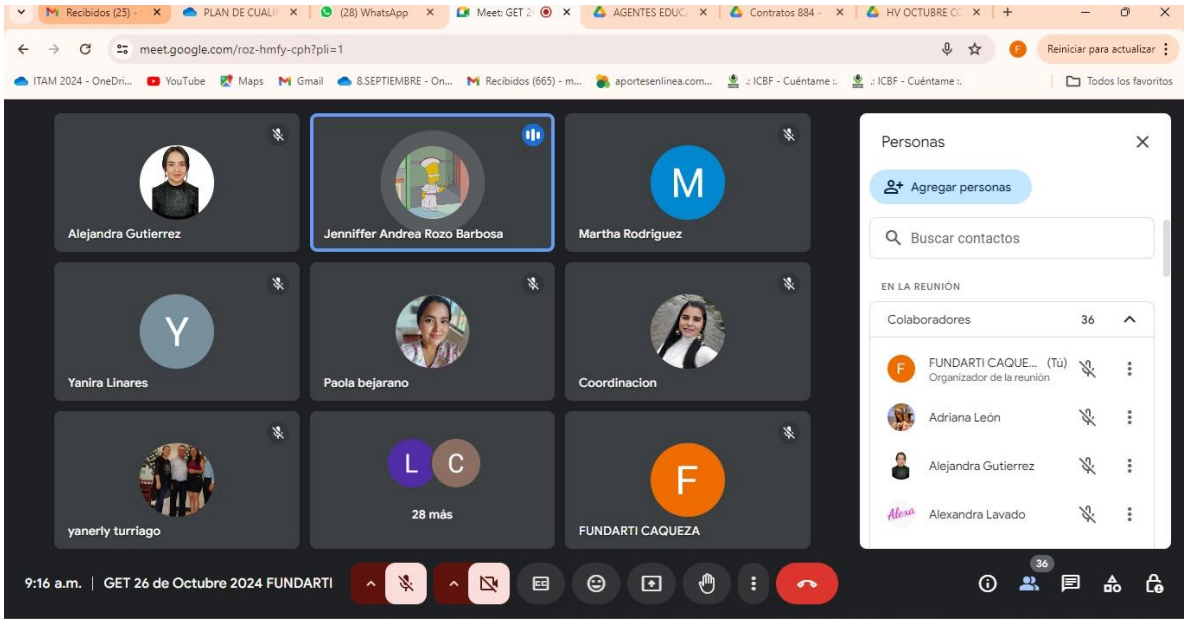
Gobernación de CUNDINAMARCA	PROMOCIÓN DEL DESARROLLO DE SALUD GESTIÓN DE LA SALUD PÚBLICA	Código: M-PDS-GSP-FR-029
		Versión: 01
	Información de Actividades PIC	Fecha de Aprobación: 09 de abril 2024



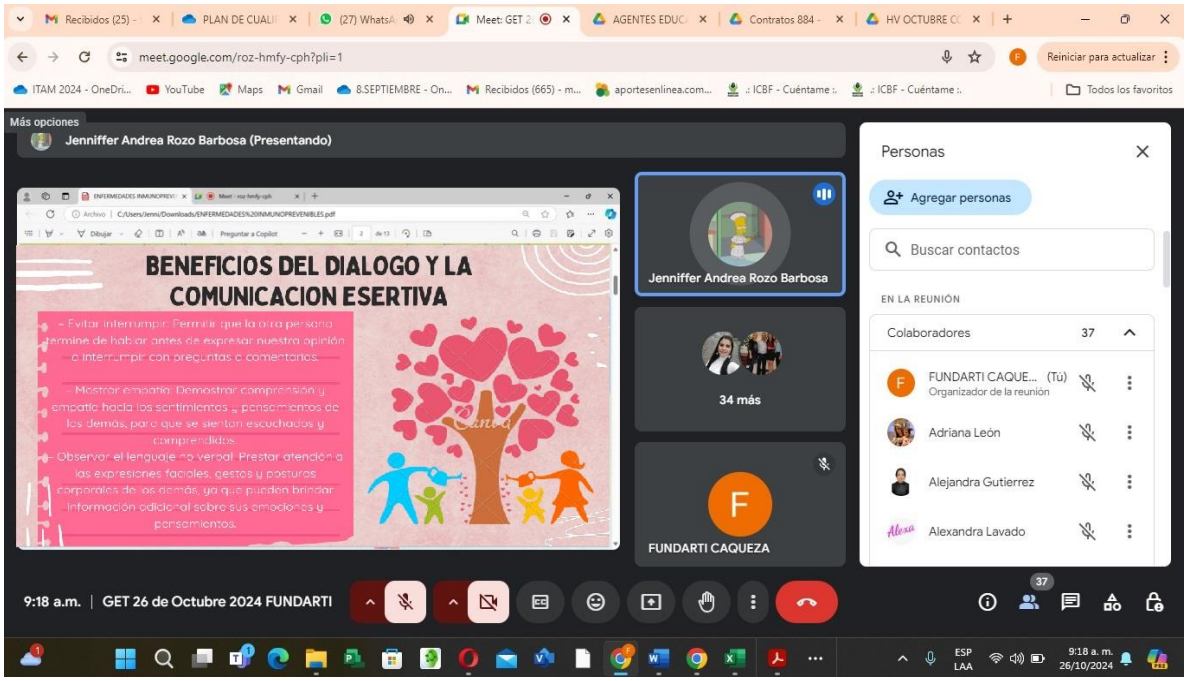


Gobernación de CUNDINAMARCA	PROMOCIÓN DEL DESARROLLO DE SALUD GESTIÓN DE LA SALUD PÚBLICA	Código: M-PDS-GSP-FR-029
		Versión: 01
	Información de Actividades PIC	Fecha de Aprobación: 09 de abril 2024





Gobernación de CUNDINAMARCA	PROMOCIÓN DEL DESARROLLO DE SALUD GESTIÓN DE LA SALUD PÚBLICA	Código: M-PDS-GSP-FR-029
		Versión: 01
	Información de Actividades PIC	Fecha de Aprobación: 09 de abril 2024



10/26/2024 12:05:31	Alexandra Lavado Herrera	20485501	agente educativa	ubaque
10/26/2024 12:06:04	Ingrid Dayana Rico Martínez	1071630993	coordinadora pedagogica	fomeque-medina-ubaque
10/26/2024 12:08:31	Leidy Yadira Rodríguez Ramos	1071631506	auxiliar pedagógica	fomeque
10/26/2024 12:10:08	Nery Rubí Quevedo Acosta	39729951	manipuladora de alimentos	fosca
10/26/2024 12:12:37	BLANCA YANIRA GUEVARA RODR	20532720	agente educativa	fomeque
10/26/2024 12:12:40	MARIA XIOMARA QUEVEDO	1072719480	auxiliar pedagógica	fosca
10/26/2024 12:12:48	Leidy johanna piñeros Molina	20750703	agente educativa	medina
10/26/2024 12:13:04	Claudia Lizeth Tautiva Baquero	1077942471	auxiliar de servicios genera	une
10/26/2024 12:13:11	Jenny Giovanna Mora Moreno	21062154	auxiliar de servicios genera	Cáqueza
10/26/2024 12:13:16	Lola Esperanza Mora Moreno	21061985	manipuladora de alimentos	une
10/26/2024 12:13:16	Ana Lucia Díaz Rojas	21061519	agente educativa	une
10/26/2024 12:13:17	Diana Marcela Martínez Tamayo	1024495591	agente educativa	fomeque
10/26/2024 12:13:19	Ingrid Tatiana Poveda Rey	1003967867	agente educativa	une
10/26/2024 12:13:24	Andrea Biviana Torres Palacios	1077941217	auxiliar pedagógica	une
10/26/2024 12:13:42	Luz Adriana Rico	1077940634	agente educativa	une
10/26/2024 12:14:09	Erika Yolima Rodríguez	1074159400	agente educativa	une
10/26/2024 12:14:25	Maria del carmen Rojas Gutierrez	20546431	agente educativa	fosca
10/26/2024 12:14:42	Andrea Yolima Rojas Velasquez	1071628169	manipuladora de alimentos	fomeque
10/26/2024 12:18:46	Adriana Marcela León Martínez	1071631068	agente educativa	fomeque
10/26/2024 12:21:24	Claudia Irene	1072718484	auxiliar de servicios genera	fosca
10/26/2024 12:21:28	Maria Claudia Rivera Valderrama	40439513	manipuladora de alimentos	medina
10/26/2024 12:28:35	Nyddia Esperanza contento Mora	21047733	manipuladora de alimentos	ubaque
10/26/2024 12:35:52	SIRLEY YOHANA VANEGAS VIZCA	1074129955	agente educativa	Cáqueza
10/26/2024 12:38:37	Aura Yanira Linares Rodríguez	52109160	agente educativa	medina
10/26/2024 12:43:07	Ofir Yanerly Turriago Romero	40333913	agente educativa	fomeque
10/26/2024 12:45:50	Luz Mary Correa Caqueza	35264701	auxiliar de servicios genera	Cáqueza
10/26/2024 12:49:26	Flor Alba Pulido	51684938	agente educativa	Cáqueza
10/26/2024 12:50:33	María Delia Rincon	52117554	apoyo en salud y nutrición	fomeque
10/26/2024 13:23:41	Yeimi García	1000338747	auxiliar pedagógica	ubaque
10/26/2024 14:50:43	Rosa Liliana Peñuela Perez	20485421	auxiliar de servicios genera	fomeque
10/26/2024 16:08:21	Maria Patricia Fonseca Rojas	1115721258	auxiliar de servicios genera	medina
10/26/2024 18:08:32	Ana Graciela Rodríguez Rincón	20531636	auxiliar pedagógica	fomeque
10/26/2024 18:59:16	Martha Yolanda Rodríguez agudel	1071629832	apoyo en salud y nutrición	caqueza-une-fosca

10/26/2024 19:30:25	Inés Natalia Meneses Ramírez	39731534	agente educativa	Cáqueza
10/26/2024 19:39:54	Claudia Ines Varela Barreto	20532779	agente educativa	fomeque
10/26/2024 20:06:48	Algelis suenchoque Riveros	35261855	manipuladora de alimentos	Cáqueza
10/26/2024 22:52:37	Luz Adriana Monje Herrera	1126422672	manipuladora de alimentos	fomeque
10/27/2024 15:25:01	Rubi Esperanza Rojas Rodriguez	39730440	manipuladora de alimentos	Cáqueza
10/28/2024 4:56:25	Gina Paola Bejarano Morales	1003523170	auxiliar pedagógica	medina
10/28/2024 9:38:38	Deyanira del Pilar Rincon	1071628918	auxiliar administrativo	fomeque-medina-ubaque
10/28/2024 13:33:59	Mayra Alejandra Sierra Plazas	1074130404	auxiliar administrativo	caqueza-une-fosca
10/28/2024 13:34:07	Rubiela Guevara Roncancio	20852086	auxiliar pedagógica	Cáqueza
10/28/2024 13:34:13	Harlet Jisett Bohórquez Novoa	1019068759	agente educativa	Cáqueza
10/28/2024 13:34:52	Sandra Milena Guevara	39732325	agente educativa	Cáqueza
10/28/2024 20:27:34	Nelsy Pardo Alvarez	21047663	auxiliar de servicios genera	ubaque
10/29/2024 7:39:08	Ligia parrado Ruiz	52848039	auxiliar pedagógica	Cáqueza