

Bebes: Inicios en su Psicología y Salud - BIPS
Sociedad de profesionales en psicología de la primera infancia

Taller de Apoyo a Padres

Hacia la Independencia:

Prevención en salud mental del bebé

Tel: 211.7519
Cels: 315.846.5818
310.868.1663
www.mcsanchezthorin.com
mcsanchezthorin@hotmail.com

INTRODUCCION

Este taller tiene como objetivo fundamental presentar y crear un espacio de entendimiento del desarrollo psicológico del bebé desde su concepción y es complementario a otros talleres de apoyo como cursos psicoprofilácticos, etc.

Las conferencias que lo conforman están dirigidas a futuros y nuevos padres que deseen complementar su preparación para la llegada de un bebe. También a profesionales de la salud interesados en la salud mental del bebe el primer año de vida y a todas aquellas personas que tienen una relación cercana al bebe y que desean saber más sobre su desarrollo psicológico y emocional.

El taller está dirigido por las psicólogas (y mamás) Maria Carolina Sánchez Thorin y Maria Cristina Morales Bermúdez, expertas en desarrollo infantil, especializadas en reconocidos centros universitarios de Madrid y Londres, con amplia experiencia en terapia individual, de niños, pareja y familia.

El taller está dividido en 7 sesiones que pueden ser tomadas en conjunto o individualmente.

PRIMERA SESION: EMBARAZO

Se pretende mostrar a los que padres que la creación de una nueva familia es un hecho trascendental en la vida del adulto y supone una serie de cambios internos, tanto a nivel personal como de pareja, que llevan a que sea fundamental en ésta etapa de la convivencia, el establecimiento de acuerdos y la búsqueda de nuevas soluciones para resolver las diferencias existentes entre los miembros de la pareja, ya que aún en una pareja sin problemas de convivencia, ésta nueva situación supone un conjunto de ajustes de gran complejidad.

Adicionalmente, es fundamental explorar con los padres los temores, fantasías, expectativas, angustias, anhelos e ilusiones que han depositado en el bebé, con el fin de "normalizar" los sentimientos que puedan tener respecto a su nueva situación familiar y así evitar que su recién adquirida condición los conduzca a una situación cargada de angustia, que les impida desarrollar un vínculo sano con su hijo.

SEGUNDA SESION: CUANDO EL BEBE LLEGA A CASA

En esta sesión se explica a los padres los procesos normales por los que atraviesan tanto papá y mamá como bebé, los primeros días del pequeño, en los campos afectivo y emocional. Se les explica desde la psicología cómo el giro dramático que tiene la vida familiar y emocional hace parte de un proceso afectivo que debe entenderse, y en donde el diálogo y la preparación son esenciales. Se hace énfasis en la dotación emocional con la que nace un bebé, sus necesidades y sus avances significativos en los primeros días de vida. Se les dan a los padres las herramientas para comprender a su nuevo hijo y asegurar así una base segura sobre la cual se empezará a sedimentar su salud mental futura.

TERCERA Y CUARTA SESION: LACTANCIA: UNA OPCION DE VIDA EN FAMILIA

Tanto ésta conferencia, como la siguiente, conforman el eje central del proyecto. Es éste el complemento esencial a cualquier preparación psico-profiláctica, en donde se expone a los padres todos los preceptos teóricos e investigativos que favorecen la lactancia no sólo como un medio nutricional óptimo, sino como la conformación esencial del vínculo madre-bebé y la estructura de una dinámica afectiva en el niño que le permite en los primeros meses de vida consolidar el eje de su desarrollo psicológico. Mas allá de ser la lactancia un aspecto nutricional, se le muestra a los papás como un estilo de vida en donde aquello que prima como motor de la vida familiar, es el apego del bebé con sus padres y la trascendencia psicológica del mismo. Se les

muestra a los padres experiencias de otros padres, historias de pacientes y el embalaje que permite al bebé llegar a un mundo que lo resguarda y pretende asegurar una estabilidad emocional futura. Se dicta en dos sesiones.

QUINTA SESION: MI PAREJA, MI BEBE Y YO

En ésta sesión trabajaremos las expectativas que se generan en torno a la sexualidad, a la paternidad/maternidad y a lo que el otro debe ser y hacer en ésta nueva situación, ya que, es muy factible que las expectativas que se tienen, disten mucho de la realidad.

Buscamos que los padres asimilen su nueva condición y descubran que la llegada de un hijo a la pareja entraña, por lo general, una gran alegría, pero también plantea dudas y preguntas relacionadas con la mejor forma de llevar a cabo los cambios y ajustes que conlleva esta situación. La llegada del bebé lleva implícito, por lo tanto, el surgimiento de una crisis como una respuesta normal al cambio al que se enfrenta la pareja.

Nuestro objetivo en éste taller es prevenir que ésta situación de crisis se vuelva permanente en la pareja y por ende, en la familia y consideramos que al trabajar con la pareja sobre el cambio vital que están atravesando, se facilita su adaptación a ésta nueva etapa.

Igualmente, se busca un acercamiento vivencial y teórico desde el cual tanto el padre como la madre hacen parte activa de la crianza del bebé, replanteando los roles tradicionales en donde con frecuencia se le adjudica sólo a la madre la mayor parte de la misma.

SEXTA SESION: MI BEBE CRECE CADA DIA

Este seminario tiene como objetivo dar a los padres un curso sencillo sobre el desarrollo del bebé el primer año de vida desde el punto de vista cognitivo y psico-afectivo. Más que llenar a los padres de datos sobre su crecimiento físico, los cuales son fácilmente asequibles por libros y pediatras, los padres tendrán la posibilidad de tener este conocimiento desde el punto de vista psicológico. Obtendrán la información necesaria para entender cómo su bebé, totalmente dependiente de su madre en el momento de nacer, en 12 meses es capaz de desarrollar estructuras, capacidades, defensas y aptitudes para iniciar el camino hacia la independencia no solo física sino psicológica.

SEPTIMA SESION: LO QUE DEBE SABER MI "NANA"

El objetivo fundamental de este taller es trabajar con la persona, diferente a los padres, que se hace cargo del bebé, con el fin de llevarla a comprender su papel fundamental en el desarrollo emocional y afectivo del bebé.

Corrientemente encontramos que a la "nana" se la instruye sobre la forma más adecuada de cuidar al niño, en lo que a cuidados físicos se refiere, pero los aspectos emocionales de su relación con el niño son pocas veces tenidos en cuenta.

Partimos de la base de que la persona que se hace cargo del bebé, construye con éste un vínculo que es fundamental para su desarrollo emocional y por ello, la finalidad del taller es trabajar con la "nana" los aspectos afectivos de su relación con el bebé.

A este modulo son invitadas también otras personas significativas en el cuidado del bebé como abuelos, tíos, empleados, conductores, etc.

METODOLOGIA

Nuestro equipo de trabajo parte de una posición de encuentro con los padres, desde donde se maneja, de manera complementaria, la modalidad de conferencia y de taller. Esta dinámica permite a los participantes recibir información de carácter profesional acerca del tema expuesto y a la vez, se les motiva a participar de forma activa en dinámicas grupales y de pareja, de manera tal, que el encuentro permita llevar a cabo el seminario de una forma activa, en la que los padres se conviertan en figuras protagónicas del proceso y puedan plasmar, movilizar y resolver sus inquietudes respecto al tema en cuestión. Cada sesión tiene una duración de 1:30 horas.

TECNICAS

- Conferencia sobre el tema que se va a trabajar.
- Trabajo a nivel grupal, tanto desde el punto de vista del grupo grande (todas las parejas simultáneamente), como desde la pareja, a nivel individual.
- Empleo de técnicas activas y participativas.
- Juego de roles.
- Coloquios y debates en pareja y a nivel grupal.
- Entrega de documentación con información sobre los contenidos más relevantes vistos en cada sesión. El documento síntesis será, un pequeño resumen de la exposiciones que se realicen.
- Apoyo audiovisual.

REQUISITOS

Estos talleres-conferencia requieren de un espacio físico cómodo, en donde los participantes puedan sentarse a gusto y en donde haya el silencio suficiente para poder trabajar de forma eficiente.

El taller está diseñado para un máximo de 15 parejas y un mínimo de 3.

Es indispensable tener acceso a electricidad para hacer uso de la ayuda audiovisual así como una superficie clara para realizar la proyección.

MARIA CAROLINA SANCHEZ THORIN

Psicóloga Pontificia Universidad Javeriana. Psicoterapeuta de Niños y Familia con formación en la escuela de Estudios Psicoterapéuticos KCC de Londres y Clínica Tavistock de Londres. Especialista en niños y familia de la Universidad de Comillas en Madrid. Experiencia en primera infancia y pedagogía, observación dinámica de bebés, relación temprana madre-niño, teoría del apego. Actualmente investiga en la integración de los modelos psicodinámicos, sistémicos y de la teoría del apego. Trabaja en consulta privada. Mamá de dos niños.

www.mcsanchezthorin.com

MARIA CRISTINA MORALES BERMUDEZ

Psicóloga Pontificia Universidad Javeriana. Psicoterapeuta de adultos, pareja y familia, con formación en la Pontificia Universidad de Comillas, en Madrid. Formación en Psicodrama y Psicoterapia Psicodramática Individual, en la Escuela de Psicoterapia y Psicodrama, en Madrid. Experiencia a nivel de psicoterapia individual y familiar, con un marco integrador de diversos modelos (dinámico, sistémico y psicodramático). Trabaja en consulta privada. Mamá de dos niñas.