

Narito pa ang ilang mga halimbawa na maaaring imungkahi bilang patakaran: (Maaaring idagdag ang mga ito pagkatapos magbahagi ng mga kalahok.)

- Dumating sa oras at subukang dumalo sa bawat sesyon.
- Kung hindi makakadalo, mangyaring sabihin sa mga facilitator o magpadala ng isang text na mensahe.
- Naka-off ang mga selpo habang may sesyon.
- Tanggapin ang bawat isa. Iba-iba ang bawat isa at may kanya-kanyang karanasan.
- Ang bawat isa ay magkakaroon ng pagkakataong magsalita at magpraktis.
- Igalang ang bawat isa sa pamamagitan ng pakikinig at pagbibigay ng atensyon pag may nagsasalita.
- Ibahagi lamang ang kumportable kayong ibahagi.
- Maaaring magtanong!



**Paalala sa Facilitator:** Itabi ang Manila paper kung saan isinulat ang mga Patakaran at i-display ito tuwing may sesyon.

## 2 – PAGBUO NG MGA LAYUNIN

**SABIHIN:** Maraming salamat sa inyong partisipasyon sa ating talakayan. Ngayon na naitatag na ang mga patakaran sa grupo, oras na para itatag na rin ang ating mga layunin na nais makamit sa programa. Alalahanin na ang mga layunin ang magsisilbing pundasyon para sa ating Masayang Tahanan.

### 2.1 - Ang Aking Masayang Tahanan: Pagguhit ng mga Pangarap



**Paalala sa Facilitator:** Makatutulong ang gawaing ito sa pagbuo ng mga magulang ng kanilang mga ESPESIPIKO, MAKATOTOHAN, at POSITIBONG LAYUNIN para sa programa. Nakapokus ito sa kung paano nila nais umunlad at magkaroon ng positibong pagbabago sa kanilang relasyon sa pamilya sa pagdalo sa 6-8 na sesyon ng MaPa.

**GAWIN:** Bigyan ng papel, mga ballpen, at mga pangkulay ang mga kalahok.

**SABIHIN:** Magandang araw ulit sa lahat at welcome sa ating unang gawain kasama ang ating mga KaMaPa! Bilang mga magulang, maaaring may kanya-kanya kayong rason sa pagsali sa programang ito. Makatutulong ang gawain natin ngayon upang mailagay sa papel ang mga layunin ninyo para sa inyong mga pamilya.

**SABIHIN:** Bago natin buuin ang ating mga layunin, inaanyayahan ko kayong pag-isipan ang inyong relasyon sa inyong mga anak sa puntong ito. Paano ninyo mailalarawan ito? Ano ang gusto ninyo tungkol sa relasyong ito? Ano ang mga hamon na gusto ninyong matugunan?

**SABIHIN:** Ngayon, isipin kung paano ninyo gustong paunlarin ang relasyon na ito. Ano para sa inyo ang itsura ng Masayang Tahanan kasama ang inyong pamilya? Habang pinag-iisipan ito, maaari ninyo nang simulan ang paglarawan sa inyong papel. Pwede kayong pumili ng kahit anong simbolo o kahit mga simpleng salita na sa tingin ninyo ay akma sa klase ng relasyon na gusto ninyong makamit kasama ang inyong anak. Kahit anong gusto mong imahe para sa inyong masayang pamilya! Bibigyan ko kayo ng **10 minuto** para gawin ito.

**GAWIN:** *Umikot sa grupo para kumustahin ang mga magulang at klaruhin ang anumang mga tanong.*

 **MAGHINTAY:** 10 minuto

**SABIHIN:** Okey, umikot ako sa grupo at nakita ko kung paano ninyo nailarawan ang mga nais ninyong relasyon sa inyong mga anak sa mga Masayang Tahanan. Mahusay! Itabi ninyo muna ang mga gawa ninyo at may idadagdag pa tayo dito pagkatapos ng isang laro. Handa na ba kayong makinig? Kung oo, sabihin ang “Game na!”

**SABIHIN:** Alam natin na matagal magpatayo ng isang bahay; nagtatagal ito ng maraming buwan, o ilang taon! Nagsisimula ito sa isang plano. Ganito rin ang pagpapaunlad ng ating mga relasyon sa ating mga tahanan. Kailangan nating gawin ito sa maliliit na hakbang at pag-isipan ang ating mga plano para sa pamilya. Kaya naman sa MaPa Program, bubuo tayo ng ISANG ESPESIPIKO, MAKATOTOHANAN, at POSITIBONG LAYUNIN.

### **GAME KA NA BA? (10 MINS)**

**SABIHIN:** Upang mas maintindihan natin ang pagkakaroon ng espesipiko, makatotohanan, at positibong layunin, magkakaroon tayo ng isang laro: GAME KA NA BA?

**GAWIN:** *Maghanda ng malalaking flashcard para sa dalawang pagpipilian. Siguraduhin na mababasa ng lahat ang cards. Pwede rin gamitin ang projector.*

**SABIHIN:** Mayroon tayong 3 set ng pagpipilian para sa bawat katangian na gusto natin para sa ating mga layunin. Magpapakita ako ng 2 pahayag at piliin ninyo kung alin dito ang mas espesipiko, makatotohanan, at positibo. Kapag sinabi ko ang “Game ka na ba?,” pwedeng magtaas ng kamay ang mga gustong sumagot at sabihin ang “Game na!” Handa na ba?

**SABIHIN:** Ang unang katangian ay: **Espesipiko**. Alin dito sa dalawang layunin ang mukhang espesipiko?

A. "Gusto kong igalang ako ng aking anak."

**B. "Gusto kong pakinggan ako ng aking anak kapag kinakausap ko sila."**

Ok, 3-2-1 Game ka na ba?

**GAWIN:** *Piliin ang unang magulang na magtataas ng kamay at sabihin ang "Game na!". Kapag tama ang sagot, magpatuloy. Kung hindi, pasalamatan ang magulang sa pag-boluntir at tanungin sila o ang iba pang ka-grupo kung aling layunin ang nagsasabi mismo ng kilos na gusto nilang gawin ng anak.*

**SABIHIN:** Tama! Ang layunin na: "Gusto kong pakinggan ako ng aking anak kapag kinakausap ko sila" ay mas espesipiko kasi sinasabi nito kung ano mismo ang kilos na gustong makita sa anak. Ang pakikinig habang kinakausap sila ay isang tanda ng pagbibigay-respeto.

**SABIHIN:** Ang pangalawang katangian ay: **Makatotohanan**. Alin dito sa dalawang layunin ang mukhang makatotohanan?

**A. "Gusto kong maglaan ang aking anak ng isang oras ng hapunan kasama ang pamilya para pag-usapan ang kaniyang araw."**

B. "Gusto kong ikwento ng aking anak ang lahat tungkol sa kanyang love life."

3-2-1 Game ka na ba?

**GAWIN:** *Piliin ang unang magulang na magtataas ng kamay at sabihin ang "Game na!". Kapag tama ang sagot, magpatuloy. Kung hindi, pasalamatan ang magulang sa pag-boluntir at tanungin sila o ang iba pang ka-grupo kung aling layunin ang may kilos na alam nilang kayang gawin ng kanilang anak.*

**SABIHIN:** Tumpak! Ang layunin na: "Gusto kong maglaan ang aking anak ng isang oras ng hapunan kasama ang pamilya para pag-usapan ang kaniyang araw" ay mas makatotohanan pakinggan at mas kayang gawin ng anak kaysa sa magkwento sila ng lahat tungkol sa kanilang love life. Habang nagiging mas independent ang ating mga anak, binibigyan natin sila ng sapat na espasyo para mamili kung ano lamang ang ibabahagi nila sa atin. Pero, patuloy pa rin ang pagsuporta natin upang sila'y manatiling ligtas at malusog. Kahit na hindi nila gustong pag-usapan ang lahat ng bagay, mahalaga na ipadama pa rin natin sa kanila na narito tayo kung kinakailangan nila ng makikinig.

**SABIHIN:** Ang pangatlo at huling katangian ay: **Positibo**. Alin dito sa dalawang layunin ang mukhang positibo?

**A. “Gusto kong gumamit ng kalmadong pananalita ang aking anak kapag siya ay galit.”**

B. “Gusto kong tumigil ang pagmumura ng aking anak.”

3-2-1 Game ka na ba?

**GAWIN:** *Piliin ang unang magulang na magtataas ng kamay at sabihin ang “Game na!”. Kapag tama ang sagot, magpatuloy. Kung hindi, pasalamatan ang magulang sa pag-boluntir at tanungin sila o ang iba pang ka-grupo kung aling layunin ang mas nagsasabi ng kilos na nais makita mula sa anak.*

**SABIHIN:** Ayan! Ang unang layunin na: “Gusto kong gumamit ng kalmadong pananalita ang aking anak kapag siya ay galit” ay mas positibo ang pagkakasabi dahil naka-pokus ito sa kilos na gusto mong makita mula sa anak. Imbis na bigyang atensyon ang kilos na hindi mo gusto—tulad ng pagmumura—maaari nating gawing mas espesipiko at positibo ang layunin sa pagsasabi kung ano ang mabuting kilos na kapalit nito: ang mas kalmadong pakikipag-usap.

**SABIHIN:** Salamat sa inyong pakikilahok sa ating laro! Base sa ating mga natutunan, ang pakikipag-usap sa mas espesipiko, makatotohanan, at positibong paraan ay makatutulong upang maintindihan ng ating mga anak ang inaasahan nating pagkilos mula sa kanila. Ngayon, balikan natin ang ating mga Masayang Tahanan at pag-isipan kung paano pa natin mapapaunlad ang relasyon sa ating pamilya. Maaari ba kayong mag-isip ng isang espesipiko, makatotohanan, at positibong kilos na nais ninyong makita sa inyong mga anak?

**SABIHIN:** Pwedeng isulat ito sa loob ng inyong tahanan, o isipan ng paraan kung paano ito mapapakita sa inyong ginuhit. Bibigyan ko kayo ng karagdagang 10 minuto upang gawin ito.

**GAWIN:** *Umikot sa grupo para kumustahin ang mga magulang at klaruhin ang anumang mga tanong.*

**SABIHIN:** Nakikita kong tapos na tayong lahat sa ating mga Masayang Tahanan na may ISANG espesipiko, makatotohanan, at positibong kilos para sa ating anak! Ngayon, ibahagi rin natin ang ating mga ginawa sa ating KaMaPa! Bumuo tayo ng malaking bilog sa ating mga upuan at ipakita ang ating mga papel. Handa na? 3-2-1, It’s showtime!

**GAWIN:** *Hayaan ang mga kalahok na tingnan ang gawa ng kanilang mga ka-grupo.*

**SABIHIN:** Wow! Napakasayang makita ang mga larawan ng inyong Masayang Tahanan! May nakikita akong mga pagkakapareho, at mga pagkakaiba. Ang bawat pamilya ay may sariling kwento at mga pagbabago na nais nilang makamit.

**SABIHIN:** Ngayon, humingi tayo ng mga boluntir na pwedeng magbahagi ng kanilang ginawa. Sinong gustong mauna?

**GAWIN:** *Pumili ng 2-3 boluntir.*

**SABIHIN:** Salamat [Pangalan ng mga boluntir], sa pagbabahagi ng inyong Masayang Tahanan sa grupo. Napakagandang makita kung paano ito naging simbolo ng mga pagbabago na nais ninyong makamit upang paunlarin ang mga relasyon ninyo sa pamilya. Alalahanin natin na kailangan ng oras para sa pagbabago! Ang mahalaga, pursigido kayong palaguin ang mga relasyon ninyo sa pagdalo sa ating mga MaPa sesyon at pagpraktis ng ating mga pabaong gawain.

## 2.2 - Talakayan: Pagbabahagi ng mga Layunin at Pakikipag-ugnayan ng mga Masayang Tahanan

---

**SABIHIN:** Salamat sa mga nagbahagi ng kanilang mga layunin sa pamilya at sa pakikilahok ng lahat sa ating talakayan. Sa pagbuo ng matatag na pundasyon para sa ating mga tahanan at mga relasyon, kailangang makipagtulungan sa bawat miyembro ng pamilya. Bago natin tapusin ang bahaging ito ng sesyon, pumunta kayo sa inyong mga ka-partner na magulang upang ibahagi ang inyong mga Masayang Tahanan.

**GAWIN:** *Siguraduhin na nahanap ng lahat ang kanilang partner na magulang.*

**SABIHIN:** Okey, nahanap na ng lahat ang kanilang mga partner. Habang inilalarawan ninyo ang inyong mga Masayang Tahanan, pansinin kung paano nagkapareho o nagkaiba ang ginawa ninyo. Ito ang ilang gabay na tanong:

- Ibahagi at ipaliwanag ang inyong Masayang Tahanan.
- Ano ang nagustuhan ninyo sa drawing ng isa't isa?
- Ano ang mga bagay na kailangan ninyong pag-usapan dahil magkaiba?
- Paano ninyo makakamit ang Masayang Tahanan ninyo?

**SABIHIN:** Bibigyan ko kayo ng 10 minuto para mag-usap.

 **MAGHINTAY:** 10 minuto

**SABIHIN:** Sana'y nakatulong ang pag-uusap ninyo tungkol sa inyong mga Masayang Tahanan at layunin para sa inyong mga pamilya. Kokolektahin muna namin ang inyong mga ginawa, at babalikan natin ito sa dulo ng programa. Oras na para sa ating break. Kita-kits ulit tayo pagkalipas ng 10 minuto!

**-BREAK-**

**SABIHIN:** 5 minuto na lang bago tayo bumalik.

**SABIHIN:** 2 minuto na lang bago tayo bumalik.

**SABIHIN:** 1 minuto na lang bago tayo bumalik.

**SABIHIN:** Maligayang pagbabalik sa ating sesyon! Magsisimula na tayo.



**Paalala sa Facilitator:** Kapag nakabalik na ang lahat galing sa break, pwedeng magkaroon ng maikling energizer para sa grupo, bago simulan ang susunod na bahagi ng sesyon. Makikita ang listahan sa Appendix.

**SABIHIN:** Nakabuo na tayo ng ating mga layunin para sa MaPa program. Ngayon, magsisimula na tayo sa pagtayo ng ating Masayang Tahanan sa pagtalakay ng ating unang MaPa skill: ang One-on-One Time (☞ Ituro ang “One-on-One Time Kasama ang Anak” sa Masayang Tahanan).



### 3 – MAPA SKILL: ONE-ON-ONE TIME

#### 3.1 - Komiks tungkol sa Batang Anak: One-on-One Time Kasama ang Iyong Anak

**SABIHIN:** Narito ang komiks na nagpapakita kung paano nag-wa-One-on-One Time si Nanay Rose kasama ang kanyang anak, si Jun-Jun. Sino ang maaring magbasa ng ating komiks?