

# **ORIENTACIONES Y SUGERENCIAS PARA LA IMPLEMENTACIÓN DE CADA SESIÓN DEL PROGRAMA FAMILIAS FUERTES QUE COMPLEMENTE LA INFORMACION CONTENIDA EN EL MANUAL FAMILIAS FUERTES GUIA PARA EL FACILITADOR.**

## **INDICE**

### **1. Introducción.**

### **2. Objetivo.**

### **3. Aspectos a tener en cuenta previo a la implementación del Programa.**

3.1 Elegir las fechas para la intervención así como el espacio en donde se van a llevar a cabo las sesiones.

3.2 Convocar a las Familias.

3.3 Presentar el programa a las Familias.

3.4 Registrar a las familias.

3.5 Asegurar la disponibilidad total de los materiales y los equipos necesarios para cada sesión.

3.6 Recolectar revistas.

3.7 Una semana antes.

3.8 Espacio para las sesiones.

3.9 Refrigerios.

3.10 Servicio de Guardería.

3.11 Transporte.

3.12 Número de participantes.

### **4. Aplicación del Programa.**

4.1 Puntualidad.

4.2 Control de los tiempos.

4.3 Evaluación (pre y post test de padres y adolescentes)

4.4 Desarrollo de las sesiones

### **5. Recomendaciones para el Desarrollo de las sesiones.**

5.1 Sesión 1.

5.2 Sesión 2.

5.3 Sesión 3.

5.4 Sesión 4.

5.5 Sesión 5.

5.6 Sesión 6.

5.7 Sesión 7.

# **ORIENTACIONES Y SUGERENCIAS PARA LA IMPLEMENTACIÓN DE CADA SESIÓN DEL PROGRAMA FAMILIAS FUERTES QUE COMPLEMENTE LA INFORMACION CONTENIDA EN EL MANUAL FAMILIAS FUERTES GUIA PARA EL FACILITADOR.**

## **1. Introducción.**

Las acciones en materia preventiva en la actualidad se desarrollan bajo la necesidad de contar con planes programas y proyectos de modelos preventivos basados en la evidencia científica. Muchos programas han sido validados en distintas realidades, entre ellos el programa de Familias Fuertes, una propuesta desarrollada por la universidad Estatal de Iowa en los Estados Unidos de Norte América, esta propuesta fue asimilada por la Organización Mundial de la Salud y la Organización panamericana de la Salud e implementada en diversos países de habla hispana.

Dentro de las acciones y estrategias de prevención que se vienen adelantando a nivel nacional, se encuentra El programa Familias Fuertes Amor y Límites, el cual fue adaptado del Programa Iowa Strengthening Families (ISFP), desarrollado en 1992 por el Centro para Estudios Sociales de la Universidad del Estado de IOWA. Como resultado de la revisión de las evaluaciones realizadas a varios programas de prevención del uso de drogas en Estados Unidos, el Programa Familias Fuertes fue acogido por la OPS/OMS para ser utilizado en otras regiones, entre ellas América Latina.

El Programa viene implementándose en Colombia desde el año 2012, manteniendo la rigurosidad requerida en la implementación del Programa; con las intervenciones del Ministerio de Justicia y del Derecho y del Ministerio de Salud y Protección Social, al mes de Junio del año 2015 se han entrenado 270 facilitadores en 8 Talleres de entrenamiento, quienes han llevado el Programa a cerca de 3.100 familias en 15 departamentos: Antioquia, Arauca, Atlántico, Bolívar, Boyacá, Caldas, Cauca, Huila, Meta, Nariño, N/Santander, Risaralda, Santander, Tolima, Valle del Cauca.

Estas implementaciones en diferentes territorios del país, han permitido evidenciar experiencias en la aplicación del Programa por parte de los facilitadores de acuerdo a la diversidad de contextos y culturas presentes en nuestra geografía nacional. El presente documento intenta recopilar estas observaciones traduciéndolas en orientaciones y sugerencias para la aplicación de cada una de

las sesiones, que seguramente serán de gran ayuda para los nuevos y experimentados facilitadores que continuaran implementando el Programa.

El documento está organizado, en tres capítulos, el primero *Aspectos a tener en cuenta previo a la implementación del Programa*, en donde el autor recuerda aspectos relacionados con la concertación de las fechas y horarios para la intervención, la convocatoria y presentación del programa, el registro de los participantes, las condiciones de los espacios para realizar las sesiones, entre otros. El segundo capítulo *Aplicación del Programa*, se consideran algunos aspectos importantes que los facilitadores deben tener en cuenta con el fin de asegurar una óptima ejecución de las sesiones y lograr la participación de las familias.

El tercer capítulo, *Recomendaciones para el Desarrollo de las sesiones*, brinda recomendaciones para el desarrollo de cada una de las sesiones, con el fin de que el facilitador tenga un desempeño óptimo en las actividades del Programa.

Para la elaboración de este documento se realizaron conversatorios con las formadoras: Ma. Ester Soto, Indira Villa, quien compartió las directrices que como coordinadora pedagógico elaboró para la intervención a su cargo, a Carolina Hurtado, Martha Posso y Milena Delgado y con los facilitadores Sandra Quiroz y Mauricio Morales; a ellos muchas gracias por compartir sus experiencias.

Estas se complementan con los aprendizajes vividos por el autor, en la coordinación de la implementación del Programa en el país desde sus inicios en el año 2012, con el Ministerio de Salud y Protección Social y con el convenio Ministerio de Justicia y del Derecho – UNODC. Así como de las asesorías recibidas a través de los entrenadores internacionales, María del Carmen Calle, Alicia Castro, Pedro Antonio Millan y Jesús Ángel Pilco, de la Comisión Nacional para el Desarrollo y Vida sin Drogas del Perú – DEVIDA-, de la Doctora Pamela Orpinas de la Universidad de Georgia y la Dra Matilde Maddaleno, quien se desempeñó como Asesora Principal en Salud de Adolescente de la Organización Panamericana de la salud, hasta el año 2014, quien tuvo a su cargo la implementación del Programa Familias Fuertes en Latinoamérica.

## **2. Objetivo.**

*Presentar un documento ágil de leer y fácil de comprender, en el que el facilitador pueda encontrar sugerencias para realizar un adecuado desarrollo de cada sesión, garantizando la comprensión de los conceptos de manera particular en el trabajo*

*con los adolescentes, con los padres o tutores y posteriormente en el trabajo con las familias, que complemente el Manual Familias Fuertes Guía para el Facilitador.*

### **3. Aspectos a tener en cuenta previo a la implementación del Programa.**

Partiendo de la Ruta para la implementación del Programa que se presenta en el Manual Familias Fuertes – Guía para el Facilitador- en este ítem se incluyen algunas de estas observaciones, se amplían otras y se sugieren otras observaciones para completar el mismo.

#### **3.1 Elegir las fechas para la intervención así como el espacio en donde se van a llevar a cabo las sesiones.**

Es recomendable que el programa se ofrezca en un horario en que los padres de familia pueden comprometerse a participar y tener una alta probabilidad de hacerlo sin mayores inconvenientes. En lo posible se debe intentar favorecer la participación de los padres, quienes por razones laborales no siempre están disponibles para asistir a las sesiones del programa. Se debe considerar el horario y calendario de clases escolares de los adolescentes, ya que el programa que es ofrecido debe contribuir a sus intereses educativos (asistencia a clases, tiempo para las tareas del colegio, horas de estudio o recreación, etc). Este es un punto que los padres deben evaluar antes de decidir si podrán o no participar en las sesiones previstas por el programa.

#### **3.2 Convocar a las Familias:**

Se recomienda convocar a un número mayor a 15 familias para participar del programa. Recuerde que aunque esta planificación está pensada para las 15 familias, no todas responderán a la convocatoria. Se debe hacer todo lo posible por no perder a las 15 familias inicialmente convocadas, pero sobre todo no reducir el número de 10 familias. Así se enriquecerá la experiencia de intervención (ejemplos, discusión, dinámicas grupales) y se garantizará en lo posible el número de familias beneficiadas con el programa.

#### **3.3 Presentar el programa a las Familias:**

Se ofrece una charla introductoria sobre el programa Familias Fuertes usando preferiblemente la presentación en powerpoint, Introducción a Familias Fuertes, se aplican los pretest dirigidos a padres y adolescentes al final de esta reunión.

#### **3.4 Registrar a las familias.**

En un directorio se consignan los datos básicos de las familias como apellidos, nombres, edades, teléfonos, de los miembros de las familias, que permitan

mantener el contacto con ellas, así como identificar si reúnen los criterios de inclusión señalados. Podemos ayudarnos de los profesores de los adolescentes y entrevistas a los padres para corroborar estos criterios.

### **3.5 Asegurar la disponibilidad total de los materiales y los equipos necesarios para cada sesión.**

El programa incluye una caja de herramientas para el facilitador. (Maletín, Guía para el facilitador y Guía de recursos, Videos). En la Guía para el Facilitador se encuentra la lista de materiales para cada sesión que deberá ser revisada antes de iniciar el programa. Así mismo en esta guía se encuentran todos los diálogos de los videos por lo que el uso de los videos es recomendable pero no indispensable.

### **3.6 Recolectar revistas.**

Esta acción es importante para una de las actividades de la sesión 1, con los adolescentes, pero además se recurre a ellas durante el resto del programa por su utilidad para disponer de imágenes y ayudas visuales que sirven de apoyo a las actividades de cada sesión.

### **3.7 Una semana antes.**

Confirmar el lugar donde se va a realizar la sesión, el equipo, el material y contactar a las familias para confirmar su participación.

Preferiblemente las sesiones deben realizarse siempre en el mismo lugar, para generar adherencia, si no es posible, confirmar el lugar donde se va a realizar la sesión, el equipo, el material y contactar a las familias para confirmar su participación.

### **3.8 Espacio para las sesiones.**

Para el desarrollo del programa se requieren al menos dos salones separados, con buena luz y ventilación, uno de ellos deberá tener equipo para proyectar los videos, (computador, DVD, video- beam). Durante la primera hora, padres e hijos se reunirán en salones separados, con facilitadores distintos para participar de la sesión de padres y de la sesión de adolescentes según corresponda. La segunda hora requiere de un salón lo suficientemente grande como para acoger a ambos grupos. Lo ideal es que la sesión familiar se lleve a cabo en un salón provisto de mesas para las actividades familiares.

Es importante visitar previamente los espacios seleccionados para las sesiones de implementación del Programa, con el fin de verificar si el tamaño es adecuado, si los ambientes tienen buena ventilación e iluminación, y si son cómodos para la

realización de la sesión. Las sillas se sugieren colocarlas en forma de media luna, lo que permite mayor cercanía con todos los participantes y el mejor desplazamiento del facilitador para coordinar la participación de todos. Los dos salones (adolescentes y padres o tutores), deberán estar cercanos uno del otro, para facilitar el traslado de los participantes a la sesión familiar y evitar pérdida de tiempo entre sesiones.

Para el desarrollo de las 7 sesiones, se debe contar con los equipos audiovisuales necesarios, tales como televisor, DVD o proyector de multimedia y computador portátil con dispositivo de salida y equipo de sonido. Los promotores deberán asegurarse previamente del adecuado funcionamiento de los equipos, con el fin de evitar dificultades durante las sesiones.

Recuerde:

- Los ambientes grandes pueden originar que el grupo se disperse y distraiga.
- Los ambientes muy pequeños no permiten el desplazamiento adecuado de los participantes, tampoco del facilitador.
- Considere que en la sesión familiar se reúnen los padres con sus hijos, lo que implica un mínimo de 15 personas, o más si asisten ambos padres.
- Es conveniente que además de los dos salones para las sesiones se garantice la disponibilidad de baños en las condiciones higiénicas adecuadas.

### **3.9 Refrigerios:**

Los refrigerios antes o durante la intervención, cumplen la función de darle a los participantes energías y nutrientes necesarios para su alimentación y para sobrellevar el desgaste físico y mental del día de trabajo, son una excusa para socializar entre los miembros de las familias y otras familias, recuerde que los participantes vienen de sus trabajos, de clases y que la mayoría de las sesiones se realizan después de las 7:00 p.m. Estos deberán contener al menos una fruta, una harina y una bebida.

### **3.10 Servicio de Guardería:**

Para algunas familias, contar con servicios de guardería para sus hijos o hijas más pequeños puede hacer posible su participación de manera regular. Si no se cuentan con los fondos necesarios, se puede recurrir a la ayuda de otros jóvenes mayores, el colegio, u otra forma de organización comunitaria. Invite a los padres a traer juegos, libros, juguetes y materiales para el entretenimiento de los niños.

### **3.11 Transporte:**

Así como el servicio de guardería es un factor importante para la asistencia regular de algunas familias, el transporte será de gran importancia para otras. Si varias familias necesitan transporte el alquiler de una camioneta podría ser una forma eficiente de proveer servicio de transporte. Otra manera, si el presupuesto lo permite, es la de proveer el dinero a las familias para usar transporte público.

### **3.12 Número de participantes.**

Es recomendable trabajar en cada “aplicación”, (entendida como la implementación de las 7 sesiones a cada grupo de familias) con un grupo de 15 familias, facilita el trabajo y se garantiza la participación. A cada sesión debe asistir ambos padres ( o personas significativas que asuman dichos roles de manera efectiva) y un hijo o hija de 10 a 14 años.

En los grupos con menos de 12 familias se dificulta el desarrollo de algunas actividades; mientras que grupos con más familias de lo indicado, dificultan la generación de un nivel de integración y la vivencia personal de las actividades propuestas por el programa.

Recuerde:

- Se sugiere convocar a más de 15 familias en cada grupo, pues algunas pueden abandonar el Programa durante el proceso.
- Al taller asisten los padres (ambos padres, un solo padre o un tutor) con su hijo. Solo en los casos en que los padres insistan que participen dos hijos, se permitirá siempre y cuando el padre y la madre se comprometan a asistir a todas las sesiones. Esto permitirá que cada padre trabaje con uno de sus hijos.
- Al seleccionar a las familias, es conveniente agruparlas de acuerdo a las edades de los adolescentes, según rangos etarios de 2 o máximo 3 años, por ejemplo de 10 y 11 años o grupos de 12 a 14 años.
- No es recomendable tener en un mismo grupo a adolescentes cuyas edades fluctúen entre los 10 y los 14 años. Las diferencias maduracionales (físicas y psicológicas); así como las diferencias respecto de sus necesidades e intereses. El no tener en cuenta estas diferencias podría originar la deserción de los participantes.

## **4. Aplicación del Programa.**

Para la implementación del Programa es necesario que los facilitadores consideren algunos aspectos importantes, con el fin de asegurar una óptima ejecución de las sesiones y lograr la participación de las familias.

#### **4.1. Puntualidad.**

Es importante que el facilitador llegue a tiempo a las sesiones, esto demuestra respeto por los participantes. Es recomendable que los capacitadores o facilitadores lleguen, por lo menos media hora antes del inicio de la sesión, con el fin de revisar que los equipos funcionen bien, preparar los salones y alistar los materiales a utilizar.

Recuerde:

- La mayoría de las veces los padres vienen de sus trabajos y están cansados; por lo que si se retrasa el inicio de la sesión podrían terminar más tarde de la hora prevista, por lo tanto es probable que los padres no deseen regresar la siguiente semana.
- Puede presentarse alguna dificultad con los equipos audiovisuales, por tanto es necesario disponer de tiempo para buscar una solución.

#### **4.2 Control de los tiempos.**

Tenga en cuenta que cada sesión dura aproximadamente 2 horas, por consiguiente es importante hacer un buen manejo de los tiempos asignados para cada actividad propuesta en las sesiones, con el fin de poder desarrollar adecuadamente la totalidad de las mismas.

Desarrollar las actividades con apuro y rapidez, no permite la “interiorización” y la reflexión que la actividad propone. Por el contrario, si se avanza lentamente no permite realizar la totalidad de las actividades programadas.

Es muy importante que cada facilitador, cumpla con los tiempos asignados, recuerde que ambos facilitadores deben terminar de manera simultánea para iniciar la sesión con familias. Por consiguiente la función del promotor brindando la información del tiempo de avance de la sesión a cada facilitador es fundamental para el correcto desarrollo de la misma, por esta razón el promotor debe conocer la metodología del programa.

Recuerde:

- Las instrucciones o indicaciones para realizar las diversas actividades se deben brindar de forma clara, breve y concisa, destinando el mayor tiempo posible a la reflexión que la actividad propone.



- Evite redundar y hablar más de lo necesario; no olvide que la principal responsabilidad del facilitador es promover la participación de los asistentes.

#### **4.3 Evaluación (pre y post test de padres y adolescentes)**

Al inicio de la implementación del Programa, se aplicará una prueba de entrada y al terminar la sesión 7 una prueba de salida, tanto a los padres como a los adolescentes. Estas pruebas deberán tener el código de las familias.

Es necesario precisar que los test están diseñados para ser respondidos en forma auto-administrada individual y directamente por un adolescente y el padre y/o madre de cada familia o tutor si es el caso.

Durante la aplicación de los test, se requiere brindar información concreta para explicar los objetivos, se resuelva las dudas y asegurarse que los test sean respondidos en su totalidad y correctamente.

Recuerde:

- Los test tienen algo más de 100 preguntas, se sugiere se aplique antes de la primera sesión, pues tanto adolescentes dependiendo de sus edades como los padres dependiendo de su edad y grado educativo, pueden demorar de 30 minutos a una hora en completarlo.
- Por ningún motivo se puede entregar el test para que lo desarrollen en casa. Su aplicación debe ser colectiva.

#### **4.4 Desarrollo de las sesiones**

Cada una de las 7 sesiones del programa, se subdivide a la vez en 3 momentos: sesiones de padres, sesión de adolescentes y sesión familiar, cuya duración es de una hora aproximadamente cada una. En la primera hora se realizan sesiones simultáneas, en dos ambientes separados (padres y adolescentes) y la siguiente hora las familias se reúnen en la sesión familiar, haciendo en total un promedio de dos horas de trabajo continuo.

Antes de cada sesión tenga en cuenta:

1. Revisar y estudiar nuevamente cada una de las actividades programadas en el Manual del Facilitador.
2. Verifique que cuenta con TODOS los materiales requeridos, previo al inicio del taller (inclusive las fotocopias que se deben sacar del Manual

de Recursos y los materiales que deben ser gestionados por los facilitadores)

3. No olvide los formatos de asistencia y Refrigerios.
4. Garantice que todos los participantes y los facilitadores cuenten con la escarapela en un lugar visible. A los adolescentes les encanta hacer uso de su creatividad, puede para ellos entregarles cartulinas de colores y plumones, para que ellos mismos elaboren su escarapela; puede hacer un concurso de cuál es la más original.
5. Compruebe que los equipos estén instalados y probados previo al inicio de la Sesión.
6. Para términos de organización, titule los rotafolios para las lluvias de ideas. Esto le permitirá no pasar ninguna de ella por alto.

#### **4.4.1 Sesión de padres.**

En las sesiones de padres se utilizan videos, es necesario contar con los equipos necesarios para su proyección, garantizando que todos puedan escuchar. Se utiliza un DVD del programa en cada sesión.

La secuencia de las actividades, está pautada por los narradores de los videos, quienes proporcionan los lineamientos sobre los diversos temas. También se aprecian representaciones de familias que ejemplifican los temas que se desarrollan en cada sesión.

Luego se da un tiempo establecido para que el facilitador desarrolle las actividades programadas, el mismo que aparece en la pantalla en la parte inferior derecha con un cronometro en cuenta regresiva.

Los números aparecen siempre en color blanco, sin embargo cuando falta un minuto cambian a rojo y cuando quedan 20 segundos, se escucha un sonido que aumenta progresivamente el volumen hasta que llega a cero, después de lo cual vuelven a aparecer los presentadores o se da paso a otra actividad.

Asimismo, el facilitador debe tener dominio del grupo y de la metodología del Programa motivando la participación activa y constante de los padres de familia, llevándolos a reflexionar y relacionar los temas con su vida diaria y a su vez comprometerlos a aplicar las tareas durante la semana.

El facilitador no debe hablar demasiado, por el contrario debe animar a los participantes a expresar sus opiniones, vivencias, emociones, entre otros, según las actividades programadas, por tanto, ellos deben ser los protagonistas en cada sesión.

Es importante que el facilitador haga un buen uso de los tiempos asignados y no hable una vez que empiezan a hacerlo los presentadores del video.

Recuerde:

- Tome en cuenta que se debe respetar y manejar el tiempo establecido y pautado en los videos, por lo cual los facilitadores no pueden detener, ni poner en pausa los mismos.
- A fin de poder controlar el tiempo para cada actividad, se sugiere que el facilitador no le dé la palabra a ningún padre de familia cuando quedan menos de 35 segundos; ya que éste podría no tener tiempo para expresar su sentir o podría extenderse demasiado.
- Un error frecuente es que el facilitador refuerza el marco teórico antes de realizar la actividad; quedando poco tiempo para desarrollar la actividad en sí.
- El facilitador debe invitar a ver el video cuando aún le quedan 10 segundos.

Al final de cada sesión de padres, encontramos las “Prácticas en el hogar”, las mismas que han sido denominados coloquialmente como “las tareas para la casa”; por lo que al iniciar las sesiones, se revisan previamente, promoviendo la participación de los padres.

Para lograrlo, es importante realizar las preguntas que aparecen en la pantalla y si no hubiese gran participación, hacer preguntas abiertas, por ejemplo: “¿Cómo les fue aplicando las tareas en casa?, también se puede preguntar: ¿han notado algún cambio en su hijo?, ¿están funcionando las técnicas?, o de acuerdo a la respuesta puede preguntar: ¿por qué no han aplicado lo aprendido?, ¿Qué dificultad encuentran para aplicar lo que aprendieron? ¿Qué cree que pasaría si aplicará lo aprendido?

Recuerde:

- La revisión de las tareas permite monitorear los cambios que se vienen dando en las familias y a la vez compromete a los padres para que apliquen lo aprendido en las sesiones.

#### **4.4.2 Sesión de Adolescentes.**

Las sesiones con adolescentes son muy activas. No utilizan videos, sin embargo se desarrollan dinámicas de animación, introductorias y de reflexión, que promueven la participación constante de los adolescentes.

Las actividades que se desarrollan en éstas sesiones tienen contenidos de interés para los adolescentes estas les pueden generar diferentes emociones tales como risa, ansiedad, angustia, se debe promover que el adolescente reconozca la emoción, y facilitar que el adolescente se enfoque en la información del tema que se está abordando.

Recuerde:

- Es importante que el facilitador tenga conocimientos relacionados con el desarrollo de los adolescentes, sus necesidades e intereses; así como las conductas de riesgo y los factores de protección.
- Es necesario crear un clima adecuado, promoviendo un buen manejo de las normas de convivencia establecidas el primer día; esto es clave para el manejo posterior de los adolescentes, especialmente aquellos que generan desorden, ayudándoles a su autorregulación.

#### **4.4.3 Sesiones Familiares.**

En las sesiones familiares los padres se reúnen con sus hijos para poner en práctica lo aprendido durante la primera hora, fortaleciendo la unión familiar y promoviendo el dialogo y la manifestación de afectos.

Aquí se desarrollan las actividades principalmente lúdicas y muy prácticas; mientras se promueve la reflexión y discusión de grupo.

Es necesario precisar que solo en las sesiones 4 y 6 se usan videos.

Recuerde:

- Es importante que durante la sesión familiar, los padres estén junto a sus hijos, promoviendo la unión familiar.
- No se debe formar grupo de padres y grupo de hijos cuando no lo indica la Guía del Facilitador. Mantenga siempre las indicaciones de la Guía.

#### **4.4.4 Cierre de las sesiones.**

Los cierres se realizan con la participación de los asistentes. Implica un breve repaso de los objetivos de la sesión; así como motivar a los participantes para que identifiquen las ideas fuerza que propone la Guía del Facilitador.

En los cierres, el facilitador no debe dar un resumen de lo aprendido, sino que debe promover que los participantes logren identificar lo aprendido en la sesión. En este momento, el facilitador debe integrar las ideas dadas por los participantes y las complementa con un resumen final.

No se debe olvidar dejar “las tareas” para la casa, las mismas que se pueden anotar en un cuaderno, si así lo consideran los participantes.

Los lemas, se dicen al finalizar este momento y cumplen una función muy importante. Es por eso que los facilitadores deben hacer que cada grupo (padres, adolescentes, y familias) diga y repita sus lemas hasta en dos ocasiones, pues son mensajes de autoafirmación que se espera que los participantes interioricen.

#### **4.4.5 Las Dinámicas**

En la aplicación del Programa Familias Fuertes: “Amor y Límites”, se desarrollan diversos tipos de dinámicas.

Dinámicas de animación: Tienen como objetivo principal el aliviar la tensión que se presenta cuando las actividades son muy intensas y se utilizan durante el desarrollo de la sesión; su función es sólo distender y animar a los participantes. Dinámicas como los carros chocones, siga al líder entre otras.

Dinámicas introductorias: Tienen como finalidad preparar a los participantes para el desarrollo de la actividad principal. Estas dinámicas son divertidas, pero al mismo tiempo sirven para motivar alguna reflexión. Dinámicas como la silla vacía, los globos, forman parte de estas.

Dinámicas de reflexión y análisis: Estas dinámica permiten desarrollar los temas centrales. Los participantes, a través de estas dinámicas logran reflexionar sobre un tema específico. Dentro de estas dinámicas se encuentran el juego de conducir, alcanzar nuestras metas, entre otras.

#### **4.4.6 El Facilitador**

Es la persona que promueve y facilita un proceso de aprendizaje, no es la persona que transmite conocimientos. Es quien motiva la participación activa de los integrantes de un grupo y crea las condiciones necesarias para discutir y analizar un determinado tema, de manera tal que se logren los objetivos propuestos.

Presta atención a las preguntas y necesidades de cada participante, los anima a hacer preguntas, comentarios y eventualmente comenta experiencias personales. Promueve una relación horizontal y amistosa con y entre los participantes. Escucha atentamente y responde positivamente las preguntas.

No debe extenderse al hablar, por el contrario, debe crear situaciones que permitan pensar o reflexionar a los participantes; es decir, hace que ellos analicen, y comparen su estilo de relación con su padre o hijo y lo contrasten con lo que propone el Programa.

Para lograr la reflexión, lanzará preguntas movilizadoras y propiciará el debate y los intercambios de opiniones entre los participantes. El buen manejo de voz, el desplazamiento por el salón, el no hacer largas pausas que provoquen distracción o aburrimiento son, entre otras, características de un buen facilitador.

Recuerde:

- El facilitador no censura la opinión o el punto de vista de los participantes.
- Ante un comentario que no armoniza con el Programa, pregunta al grupo: “¿Ustedes, que opinan?”, ¿alguien piensa diferente?, ¿por qué?, ¿están todos de acuerdo?.
- Hace preguntas abiertas que ayudan a promover la reflexión, como por ejemplo ¿qué opinan sobre el consumo de alcohol por los adolescentes?, tratando de evitar aquellas que se responden con un Sí o un No. (preguntas cerradas).

## **5. Recomendaciones para el Desarrollo de las sesiones.**

Este ítem, constituye el complemento de la Guía para el Facilitador. Brinda recomendaciones para el desarrollo de las sesiones, con el fin de que el facilitador tenga un desempeño óptimo en las actividades del Programa.

### **Orientaciones.**

Al iniciar cada sesión, en la Guía del Facilitador, se encuentran las “orientaciones” que son importantes leer, pues permite tener claridad respecto al objetivo que se busca desarrollar durante la sesión. Cabe aclarar que existe una Sesión cero, la sesión de presentación del programa, este momento es la oportunidad para dar a conocer a las familias, las bondades y beneficios del Programa Familias Fuertes, las familias se identifican con el mismo y evalúan la posibilidad de participar o no de acuerdo a los horarios, la intensidad de las sesiones, la duración y la

posibilidad de enfrentarse a una metodología desconocida para la mayoría de ellas.

Es así como el ejercicio previo de agenciamiento con los rectores y coordinadores de colegios, con la presentación ante el alcalde o las autoridades que acompañaran el proceso, la presentación ante una líder comunitaria para que valide la posibilidad de abrir o no el espacio para presentar el programa a las familias con las que trabaja, se convierten en sesión 0. Por la importancia de este momento, es importante que la Institución que vaya a implementar el Programa consulte la “Guía que orienta el proceso de selección de las familias participantes en el Programa Familias Fuertes y la realización de la sesión cero”.

No olvide guardar cuidadosamente todos los trabajos que realizan los adolescentes y los padres durante las sesiones, estos son necesarios para realizar la sesión 7 de familias en donde se repasan los aprendizajes de todo el programa.

### **5.1 SESION 1.**

Esta sesión es muy atractiva para las familias, es un enganche muy interesante por todo el movimiento que se tiene a partir del uso de las técnicas que se proponen; esta primera sesión es importantísima, en la medida que es el enganche para que padres y adolescentes decidan volver. Procure estar pendiente de cada detalle, cada expresión de los adolescentes o los padres, este es el mejor día para que nada falle. Probablemente usted puede estar nervioso por ser la primera sesión pero relájese, recuerde que usted ha preparado muy bien su sesión, estuvo pendiente que los equipos funcionaran perfectamente y sus compañeros están al tanto de asistirle en cualquier requerimiento.

#### **Padres:**

#### **¿Qué cualidades desea usted para sus hijos?.**

Es importante que los padres entiendan que existe una relación entre las metas o expectativas que tienen respecto de sus hijos y las cualidades y fortalezas que ellos poseen.

Los padres deben tener claro también que deben promover en sus hijos cualidades y fortalezas que les permitan lograr sus propias metas y de paso alcanzar las expectativas de sus padres.

Recuerde que el manual dice que se deben dibujar las siluetas de los adolescentes, pero ya no es necesario, puesto que están contenidas en el maletín.

En el desarrollo del ejercicio de “la línea imaginaria”, actividad (1.4), es importante *hacer una pausa* entre la lectura de una afirmación y la otra, para que los padres logren tomar la decisión de movilizarse de un lado de la línea a otro, según sea su criterio. Lo más recomendable es que se permita que los padres compartan sus opiniones sobre su posición en la línea, esto facilitará los aprendizajes desde su propia experiencia.

### **Adolescentes:**

#### **Normas de Convivencia.**

Esta actividad es muy importante, ya que le permitirá al facilitador resolver conflictos que se puedan presentar durante el desarrollo de las sesiones.

Las normas de convivencia se elaboran junto con todos los adolescentes y una vez finalizada la elaboración de las mismas, se solicita que cada adolescente las firme a manera de aceptación de los acuerdos.

#### **Sueños y Metas para el futuro.**

En esta actividad (1.1) recuerde guardar el o los rotafolios en donde se realiza el ejercicio conjunto de enumerar los pasos necesarios para alcanzar la meta (estos rotafolios son necesarios para la sesión de Familia)

#### **Mapa del Tesoro.**

El facilitador previo a esta sesión deberá elaborar un mapa del tesoro interesante y creativo, como ejemplo para los adolescentes, coloque imágenes, palabras, llénelo de color, con el fin que los adolescentes hagan sus mapas del tesoro, motivados desde la referencia de un buen prototipo inicial. Esto evitará que los mapas del tesoro sean básicos y escuetos en su contenido visual. Recuerde que en la sesión de familias se va a utilizar este mapa, motive a los chicos a sorprender a sus padres.

Para la construcción del mapa del tesoro, actividad (1.2), el manual señala que se construyan sus proyectos de vida de acuerdo a las esferas: trabajo o carrera, aficiones o pasatiempos, los amigos y la familia y por último la Salud. Explique muy bien cada una de estas esferas de tal manera que cada concepto quede claro para el adolescente. Se propone también por parte de los consultados una nueva esfera que permita soñar más y dar libertad a los sueños de los chicos,



por ejemplo donde puedan pegar laminas con imágenes del carro que sueñan tener, los países que quieren conocer, como sueñan que sea su casa, el mar, la playa, etc.

Es muy importante el acompañamiento individualizado mientras los adolescentes construyen su mapa del tesoro, para ir haciendo orientaciones frente a las metas que han elegido y los pasos que se han pensado. Evitar que los mapas contengan metas tendientes a la ilegalidad o conductas inapropiadas socialmente. Para ello, se debe lograr que los adolescentes reorienten el ejercicio (si es necesario) antes de que lo socialicen.

No olvide tener para esta sesión revistas suficientes, con muchas imágenes, y colores. Trate que las revistas que vaya a utilizar no sean exclusivamente de venta de productos y tiendas de cadena, busque revistas de contenido con imágenes que ellos puedan utilizar para éste ejercicio.

### **Familia:**

#### **Juego en familia el nudo.**

Esta actividad es muy entretenida y la Guía del Facilitador indica que se deben entregar las tarjetas con las indicaciones a cada grupo para que ellos las lean y ejecuten la actividad; no obstante, se ha observado que cuando el facilitador da la consigna a todos, esta actividad fluye mejor y no hay necesidad de acercarse grupo por grupo para aclarar dudas.

#### **En qué medida nos conocemos.**

Esta actividad (1.3), se trabaja solo con 4 familias y permite, de una manera divertida, observar qué tanto se conocen padres e hijos.

Recuerde que uno de los facilitadores debe salir del salón con el grupo (de padres primero y luego de adolescentes) y la tarea de quien este acompañando al grupo que esta por fuera del salón, es dar las indicaciones de cómo se desarrollará el ejercicio cuando ya entren nuevamente.

Cuando entren los padres para responder las preguntas que se les han hecho a sus hijos, los padres se ubican delante de sus hijos pero dándoles la espalda a ellos y mirando al público; esto con el fin de que no puedan leer las respuestas que están escritas en el papel que tienen sus hijos en las manos y tampoco se puedan contar “soplar” las respuestas.

Esta misma acción debe repetirse cuando entran los hijos para responder a las preguntas que se les han hecho a sus padres.

No olvide las botellas plásticas para el juego de girar la botella y hojas previamente cortadas para las respuesta de la actividad: ¿En qué medida nos conocemos? (1.3)

## 5.2 SESIÓN 2.

**Padres:**

**Me siento.**

Esta sesión práctica y enriquecedora en que los padres aprendan a establecer reglas acordes a la edad y las necesidades de los adolescentes. Esta sesión es el primer paso de una secuencia de 4 y resulta una muy buena técnica para que los padres puedan recordar reglas a sus hijos sin necesidad de agredir y también sirve para señalar conductas inadecuadas sin ofender.

Quien la utiliza, habla siempre en primera persona y por tanto se hace responsable de lo que dice, expresa el sentimiento o emoción que le produce lo que su interlocutor hace o deja de hacer. El uso de las afirmaciones en primera persona tiene un efecto positivo dado que los padres por lo general, no conocen, ni identifican la forma de expresar sus sentimientos y emociones, el ir paso a paso, es fundamental para su comprensión, no obstante el facilitador debe ser muy hábil y presentar buenos ejemplos y tener fluidez en la comunicación.

Es importante entonces, que este primer paso, quede bien claro a los participantes y se ejercite correctamente; por lo que se debe tener presente el comentario del narrador del video cuando dice: *...algunas personas hacen mal uso de las afirmaciones en primera persona....*, y *“el siento” debería estar seguido de un sentimiento real .....*

Un error común al manifestar como nos sentimos, es decir: “Me siento mal”, donde la palabra “mal” no expresa ningún sentimiento; por consiguiente si no expresa ningún sentimiento real podemos encontrar respuestas de todos los sentidos, tales como “tómame algo para sentirte mejor”, etc, respuestas que motivaran risas justo cuando el padre intentaba poner o recordar una regla a su hijo; no obstante debemos recordar que el error inicial del que partieron esas respuestas inadecuadas, fue el no colocar un sentimiento real después de la frase: “Me siento”.

Se sugiere entregar a cada pareja de padres una fotocopia con las Situaciones, actividad (2.3), para la aplicación de las afirmaciones en primera persona, con el propósito de facilitar la recordación de las mismas y generar mayor agilidad del ejercicio.

## **Adolescentes:**

En general la sesión es práctica y de fácil realización, donde los adolescentes comprenden con facilidad el proceso.

### **Romper el hielo con elogios misteriosos.**

Para la actividad de romper el hielo con los elogios misteriosos, lo más recomendable es que la ficha que usen para pegar en la espalda, sea de cartulina (esto facilita la escritura) y Marcadores delgados o plumones.

### **Juego activo de expresión corporal.**

En esta sesión de trabajo, a los adolescentes se les dificulta la actividad del juego de mímica o de expresión corporal, dado que es poco tiempo para elegir un personaje, representarlo y adivinarlo, ayude al adolescente señalando varios personajes.

### **Preocupaciones de los padres.**

En el Maletín vienen 12 tarjetas de “cosas que dicen o hacen los padres”... actividad (2.2), Si su grupo de adolescentes, supera ese número, hay dos opciones: 1. Hacer algunas parejas de adolescentes o 2. Previamente sacar fotocopias de las tarjetas para los faltantes.

### **Dones de los padres**

Se sugiere para esta actividad (2.3), escribir en una hoja de rotafolio, grande y muy visible las 4 categorías propuestas en el ejercicio, tal como están en el manual: Momentos de Diversión, Lecciones que Aprenden, Cosas Materiales, Demostraciones de Afecto y Amor. Esto para facilitar la comprensión del ejercicio y poder recurrir a recordarlas rápidamente durante el desarrollo de la actividad.

### **Elogios para los padres.**

Previamente tener en una hoja de Rotafolio la guía de la carta que se encuentra en la página 71 del manual para el facilitador.

## **Familia:**

### **Juego de Escuchar:**

Esta actividad (2.1), ofrece una excelente oportunidad para darnos cuenta que tenemos algunos problemas de comunicación. Es un ejercicio muy valioso pues permite comprender la importancia de escuchar y devolver; no obstante se sugiere

que el facilitador de instrucciones muy claras y ejemplos específicos para que las familias comprendan, además de hacerlo con grupos pequeños

Como en esta actividad se ubican todos los participantes en dos filas (padres frente a hijos) y el tiempo asignado no es suficiente para que todos participen todas las familias, se sugiere al facilitador saltarse el orden de los participantes; es decir, no hacer intervenir a las familia en el orden en que están paradas, esto ayuda a mantener la atención.

La recomendación es que el facilitador haga participar a la familia 1, luego salte a la familia 12, se devuelva a la 5 y continúe de esa manera; se sugiere alternar de esta forma las intervenciones, con la finalidad de mantener a todas las familias atentas a lo que dicen los demás y pendientes de como desarrollan la actividad.

Para esta actividad, el Facilitador debe prever que en el maletín hay 12 tarjetas para padres y 12 para adolescentes (paginas 20-43, del Manual de recursos para el facilitador), si tiene más de 12 familias, previamente debe sacar fotocopias para las faltantes.

Sin embargo, este ejercicio de escuchar, es complejo para los padres de familia, se recomienda trabajar con pocas parejas para que el ejercicio se comprenda mejor por parte de los padres, dado que si se utilizan todas las tarjetas solo se da paso a cumplir con la participación de todos y no que el ejercicio sea interiorizado, dado que los padres e hijos no usan con frecuencia una comunicación en primera persona, es más complejo hacer el ejercicio de resumir y devolver, esta escucha reflexiva es difícil de realizar, los facilitadores deben acompañar a las familias en este ejercicio, colocando ejemplos prácticos.

### **Demostración de la Solución Conjunta de Problemas.**

Para esta actividad (2.2), es importante que se deje visible y por escrito el problema puntual: *Todos Quieren Usar el Baño al mismo Tiempo*, (el problema no es que haya un solo baño, ni que la familia Hernando tiene dificultades para llegar temprano a la escuela o al trabajo). Cuando las familias estén dando sus puntos de vista, es importante colocar aparte los puntos de vista de las madres, aparte los de los padres y aparte los de los adolescentes.

### **Juego solución conjunta de problemas.**

Para esta actividad (2.3), no olvide la Gorra que usará el árbitro.

Reglas para la familia.

En general, frente a esta actividad (2.4), la guía presenta términos no propios de la cultura y las representaciones sociales nuestras, se sugiere hacer cambios en el formato guía para que la familia pueda comprender mejor a lo que se refieren las reglas.

### **5.3 SESIÓN 3.**

#### **Padres:**

##### **La necesidad de ser reconocidos.**

Actividad (3.2), es necesario explicar esta consigna porque no es muy clara. Es conveniente dar ejemplos a los padres, con el fin que puedan entender mejor el ejercicio. La frase que aparece en la pantalla es: “Muchos piensan que uno va a estar allí cuando se le necesite”, y se refiere a que cuando la persona suele hacer las cosas bien, las demás personas se acostumbran tanto a ello que ya no se dan cuenta del esfuerzo que le cuesta a esa persona cumplir siempre sus responsabilidades, las otras personas no solo no agradecen, sino por el contrario critican cuando no salen bien las cosas.

En este ejercicio es importante destacar el hecho que en varias oportunidades las madres que participan de las sesiones, no son capaces de reconocer lo que hacen por los demás; tienen tan interiorizada la idea que las tareas de casa (lavar, planchar, cocinar, etc), son su obligación, que no reparan en que cosas hacen por los demás. El facilitador debe procurar ayudar a estas madres a darse cuenta que ellas hacen bastante por sus familias.

No obstante lo anterior, la finalidad de este ejercicio no es centrarse en aquello que no se les reconoce a los padres; sino que este ejercicio es una invitación para reflexionar respecto de qué comportamientos positivos de sus hijos no están reconociendo.

##### **Elogios y recompensas.**

Para la actividad 3.3, lleve prediseñado en una hoja de rotafolio los dos ejemplos expuestos en la página 86 del manual del facilitador.

##### **Preparación para la sesión con la familia.**

Es importante la claridad que se haga, frente a lo que representa cada parte del árbol.

#### **Adolescentes:**

En esta sesión, ya los adolescentes se han apropiado de la dinámica de la ronda de elogios. Evite invertir tanto tiempo en la instrucción de la misma.

### **Situaciones que pueden causar estrés.**

Actividad (3.1), Las figuras de la y el adolescente están en el maletín (no es necesario que se dibujen) Lo importante es que los adolescentes concertadamente le den el nombre a los personajes, para desde ese entonces llamarlos así (ejm. Paula y Pedro) El facilitador siempre deberá referirse a las imágenes por el nombre que los adolescentes hayan asignado. Esto facilita a los adolescentes, un adecuado proceso de identificación con los personajes.

### **¿Cómo Sabes que estás sintiendo Estrés?**

Se sugiere para la actividad 3.2, tener escrito en una hoja de rotafolio, las cuatro maneras de determinar si están sufriendo de estrés, contenidas en la página 97 del manual del facilitador (Escribirlas tal cual están en el manual)

### **Hacer frente al estrés.**

Actividad (3.3), en las diversas maneras de afrontar el estrés se pueden incluir:

Control general del estrés.

-Buscar apoyo: rodearse de personas que les importe tu bienestar y hablar con un adulto en quien confíe.

-No ponerse nervioso: Es fácil perder el control cuando se está enojado, darse cuenta de los sentimientos y expresarlos, como por ejemplo: Estoy muy enojado y explica su motivo.

-No desquitarse contigo mismo

-Tratar de resolver el problema o la situación que causa estrés: después de estar calmado pensar en las posibles alternativas de solución.

-Ser positivo: La mayor parte del estrés es temporal.

No olvide la Botella plástica vacía, para esta actividad.

### **Encontrar técnicas para combatir el estrés que me den buenos resultados.**

Respecto a esta actividad (3.4) la hoja de trabajo del Manual de Recursos para el Facilitador página. 50 debe tener más opciones de respuesta que permitan al adolescente poder ubicar la manera de afrontar la situación diferente a realizar otra actividad, pues en ocasiones los chicos proponen situaciones que las opciones no son muy viables para afrontar el estrés que se puede ocasionar, como por ejemplo:

- Hablar con el profesor
- Respirar profundamente
- Pensar antes de actuar
- Ser positivo
- No ponerse nervioso.

Algo muy importante es que la Actividad opcional (página 101, Manual del Facilitador), es muy pertinente y debería realizarse, toda vez que ayuda a mejorar la comprensión del tema, por ello debería ser incluida como una actividad normal.

### **Familia:**

#### **Hacer el árbol de la Familia.**

Esta es una excelente actividad (3.1), para fomentar el trabajo conjunto de la familia y moviliza muchas emociones, ya que en muchos casos recuerdan a integrantes que ya no forman parte de la familia; estos familiares ya no están con ellos bien sea porque abandonaron el hogar o han fallecido.

Es posible que algunas familias consulten si pueden omitir la “rama” del padre que abandonó el hogar; mientras que otras familias preguntan, si pueden incluir al nuevo compañero del padre o de la madre. Ante esto no pierda de vista el objetivo de la actividad, que es identificar los aspectos positivos de la familia (cualidades, fortalezas y valores), reconociendo que existen diversas estructuras familiares y que es muy importante respetar los sentimientos de cada familia, un respuesta a ese tipo de preguntas es que cada familia debe sentirse libre de omitir o incluir a quienes ellos “sienten” como integrantes de la familia.

También es importante, animar a que consideren siempre las cuatro raíces que representan a los abuelos; siendo esta parte de la actividad una de las que más moviliza emociones, ya que en algunos casos los padres recuerdan a sus padres ya fallecidos, facilitando que en esta actividad el padre le cuente a su hijo como era su papá o su mamá.

Para esta actividad en los modelos de los árboles incluya otros tipos de familias como la familia extensa y familias en donde no hay padres pero sí abuelos quienes están al cuidado de sus nietos para mejorar la comprensión de la elaboración del árbol.

Distribuya cómodamente a las familias, para que puedan lograr su intimidad en el ejercicio del árbol familiar.

Preferiblemente lleve recortadas suficientes hojas verdes para los puntos fuertes de los miembros de la familia y los rectángulos para los puntos fuertes de la familia y de los abuelos.

Haga acompañamiento permanente a cada familia mientras construyen el árbol.

## **5.4 SESIÓN 4.**

### **Padres:**

En esta sesión se manejan varios momentos con lluvias de ideas, es importante que las carteleras, estén previamente organizadas con los títulos claros, para no generar confusión y poder ser usados nuevamente en los momentos que se indican en el manual. (tareas domésticas que ya están establecidas en casa, nuevas tareas cortas y fáciles que podrían usarse como sanción, privilegios que ya tienen los adolescentes, nuevos privilegios pequeños que se podrían quitar, problemas cotidianos que tienen con sus hijos, lo que pueden hacer para calmarse, faltas graves, tareas más grandes que se pueden asignar, privilegios más grandes que podrían perder).

Tenga en cuenta la importancia del manejo que debe dar ante el grupo, cuando se presenten intervenciones relacionadas con consumo de SPA, dificultades con la ley y castigos físicos.

### **Enumerar pequeños privilegios.**

Cuando se solicita a los participantes que dicten una lista de pequeños privilegios que pueden quitar a sus hijos, cuando cometen una falta, (página 115), es importante que estos (los privilegios), se escriban en positivo porque de lo contrario generan confusión: Escuchar música, Ver televisión, Salir con amigos, Usar el “play station”.

### **Adolescentes:**

#### **Juego de conducir**

Es una de las actividades que han generado mayor dificultad en el momento de su implementación, actividad (4.1), pero es una de las dinámicas más importantes para generar el análisis en los adolescentes frente a la importancia de seguir



normas para cumplir las metas, por lo que es necesario dar las normas con claridad.

Se sugiere al facilitador leer muy bien las instrucciones y con su terna lo practiquen o modelen previo a la sesión con los adolescentes.

Es preferible que las tarjetas de las estaciones ya estén pegadas en la pared con anticipación y que exista un espacio adecuado para que se pueda distinguir el traslado de una estación a otra.

Lleve todas las fichas organizadas. Las tarjetas de los directores, estarán enumeradas del 1 al 6, e indicarán la estación en la cual deberá ubicarse cada uno de ellos. Las tarjetas con las marcas de los autos, estarán enumeradas de 1 al 10 e indicarán el orden en que los participantes partirán hacia la estación “Licencia de conducir”.

Una vez que cada participante sabe la función que deberá realizar y se ha ubicado en su respectiva posición, el facilitador procederá a dar lectura a las instrucciones. Se sugiere motivar a los adolescentes a que imiten el sonido del motor de un auto y que al moverse de una estación a otra hagan “sonar” el motor. Elabore los timones con cartón u otro material disponible, esto ayudará al desarrollo de la actividad y lo hará más entretenido.

Recuerde que es optativo la entrega de un premio para quien llegue primero a la Pizzería.

### **Familia:**

Esta es la primer Sesión de Familia con Video (Recuerde que los adolescentes no han usado durante las sesiones anteriores esta herramienta)

### **Globos en el aire.**

Es una dinámica introductoria, que contiene dos reflexiones que no se encuentran en el manual (es considerada una dinámica de animación). Se recomienda hacer las siguientes preguntas a las familias:

¿Qué notaron en esta actividad?, ¿Cuándo fue más fácil mantener los globos en el aire?, ¿Qué hicieron para cumplir con las indicaciones?.

La primera reflexión que se puede hacer con esta dinámica es la importancia del trabajo en equipo, puesto que solo cuando se comunican y se organizan rápidamente, pueden lograr el objetivo de evitar que los globos caigan al piso.

La segunda reflexión alude a que los globos representan problemas y cuando hay pocos problemas (pocos globos), es más fácil enfrentarlos con éxito; pero, a medida que los “problemas” se incrementan (mayor cantidad de globos), se hace cada vez más difícil el manejo de los mismos y se hace necesario el trabajo coordinado y en equipo.

### **Realizando una reunión familiar.**

Durante la Práctica de las Reuniones Familiares, actividad (4.1), es muy importante el acompañamiento que los facilitadores deben ir haciendo a cada familia. (No solo preguntar cómo van)

### **Juegos de barajas / naipes para la familia.**

Al finalizar la actividad, a cada familia se le entrega (obsequia) una caja de naipes para que ellos puedan jugar en familia cuando estén en casa.

Pueden usar otros juegos que cumplan el propósito de la actividad “Enseñar a las familias juegos divertidos para que jueguen juntos en la casa”. Lo más importante es que la familia sepa que puede contar con varias opciones para pasarla bien juntos.

## **5.5 SESIÓN 5.**

### **Padres:**

#### **Prestar Atención a los sentimientos**

En esta actividad la (5.4), recuerde que es el facilitador quien debe leer las afirmaciones (se sugiere llevarlas escritas en fichas nemotécnicas), antes de leerlas, acérquese al padre que va a invitar a participar. Intente que todos realicen el ejercicio rápidamente, o por lo menos, un número significativo de padres. Recuerde que cuenta con tan solo 5 minutos.

#### **Adolescentes que satisfacen sus necesidades de manera negativa.**

Para la actividad (5.6), los padres aprenderán a identificar las necesidades de sus hijos; para lo cual se leen unas situaciones y ellos dirán qué necesidades están tratando de satisfacer los adolescentes de las situaciones que se plantean.

Para esta actividad se sugiere preparar previamente un cartel en donde estén listadas las 4 necesidades, entre las cuales los padres deben escoger la más apropiada según corresponda a la situación leída: Necesidad de Poder, Necesidad

de Independencia, Necesidad de Diversión, Necesidad Pertenencia. Con esto se desarrollará el ejercicio de manera más ágil.

No olvide mostrar a los padres el ejemplo de ESCUDO PROTECTOR como preparación para la sesión de Familia.

### **Adolescentes:**

#### **Lo que a veces hacen los adolescentes para agradar.**

Es importante dar con claridad las indicaciones ya que en esta actividad (5.1), los adolescentes van a reflexionar respecto de las preocupaciones de sus pares y como les puede afectar la presión de grupo.

Recuerde que en esta sesión, las figuras del y la adolescente ya tienen un nombre establecido por ellos. Luego se les entrega un post it, a cada adolescente para que escriba las preocupaciones que cree podrían tener los chicos de las figuras, respecto de lo que los demás puedan pensar de él o de ella. No olvide dar ejemplos para facilitar la actividad, por ejemplo, él/ella cree que los demás piensan que es: gorda/feo/nerd, entre otros. Una vez que todos han escrito, se colocan los post it en el interior de las figuras, tanto en la figura del hombre como en la de la mujer.

Luego de leer uno de los post it del anterior ejercicio, se entregará un segundo post it (de ser posible de otro color), a cada adolescente para que anote las acciones que podrían realizar los personajes de las figuras para agradar e impresionar a sus compañeros. Este segundo post it se coloca fuera de la figura.

#### **Vivir una sexualidad saludable.**

Esta sesión es de bastante información para los adolescentes, prepárese muy bien para el manejo de las temáticas de Sexualidad y Consumo de Spa. No lea, cuente con sus palabras de manera clara el contenido sugerido en el manual. (Preferiblemente use fichas nemotécnicas)

Estudie muy bien la guía para el Facilitador del manual de recursos (Paginas 72 a la 76).

#### **Mitos y hechos sobre conductas sexuales de Riesgo.**

Para esta actividad (5.2), primero que todo debe confirmar que los adolescentes comprendan la expresión “hechos” como algo cierto, verdadero (no es un término

muy usado en nuestro contexto para dicho significado). Posteriormente, es importante aclarar y complementar siempre que sea necesario, las intervenciones de los adolescentes.

### **Situaciones que pueden ponernos en problemas.**

Para la práctica de los pasos, se requiere el uso de papelotes con lluvias de ideas que se han construido anteriormente

En esta sesión se presentan los tres primeros pasos, de una secuencia de seis. Esta es una técnica que ofrece el programa para que los adolescentes puedan enfrentar con éxito la presión de grupo. El desarrollo de los pasos está muy claro en la Guía del Facilitador; no obstante, en este punto se debe destacar que es muy importante que cuando el facilitador los explique, ponga especial empeño en explicar bien los pasos, pero más aún en dar oportunidad a que los adolescentes practiquen cada paso y eso dependerá de cómo administre el tiempo el facilitador.

La ficha del paso dos que está en el maletín no es completa... ajústela conforme está el paso completo: Nombrar el Problema y decir lo que puede suceder.

No olvide la Caja para los sorteos

### **Familia:**

#### **Comprender lo que son los Principios de la Familia**

Para la actividad 5.1 “Acertijo sobre los principios”. Uno de los facilitadores debe reunirse con los adolescentes aparte, para orientar por parejas la repartición de los principios y la escenificación que realizarán de los mismos, sin que los padres sepan cual principio eligió cada pareja. Mientras tanto, el otro facilitador, acompañará a los padres y les irá explicando la actividad que realizarán una vez se han adivinado los principios representados.

#### **Escudo Protector de los Principios de la Familia.**

Durante la construcción familiar del diagrama de valores y escudo, los facilitadores deben acompañar de manera rigurosa el ejercicio familia por familia.

No olvide llevar suficientes revistas.

## 5.6 SESIÓN 6.

### Padres:

#### Diferentes perspectivas en relación a las conductas de Riesgo.

En la actividad (6.1), Recuerde que los extremos de la línea imaginaria son eso: extremos, pero los padres se pueden ubicar en cualquier lugar de la línea, de acuerdo a su posición frente a la conducta. Es muy importante generar discusión en cuanto a las posiciones que ellos asumen. Luego de analizada la posición asumida para cada conducta, pídale a los padres que se retiren de la línea, antes de leer la nueva conducta. Esto es con el propósito de garantizar en ellos una nueva reflexión y que su posición no sea producto de la comodidad de no moverse del lugar en donde ya se habían ubicado.

Esta sesión de Padres, aborda directamente el tema del consumo de SPA y las conductas Sexuales de Riesgo, documéntese muy bien en esos temas, para que sus orientaciones y respuesta a posibles preguntas de los padres, sean acertadas y precisas.

Es fundamental aumentar la percepción de riesgo en los papas, los hijos, la comunidad frente al **No** consumo en menores de edad porque es muy riesgoso (explicar los riesgos a nivel de pensamiento emoción, conductas) está prohibido (citar algunas normas) **No** desde las políticas que generan las alcaldías (prohibido menores después de las 9 pm hasta las 5 am, rumbas cero alcohol...etc...) y diciendo **No** todos los actores, con mayor fuerza se reduce la probabilidad de que lo hagan, se retrasa la edad de inicio (el objetivo es retardar la edad de inicio...entre más tarde lo haga mejor).

Aclarar que en el vídeo debe decir que está prohibido para menores de 18 años....no de 15 como lo dice.

Enfatizar que en la familia se debe hablar de SPA, con los hijos de los niveles de consumo y de los abordajes, los papás creen que por que consume ya es un drogadicto y por su representación social empiezan a generar exclusión lo cual exagera el consumo. Estamos contra la droga pero no contra la persona, esta debe gozar de las mayores condiciones de bienestar así este en consumo.

Los facilitadores deben conocer la ruta de atención integral e integrada de cada municipio en casos surgen cosas de este tipo y no saben a dónde derivarlo y es responsabilidad como facilitador hacer canalización.

Previo a esta sesión, los facilitadores deberían tener un encuentro con los prestadores para tener mejor articulación y derivación de casos, puede elaborar un pequeño formato para que las familias se acerquen al servicio de salud y si es posible preguntar por alguna persona que lo guíe, o al Centro de escucha para que le puedan orientar. Posteriormente preguntar si hizo o no el acercamiento, estar pendiente de que acceda al otros servicios

### **Carta a su hijo.**

Antes del inicio de la Actividad (6.3), el video tiene solo una pausa de 30 segundos para que simplemente se reparte la hoja “carta a mi hijo” (Allí no se hace más nada, y el video transcurre.

Se recomienda también utilizar una o dos hojas de papelografo para escribir la carta con letra grande, o utilizar la que aparece en el maletín, con el fin que todos puedan leerla, si es posible cada sección puede tener un color distinto lo que permitirá distinguir una sección de otra. (No es necesario utilizar 7 distintos colores, con dos colores son suficientes de forma intercalada.

Al finalizar la narración de las secciones de la carta en el video: usted debe pausar el video por nueve minutos para que los padres terminen la carta.

Tenga en cuenta las personas de la 3ª edad que en algunas ocasiones acompañan a los adolescentes, guíelos en la elaboración de la carta.

### **Práctica para preguntar quién, qué, dónde, cuándo.**

Para la actividad (6.4), el facilitador es quien deberá escenificarle a cada padre el rol del adolescente, para que el padre practique las preguntas, ante las respuestas que dé el facilitador (en su rol de adolescente). Recuerde que en al menos una escena, usted no le dé al padre respuestas específicas, para que se vea obligado a NO conceder el permiso.

### **Adolescentes:**

#### **Enfrentar las situaciones que pueden generar problemas – pasos 4,5 y 6**

En esta sesión, se completa la secuencia de seis pasos para enfrentar la presión de grupo. Estos tres últimos pasos cuestan más trabajo entender y practicar a los adolescentes, por lo tanto el papel del facilitador cobra gran importancia para

hacer entender estos pasos, para ello, deberá actuar, escenificar estos últimos pasos y ayudar al adolescente a entenderlos y apropiarlos.

En la práctica del paso 4, consiste en que el adolescente que está siendo presionado a practicar una conducta de riesgo, se retire, se aleje de quien lo está presionando. Pero el hostigador, no lo dejará irse fácilmente; por lo que la escena a demostrar es que mientras el adolescente que es presionado se esté retirando, el adolescente hostigador lo retiene cogiéndolo de la mano, del brazo, insistiéndole para que realice una conducta de riesgo.

En la Práctica del Paso 5, mientras el adolescente hostigador retiene al adolescente que es presionado, es más difícil mantenerse calmado, sin embargo tiene que mantenerse sereno con el fin de no dejarse atemorizar y ceder finalmente a los requerimientos del adolescente hostigador. Por eso se recuerda en este punto que una forma de mantenerse sereno es respirar profundamente, se sugiere al adolescente que es presionado que respire un par de veces para mantener la calma y avance al paso 6, llamar al amigo por su nombre y decirle “escúchame, yo no voy a hacer lo que tú quieres”.

En la guía del facilitador, el paso 6 solo indica “llamar al amigo por su nombre y decirle escúchame”, pero de esa manera no queda del todo clara la idea de rechazo y practicar la conducta de riesgo; es por eso que se recomienda completar la frase diciendo: “escúchame, yo no voy a hacer lo que tú quieres”, o se puede ser más específico según la situación de riesgo que corresponda, como por ejemplo: “Escúchame, yo no voy a robar a la tienda contigo”.

Es muy importante que estos pasos queden muy claros a los adolescentes, por lo que el facilitador deberá explicar y actuar cada paso y garantizar también los tiempos suficientes para que los adolescentes puedan entrenarse en la práctica de los mismos.

Es importante también dejar clara la idea de que no todas las personas deben considerarse “amigos” y que cuando ellos tengan un supuesto amig@ que quiere meterlos en problemas, deben pensar si esa persona es realmente su amig@

Se sugiere, solicitar a los adolescentes un nombre que ellos den a los “*buenos amigos*” (Los panas, pareceros, chéveres...) y un nombre que le den, a los que no son buenos amigos (los bad, las pichurrias, los pailas...) esto previo a la actividad (6.5), “ir a pescar”, para facilitar la comprensión del ejercicio.

No olvide: balde y optativo Golosinas.

## **Familia:**

## **Alcanzar nuestras metas.**

Esta actividad junto con la de “Conducir” (adolescentes 4), es una de las que requiere una mayor comprensión para su ejecución y pese a estar bien explicada en la Guía del Facilitador, es una de las que más asesoría requiere en los talleres de entrenamiento a facilitadores.

Esta actividad es muy interesante para promover la reflexión de los participantes respecto a la importancia de que padres e hijos trabajen juntos para alcanzar los sueños y metas de los adolescentes; así como destaca también la participación de la comunidad en la consecución de las metas de los adolescentes y jóvenes.

La Guía del facilitador da la posibilidad de que los participantes se amarren de los codos; pero con el fin de que se visualice la dificultad de la consecución de la meta, se sugiere que se elijan participantes que puedan ser atados de los tobillos.

La Guía del facilitador también sugiere que se suspenda la actividad a los 7 u 8 minutos, para reiniciar la actividad con otros participantes; no obstante, se ha observado que ese lapso de tiempo es muy corto para que los participantes entiendan el objetivo de la actividad. Por lo que se sugiere trabajar los 20 minutos con un solo grupo de 4 familias.

Otra dificultad durante el desarrollo de la actividad que se ha observado, es la entrega de las tarjetas a las familias que participan, ya que son muchas y con distintos signos y consignas. Respecto a este punto he observado en distintos talleres y distintas sesiones, varias formas de aplicación que no afectan el objetivo de la actividad agilizando el desarrollo de la misma.

En algunas ocasiones, se han pegado las tarjetas con los signos (+ o -) detrás de las tarjetas con las indicaciones; para hacer esto posible tuvieron que fotocopiar una mayor cantidad de tarjetas con signos, ya que estas son menos que las tarjetas con indicaciones. En otras ocasiones, no usaron las tarjetas con los signos, solo usaron las tarjetas con las indicaciones, cuidando que los participantes no pudieran leer las mismas.

Aunque las dos alternativas varían lo indicado en la Guía del Facilitador, se ha observado que esas variantes facilitan el proceso de desarrollo de la actividad y su comprensión.

Es conveniente que después que los participantes escogen su tarjeta, el facilitador la recoja y sea el quien lea las indicaciones; esto debido a que algunos participantes tienen un tono bajo de voz y los demás participantes no pueden escucharlos o algunos no tienen una lectura fluida, lo que dificulta entender la



indicación, así como la comprensión de la actividad. De todas maneras lo importante es el análisis que se logre luego de esta actividad.

Nuevamente hay video en esta sesión de Familia, actividad (6.2): Los padres ayudan a los adolescentes a afrontar la presión de los compañeros.

### **Construir los sueños y las expectativas de los padres.**

Garantice la privacidad en el espacio de compartir la carta en familia y esté atento por si surge la necesidad de contención emocional.

No olvide: Tiras de tela para amarrar los tobillos, o utilice cinta de enmascarar. Evite la cinta ancha transparente, puede lesionar los tobillos de los participantes al retirarla.

## **5.7 SESIÓN 7.**

### **Padres:**

#### **Hacer que nuestra comunidad sea segura para nuestros hijos.**

En esta actividad (7.2), se realiza inicialmente una lluvia de ideas con todos los problemas que existen en la comunidad y que sean expresados por los padres, posteriormente para el resto de la actividad, se selecciona *solo uno de los problemas*; Es decir, los ejercicios de las lluvias de ideas siguientes se hacen únicamente a la luz del problema seleccionado en consenso por el grupo.

#### **A donde ir en busca de ayuda.**

Para esta actividad, es importante elaborar un directorio con instituciones de la zona donde las familias puedan acudir para conseguir ayuda respecto de diferentes problemas que los pudieran afectar.

Este directorio debe incluir preferentemente las direcciones, teléfonos y si es posible el nombre de una persona de contacto en la institución. Este directorio debe ser entregado a las familias al finalizar esta actividad.

### **Adolescentes:**

#### **Aprender de los adolescentes mayores.**

Es importante saber elegir a los adolescentes mayores que se van a invitar. Las edades pueden fluctuar entre los 17 hasta los 21 años, pues la Guía del facilitador menciona que también pueden ser jóvenes; no se recomienda jóvenes mayores,

pues la diferencia de edades con los adolescentes del Programa, dificultaría que se identifiquen con sus experiencias.

Con el fin de facilitar la identificación de los adolescentes con los invitados, se sugiere ubicar invitados de la zona donde se reúne el grupo. Si se está implementando el Programa en una Institución Educativa, sería mejor si son exalumnos.

Tenga cuidado con la selección. Los invitados deben ser chicos que ya tienen algunos logros que comentar en lo deportivo, cultura, de liderazgo, (universitarios, ganadores de premios académicos o deportivos, estudiantes destacados, que practiquen algún voluntariado, etc.).

Los invitados deben ser modelos positivos; es decir, chicos que no han consumido o tenido problemas de consumo de alcohol u otras drogas.

Recuerde: Por ninguna razón se invitará a alguien que haya tenido problemas con el alcohol u otras drogas, aunque ahora no los tenga.

Previamente a la entrada de los adolescentes invitados ustedes deben conversar con ellos, contarles sobre el programa. El objetivo del panel y el rol que ellos están invitados a participar, puede coordinar con ellos lo que pueden decir o no.

No olvide preparar previamente a los adolescentes, contándoles que vienen unos invitados para la sesión y a qué van a venir.

No olvide tener previamente escrito en un Papelógrafo, los temas que ayudaran a la formulación de preguntas por parte de los adolescentes (ver página 226 y 227 del Manual del Facilitador)

Recuerde escribir la siguiente pregunta en un papel e incluirla también en la caja de preguntas: ¿Qué puedes hacer si tu amigo está en algún problema grave, como consumir drogas o sufrir una depresión?

### **Preparación para la sesión con las familias.**

En la Sesión de Cierre hay una instrucción en la preparación para la sesión de Familias, respecto a la elaboración de una carta a los padres y de los padres a los adolescentes. Usted puede preparar la carta, para ser elaborada por padres y adolescentes y ellos se encargarán de enviarla por correo. También puede indicar que en sus hogares, posterior al cierre del programa, ellos deben realizar dichas cartas en donde pongan en práctica lo aprendido en el PFF y enviarlas por correo.

## **Familia:**

### **Resumen y repaso del Programa.**

Para esta actividad (7.2), empapele previamente el salón con todos los productos que se han venido guardando desde el encuentro 1 (Ver listado de materiales necesarios pág. 230 y 231 del Manual de Facilitador)

Repase rigurosamente el guion sugerido, para que no se vea en la necesidad de leer lo escrito allí (se sugiere realizar fichas nemotécnicas).

### **Evaluación del Programa.**

Separe a los Padres de los Adolescentes y aplique al finalizar la sesión Familia, el POS TEST a TODOS los participantes. (Padres y adolescentes). Luego de finalizar con la aplicación de los POS TEST, se cierra la actividad con los lemas.

Después del repaso final, comparta con las familias un refrigerio, evitando cualquier tipo de licor.

Recuerde: Si la Clausura se realizara en otra fecha y otro espacio, recuérdela a las Familias dicha información y preferiblemente entrégueles para ese encuentro una tarjeta de invitación a la Clausura.

**GONZALO SOSA GUTIERREZ. Ps**