

MÓDULO

6

“Hablemos”

FAMILIAS - FUNCIONES Y RESPONSABILIDADES



OBJETIVOS DEL APRENDIZAJE

Durante este módulo, los participantes podrán conseguir las siguientes cosas:

- Definirán por sí mismos el término “familia” y debatirán sobre los distintos tipos de familias.
- Discutirán los retos que pueden surgir dentro de los sistemas familiares y cómo evitar que dichos retos se conviertan en situaciones de crisis.
- Destacarán y practicarán habilidades de comunicación eficaces para tratar con los miembros de la familia y problemas familiares.



1-800-RUNAWAY
1800RUNAWAY.org



DEFINIR LA CUESTIÓN

Cada año, la dinámica familiar ocupa un lugar destacado en la lista de problemas identificados por quienes se ponen en contacto con la National Runaway Safeline. Esto incluye desde problemas con los padres, tutores o hermanos hasta conflictos con las normas familiares. Los papeles que desempeñamos en nuestra dinámica familiar pueden complicarse aún más cuando vivimos fuera de nuestro núcleo familiar, ya sea con otros parientes, amigos, en un grupo u hogar de acogida, o por nuestra cuenta.




En el Módulo 6 pedimos a los participantes que exploren los papeles que desempeñan y cómo ser comunicadores eficaces en situaciones familiares, independientemente de si definen a la familia como parientes, amigos o la comunidad de la que forman parte.

ICONOS

Para más información, consulte el módulo:
Introducción.



ACTIVIDADES DEL MÓDULO

	ACTIVIDAD	TIEMPO	METODOLOGÍA
	A. Definición de los roles familiares y de las responsabilidades	15 minutos	Actividad/Debate
	B. Funciones y responsabilidades personales	10 minutos	Actividad/Debate
	C. Hablar con la familia	10 minutos	Actividad/Debate
	D. Consejos de comunicación familiar	10 minutos	Debate



Tiempo total necesario: **45 minutos**

MATERIALES

- Papel para póster o pizarra de tiza/borrado en seco
- Rotuladores o tiza
- Bolígrafos o lápices
- Premios NRS por la actividad “Roles y responsabilidades personales dentro de la familia”.
- Pequeños premios para los participantes.
- Hoja de trabajo “asuntos de familia”
- Hoja de trabajo “funciones y responsabilidades”
- Folleto “Familia: T.A.L.K.”
- Folleto “Consejos de comunicación familiar”



Gestión de la ira, el estrés y los traumas + Reducción del estrés



Considere la posibilidad de proyectar la película complementaria *American Street Kid*.



Póngase en contacto con el especialista en Prevención y participación juvenil de NRS al **773-289-1723** o prevention@1800RUNAWAY.org para obtener apoyo y asistencia técnica.

ACTIVIDAD 6A

DEFINIR LAS FUNCIONES Y RESPONSABILIDADES FAMILIARES



15 minutos

AFIRMACIÓN “Familia” significa cosas distintas para cada persona. Para algunos, puede significar la gente con la que vives. Para otros, pueden ser los amigos o seres queridos que elijas. Un familiar no tiene por qué estar relacionado biológica o legalmente con usted. Pueden ser cualquier persona que consideres cercana a ti de alguna manera significativa; pueden ser hermanastros, padrastros, hermanos de acogida, padres de acogida, familiares lejanos, amigos y mentores.

No hay dos familias que sean iguales. Varían en tamaño, en la forma en que los miembros de la familia se comunican entre sí y en los tipos de tareas de las que es responsable cada miembro de la familia.

Cada persona tiene una función en una familia. Hay diferentes responsabilidades que van de la mano con ciertos roles familiares. Por ejemplo, un padre o tutor puede sentirse responsable del bienestar financiero de toda la familia, mientras que un niño puede sentirse responsable de realizar ciertas tareas, como sacar buenas notas o sacar la basura.

Dedicaremos los próximos minutos a pensar en nuestras propias familias. Recuerda que tu familia está formada por aquellas personas más cercanas a ti y que pueden vivir en el lugar que consideras tu hogar.

ENTREGUE Hoja de trabajo “Asuntos de familia”

PREGUNTA ¿Podrías dibujar una vista aérea de lo que consideras tu hogar?

AFIRMACIÓN Imagina que alguien ha arrancado el techo de la estructura que consideras “tu hogar”. Dibuja las habitaciones y las personas que conforman lo que consideras tu hogar. Piensa en las responsabilidades de cada persona que vive en tu casa. Si te sientes más cómodo usando palabras que imágenes, no hay problema.

CONCEDA 2-3 minutos para que los participantes dibujen.

AFIRMACIÓN Mientras dibujas o escribes, piensa en los siguientes puntos:

- ¿Quiénes componen tu familia?
- ¿Dónde se encuentran todos y por qué?
- ¿Cuáles son las funciones y responsabilidades de cada miembro de la familia?
- ¿Quién está presente y quién no? Si alguien no está presente, ¿dónde está?
- ¿Quiénes son las personas que estarían ahí para animarte cuando haces algo de lo que te sientes orgulloso?
- ¿Es éste un día típico para tu familia?

ACTIVIDAD 6A →



1-800-RUNAWAY



1800RUNAWAY.org

**CONCEDA
A LOS
PARTICIPANTES**

tiempo para considerar los puntos.

PREGUNTA ¿Quién quiere compartir lo que piensa?

DEBATA las diferencias y similitudes en los pensamientos.

PREGUNTE ¿Tiene alguna pregunta o comentario?

DISCUTA las respuestas.

AFIRMACIÓN Como puedes ver, cada una de nuestras casas tiene un aspecto muy diferente. Son de distintos tamaños, tienen distintas personas dentro y cada una de ellas tiene funciones y responsabilidades diferentes. Las responsabilidades pueden estar relacionadas con las tareas necesarias para mantener el hogar en funcionamiento, o pueden ser en forma de apoyo y orientación.

ASUNTOS DE FAMILIA

Instrucciones: Imagina que alguien ha arrancado el techo de la estructura que consideras “tu hogar”. Dibuja las habitaciones y las personas que conforman lo que consideras tu hogar. Piensa en las responsabilidades de cada persona que vive en tu casa.

ACTIVIDAD 6B

FUNCIONES Y RESPONSABILIDADES PERSONALES



10 minutos



El facilitador debe dejar espacio físico para que los participantes puedan moverse durante esta actividad.

AFIRMACIÓN Como miembros de nuestras familias, cada uno de nosotros tiene ciertos roles y responsabilidades importantes relacionadas con estos roles.

ENTREGUE Hoja de trabajo “funciones y responsabilidades”

PREGUNTA ¿Cuáles son los diferentes roles que desempeñas dentro de tu familia? ¿Cuáles son las responsabilidades asociadas a estos roles? Tómame un minuto aproximadamente para enumerar al menos cinco de las responsabilidades que desempeñas en una semana típica. No divulgues esta lista.

PERMITA un minuto para que los participantes completen la hoja de trabajo.

AFIRMACIÓN Ahora que has creado tus listas, vas a compartir con un compañero las responsabilidades que enumeraste en tu hoja de trabajo “Roles y responsabilidades”.

El truco es que tendrás que representar todo lo que hay en tu lista en un minuto. Esto significa no hablar, no hacer ruidos y no escribir. Es como las charadas. Cuando tu compañero haya adivinado la responsabilidad correcta, pasa rápidamente al siguiente elemento. Si consigues que tu compañero adivine al menos cinco elementos de tu lista en un minuto, ¡podrás elegir un premio!

DIVIDA A LOS PARTICIPANTES en parejas.

AFIRMACIÓN ¿Preparados? ¿Listos? ¡ADELANTE!

MONITOREE el tiempo e informe a los grupos cuándo haga falta cambiar de actor. Cuando todos hayan tenido la oportunidad de representar sus responsabilidades, reúna de nuevo al grupo.

ACTIVIDAD 6B →



1-800-RUNAWAY



1800RUNAWAY.org



Puede ser útil contar con un animador o asistente adicional que ayude a supervisar los grupos y a responder a cualquier pregunta.

AFIRMACIÓN Felicitaciones por su gran rendimiento. Ahora vamos a discutir algunas cuestiones sobre las actividades.

- ¿Cuáles son algunas de las responsabilidades de tu pareja?
- ¿Qué responsabilidades tienen en común usted y su pareja?
¿Qué responsabilidades son diferentes?
- ¿Cuáles fueron tus reacciones al conocer las responsabilidades de tu pareja?

En esta actividad, has tenido la oportunidad de reconocer las cosas de las que eres responsable en una semana normal. Este juego enfatizaba cuánto contribuyes a tu “familia” y a tu “hogar” También has aprendido sobre las responsabilidades de los demás y cómo sus responsabilidades pueden ser similares o diferentes a las tuyas.

PREGUNTA ¿Por qué es importante tener responsabilidades dentro de la familia?
¿Qué pasaría si nadie tuviera responsabilidades?

DEBATE sobre las respuestas.

DISTRIBUYA Premios a los participantes

PREGUNTE ¿Tiene alguna pregunta o comentario?

DISCUTA las respuestas.

FUNCIONES Y RESPONSABILIDADES

Instrucciones: Enumere al menos cinco de las responsabilidades que desempeñas en una semana típica. Asegúrate de que nadie más vea tu lista.

1

2

3

4

5

ACTIVIDAD 6C

T.A.L.K. DE FAMILIA



10 minutos

AFIRMACIÓN Hablar con un miembro de la familia sobre un tema importante puede ser difícil. Si estás preparado y sabes cómo comunicarte de manera efectiva, podrás transmitir tu mensaje con claridad y éxito.

Una discusión abierta y honesta puede corregir muchos malentendidos entre los miembros de la familia.

ENTREGAR Folletos “Family ... T.A.L.K.”

LEA el folleto:

TIEMPO

Elige un momento apropiado para hablar con tu familia. Si el miembro de la familia con el que necesitas hablar tiene un estilo de vida ocupado, entonces podría ser más fácil para ti fijar una hora de reunión con anticipación. De esta manera, puedes garantizar que la atención se centre en el problema.

COMUNICACIÓN ASERTIVA

Dile claramente a tu familiar cómo te sientes y qué quieres o necesitas, al ser honesto y directo. Piensa detenidamente en tu relación y presta atención a la respuesta de tu familiar. Dependiendo del miembro específico de la familia, es posible que tengas que abordar los problemas de manera diferente. Recuerda utilizar declaraciones en primera persona, respira profundamente, mantén un tono razonable y escucha activamente a tu familiar.

PREGUNTE ¿Alguien sabe qué es una declaración en primera persona?

PERMITA recibir respuestas. Si nadie proporciona la definición correcta, utilice la que figura a continuación.

DECLARACIÓN La declaración en primera persona es una forma de expresar tus sentimientos y reacciones ante el comportamiento de alguien sin culpar a la persona. Cuando una persona utiliza un enunciado con “yo”, primero describe cómo se siente, “adueñándose” así de su sentimiento o reacción.

PREGUNTE ¿Cómo podría sentirse o reaccionar otra persona si estuvieras enfadado con ella y le señalaras primero lo que ha hecho mal?

PERMITA que den sus respuestas. Ejemplos: enfadarse o ponerse a la defensiva.

ESCRIBA la siguiente fórmula en papel de póster o en una pizarra de tiza o borrado en seco.

ACTIVIDAD 6C →



1-800-RUNAWAY



1800RUNAWAY.org

AFIRMACIÓN La fórmula de una declaración en primera persona es la siguiente:

“Me siento _____ (rellena una emoción) cuando tú _____ (comportamiento). Lo que necesito es _____ (acción que te gustaría que la otra persona realizara o cambiara)”.

PREGUNTE ¿Quién puede darme un ejemplo de una afirmación en primera persona?

PERMITA que den sus respuestas.

AFIRMACIÓN Una declaración en primera persona todavía podría resultar difícil de escuchar para alguien. A veces ayuda respirar profundamente, hablar lo más calmadamente posible y enfatizar cómo te sientes y qué te gustaría que cambiara, en lugar de poner énfasis en lo que la otra persona está haciendo “mal”.

PREGUNTE: ¿Alguien tiene alguna pregunta?

PERMITA que den sus respuestas.

CONTINUAR leyendo el folleto “Familia ... T.A.L.K.”

AFIRMACIÓN LUGAR

Elige un lugar tranquilo donde tú y tu familiar puedan evitar interrupciones o ser escuchados por otros.

SABER QUÉ DECIR

Antes de hablar con su familiar, piensa en lo que quieres decir y pon en orden tus propios sentimientos sobre el tema. Quizás descubras que hacer una lista o escribir una carta con tus pensamientos y sentimientos puede ayudarte a concentrarte.

Ahora pongamos en práctica lo que hemos aprendido.

SELECCIONA un escenario de la siguiente lista.

LEE en voz alta el escenario que seleccionó.

ESCENARIO 1:

Imagina que tú y un familiar tienen una discusión sobre tus responsabilidades en casa.

Tienes 16 años y sientes que no tienes vida social porque tu madre te carga con todas las responsabilidades del hogar. Cuando llegas a casa después de un largo día de colegio, ella se va a trabajar, así que tienes que cuidar de tus tres hermanos pequeños, limpiar lo que ensucian, ayudarles con los deberes y luego prepararles la cena. También eres responsable de acostarlos. Después, tendrás que hacer tus propios deberes. La última vez que tú y tu madre intentaron hablar de esto, se armó una discusión tremenda. Realmente te gustaría tener más tiempo para ti.

ESCENARIO 2:

Tienes 15 años y acabas de entrar en el equipo universitario de fútbol. Te gusta pasar tiempo con los demás jugadores, pero a tus padres no les hace mucha gracia que te juntes con miembros del equipo de 17 y 18 años. Y, para ser sincero, beben alcohol y dan grandes fiestas, pero sientes que puedes seguir siendo amigo de ellos y no hacer esas cosas. Sientes que tus padres no confían en ti, lo cual es ridículo porque nunca has hecho nada para perder su confianza. La última vez que hablaron de esto, tu padre enloqueció.

ESCENARIO 3:

Tienes 15 años y sales con alguien desde hace un par de meses. Estás locamente enamorado de esa persona. A veces se pone muy posesivo y no te deja ver a tus amigos. Una vez incluso te pegó cuando vio un mensaje de texto en tu teléfono de alguien que no conocía. Tu madre se ha dado cuenta del moratón y de que cada vez sales menos con tus amigos, y te ha estado haciendo todo tipo de preguntas sobre tu pareja. No estás seguro de cómo reaccionará cuando le cuentes sobre esta persona, especialmente porque estás empezando a sentir miedo de él. Puede que se enfade mucho porque te ha pegado, pero también puede que te apoye mucho. No tienes ni idea de cómo sacar el tema sin que se enfade.

PREGUNTE: ¿Alguien necesita que repita el escenario?

REPITA tantas veces como sea necesario, recordándoles que se pongan en la situación.

PREGUNTE ¿Qué dirías?

¿Cuándo lo dirías?

¿Dónde lo dirías?

RECUERDE a los participantes que utilicen la hoja de trabajo “Familia... T.A.L.K.” para ayudarles a contestar a las preguntas.

ESCRIBA las respuestas en una cartulina o en una pizarra.

AFIRMACIÓN Espero que se sientan mejor preparados para practicar una comunicación eficaz con sus familiares.

Recuerden que cuando necesiten ayuda para comunicarse con sus familiares, pueden llamar al 1-800-RUNAWAY para hablar con alguien de National Runaway Safeline. Un miembro del equipo de NRS puede incluso ayudar a mediar en una conversación entre tú y tus padres o tutores.

PREGUNTE ¿Tiene alguna pregunta o comentario?

DISCUTA las respuestas.

FAMILIA...

T

TIEMPO

Elige un momento apropiado para hablar con tu familia. Si el familiar con el que necesitas hablar tiene un estilo de vida ajetreado, puede que te resulte más fácil fijar una hora de reunión con antelación. De este modo, la atención de cada persona puede centrarse en el asunto.

A

COMUNICACIÓN ASERTIVA

Dile claramente a tu familiar cómo te sientes y qué quieres o necesitas, al ser honesto y directo. Piensa detenidamente en tu relación y presta atención a la respuesta de tu familiar. Dependiendo del miembro específico de la familia, es posible que tengas que abordar los problemas de manera diferente. Recuerda utilizar declaraciones en primera persona, respira profundamente, mantén un tono razonable y escucha activamente a tu familiar.

L

LUGAR

Elige un lugar tranquilo donde tú y tu familiar puedan evitar interrupciones o ser escuchados por otros.

K

SABER QUÉ DECIR

Antes de hablar con tu familiar, piensa en lo que quieres decir y pon en orden tus propios sentimientos sobre el tema. Quizás descubras que hacer una lista o escribir una carta con tus pensamientos y sentimientos puede ayudarte a concentrarte.

ACTIVIDAD 6D

CONSEJOS DE COMUNICACIÓN FAMILIAR



10 minutos

PRESENTE Consejos de comunicación familiar

ENTREGUE Folletos “Consejos de comunicación familiar”

AFIRMACIÓN Leamos juntos los consejos. Puedes hacer preguntas sobre cada uno de ellos mientras repasamos la lista.

PIDA a cada participante que lea un consejo. Su lista incluye comentarios para indicar sobre cada consejo.

1. Reserva tiempo para hablar.
 - Recuerda lo que significa la “T” de “T.A.L.K.” (TIEMPO).
2. No esperes que tu familia le lea la mente.
 - ¿Por qué es importante?
3. Sé específico y realista con tus expectativas y peticiones.
 - Este es un buen lugar para utilizar una frase en primera persona.
4. ¡Ten paciencia! Una buena comunicación requiere tiempo y esfuerzo.
 - Ten en cuenta la “K” de “T.A.L.K.” y dedica tiempo a preparar lo que quieres comunicar.
5. Haz una lluvia de ideas antes de tomar una decisión final.
 - Considera todas tus opciones, incluidos los pros y los contras de cada una.
6. Solicita la opinión de los miembros de la familia.
 - Puede ser útil solicitar la ayuda de un miembro neutral de la familia.
7. Anota las cosas; haz una lista de los cambios que quieres ver.
 - Termina la afirmación “Lo que necesito es...” Fíjate en que esto forma parte de una declaración en primera persona.
8. Estar dispuesto a llegar a un compromiso.
 - Dame un ejemplo de un compromiso.
9. Hagan cosas divertidas juntos.
 - ¿Qué cosas divertidas hacen con tu “familia”?
10. Utiliza los recursos comunitarios cuando necesites ayuda.
 - ¿Cuáles son algunos de los recursos disponibles en esta comunidad?



Si perteneces a una comunidad Safe Place, quizá quieras mencionarla como recurso. Puedes acceder a información sobre Safe Place en <http://www.nationalsafeplace.org>.



PREGUNTA ¿Se te ocurren otros consejos que puede agregar?

DEBATE sobre las respuestas.

PREGUNTE ¿Tiene alguna pregunta o comentario?

DEBATE sobre las respuestas.

CONSEJOS DE COMUNICACIÓN FAMILIAR

1

Reserva tiempo para hablar.

2

No esperes que tu familia
te lea la mente.

3

Sé específico y realista con tus
expectativas y peticiones.

4

¡Ten paciencia! Una buena
comunicación requiere tiempo y
esfuerzo.

5

Haz una lluvia de ideas antes de
tomar una decisión final.

6

Solicita la opinión de los miembros
de la familia.

7

Anota las cosas; haz una lista de los
cambios que quieres ver.

8

Debes estar dispuesto a llegar a un
compromiso.

9

Hagan cosas divertidas juntos.

10

Utiliza los recursos de la comunidad
cuando necesites ayuda.

ACTIVIDAD 6

RESUMEN

- AFIRMACIÓN**
- “Familia” puede ser gente emparentada contigo, las personas con las que vives o los amigos que tú elijas.
 - Las familias pueden ser una fuente de apoyo o de estrés. No hay dos iguales.
 - Cada persona tiene un papel dentro de la familia. Hay diferentes responsabilidades que van de la mano de determinados roles familiares.
 - Todo el mundo necesita tener un papel para sentirse parte de la familia.
 - Hablar con un familiar sobre un tema importante puede resultar difícil.
 - Las afirmaciones en primera persona son importantes cuando se trata de comunicar un tema difícil.
 - El acrónimo “T.A.L.K.” es un recordatorio para:
 - **T** tiempo de conversación para que se produzca cuando estés preparado.
 - **A**sertiva, comunicar de forma asertiva, exponiendo tus necesidades y reconociendo las de los demás.
 - **L**ugar de la charla en un sitio donde pueda hablar libremente.
 - **K**onocer de antemano lo que quieres decir.
 - Existen muchos consejos de comunicación que te ayudarán a hablar con tus familiares.

PREGUNTA ¿Qué consejo de comunicación te ayudaría más?

DEBATE sobre las respuestas.

FOLLETOS Y HOJAS DE TRABAJO

- A. Asuntos familiares
- B. Funciones y responsabilidades
- C. Folleto “Familia... T.A.L.K.”
- D. Consejos de comunicación familiar

REFERENCIAS

- Harper, G. W., Bangi, A. K., Sanchez, B., Doll, M. y Pedraza, A. (2006). Improving the sexual health of Latina adolescents: A participatory empowerment approach. In J. Denner y B. Guzman (Eds.), *Latina adolescent girls: Strengths and strategies*. Nueva York: NYU Press.
- Levy, Jeff, LCSW, CTRS. Household drawing technique. *Creative and expressive strategies with youth at risk and their families*. Taller adaptado de Ken Jacobson, LCSW, Jewish Children's Bureau. Live Oak: Chicago.
- National Runaway Switchboard. (2001). *Runaway prevention curriculum for classroom and community educators*. Chicago, IL: NRS. [Programa de prevención de fugas para el salón de clases y la comunidad de educadores. Chicago, IL: NRS].

RECURSOS

- El sitio web del Consorcio de Infancia, Juventud y Familia es un puente hacia una amplia gama de información y recursos sobre la infancia y la familia. Conecta la investigación, la enseñanza, la política y la práctica comunitaria (<https://extension.umn.edu/working-youth/children-youth-and-family-consortium>).
- El sitio web Child Welfare Information Gateway (como servicio de la Oficina de la Infancia, Administración para Niños y Familias, Departamento de Salud y Servicios Humanos de EE.UU.) conecta a los profesionales del bienestar infantil y afines con información y recursos completos para proteger y fortalecer a las familias (<http://www.childwelfare.gov/>).
- The National Clearinghouse on Homeless Youth & Families (NCHFY) es un servicio gratuito de información para comunidades, organizaciones y particulares interesados en desarrollar estrategias nuevas y eficaces de apoyo a los jóvenes y sus familias (<https://rhyclclearinghouse.acf.hhs.gov>).
- El Centro Nacional de Recursos sobre Violencia Doméstica ofrece información y recursos a quienes deseen informarse y ayudar a otros en los temas relacionados con la violencia doméstica (<http://www.nrcdv.org/>).
- El National Runaway Safeline (NRS) trabaja para mantener a salvo y fuera de las calles a los jóvenes fugados, sin hogar y en situación de riesgo de Estados Unidos. El NRS gestiona la línea directa 1-800-RUNAWAY y 1800RUNAWAY.org servicios en línea, incluidos chat en directo, correo electrónico y foro. El NRS ofrece a jóvenes y familias en crisis apoyo y acceso a recursos 24 horas al día, los 365 días del año (<https://www.1800RUNAWAY.org>).
- Safe Place proporciona acceso a ayuda inmediata y recursos de apoyo a todos los jóvenes en crisis a través de una red de centros sostenidos por organismos cualificados, voluntarios formados y empresas (<http://nationalsafeplace.org>).