

Programa familiar para la promoción de la salud  
y prevención de conductas de riesgo en adolescentes  
Una intervención para padres y adolescentes de 10 a 14 años



**saqilaj b'e**

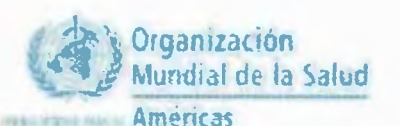
Por los derechos de las adolescentes indígenas



# Manual

## “Familias fuertes comunitario”

Guía y materiales  
necesarios para  
el facilitador



REPRESENTACIÓN OPDMS GUATEMALA

Fecha: 16/11/15

Representante

CAT/REP/CDD/03

RECIBIDO

13/11/15

→ E. Rousselini  
CDD  
14784

3 Ejemplares



Programa familiar para la promoción de la salud  
y prevención de conductas de riesgo en adolescentes  
Una intervención para padres y adolescentes de 10 a 14 años

# Manual

## “Familias fuertes comunitario”

Guía y materiales  
necesarios para  
el facilitador



Organización Panamericana de la Salud/Organización Mundial de la Salud, OPS/OMS Representación Guatemala - Catalogación en la fuente  
Manual Familias fuertes comunitario: guía y materiales necesarios para el facilitador

- 1.- Adolescente
- 2.- Adolescente – aspectos sociales
- 3.- Aspiraciones - psicología
- 4.- Relaciones familiares
- 5.- Estrategia de salud familiar
- 6- Adolescente – aspectos psicológicos
- 7.- Delincuencia juvenil – prevención y control
- 8.- Psicología del adolescente – métodos
- 9.- Psicología – aspectos afectivos

Guatemala, 2015

ISBN: 978-9929-598-19-5

© Organización Panamericana de la Salud, OPS/OMS Representación Guatemala

En colaboración con:

Programa Conjunto PCSaqilajB'e

ChildFund Guatemala

---

La adaptación del manual de “Familias fuertes comunitario” se desarrolló gracias al apoyo de la Organización Panamericana de la Salud (OPS/OMS), en el marco del Programa Conjunto PCSaqilajB'e bajo la ejecución de ChildFund Guatemala.

La Organización Panamericana de la Salud/Organización Mundial de la Salud se reserva todos los derechos. El contenido de esta publicación puede reproducirse parcial o totalmente sin previa autorización, siempre y cuando se mencione la fuente y no se use para fines comerciales.

# Índice

Presentación	05
Antecedentes	07
Lineamientos del programa familias fuertes	09
Marco conceptual	11
Glosario	13
Estructura del contenido	15
Sesiones Con las y los adolescentes	17
Contenido metodológico	19
Sesión 1	21
Sesión 2	25
Sesión 3	29
Sesión 4	33
Sesión 5	37
Sesión 6	41
Sesión 7	45
Sesiones Con los padres	49
Contenido metodológico	51
Sesión 1	53
Sesión 2	57
Sesión 3	61
Sesión 4	65
Sesión 5	69
Sesión 6	73
Sesión 7	77
Sesiones Con familias	81
Contenido metodológico	83
Sesión 1	85
Sesión 2	89
Sesión 3	93
Sesión 4	97
Sesión 5	101
Sesión 6	105
Sesión 7	109
Seguimiento, monitoreo y evaluación	113
Anexos: Consentimiento informado	114



## Presentación

En el marco del Programa Conjunto "Saquilaj B'e", ChildFund Guatemala, ejecutó el programa de "Familias fuertes", que va dirigido a desarrollar una dinámica familiar basada en el diálogo y a fortalecer las habilidades de comunicación y diálogo entre padres e hijas/os adolescentes.

El manual de "Familias fuertes" adaptado por la Organización Panamericana de la Salud (OPS/OMS) al español está dirigido a población urbana, mientras que la presente está dirigida a población rural, en donde por otros factores la escolaridad es baja y las condiciones del medio son limitadas, por ejemplo se carece de servicios básicos como: energía eléctrica, agua y otros servicios. Este material mantiene la esencia del método y contenido original, incorporando actividades lúdicas y participativas, como: dramatizaciones y otras dinámicas de expresión para la interpretación del contenido y alcance de objetivo.

En este manual encontrará 21 guías metodológicas para el desarrollo de los temas dirigidos a padres, adolescentes y familias, correspondientes a siete sesiones con cada grupo. En las siguientes páginas usted podrá conocer el contenido y la metodología a seguir para implementar "Familias fuertes comunitario", los temas, las actividades, el tiempo, los materiales a utilizar y el procedimiento metodológico de las sesiones, los objetivos y ejes temáticos de cada una de las sesiones de padres, adolescente y familias.

Al final del mismo, el facilitador de esta guía encontrará material que puede contextualizar para el desarrollo de los talleres o sesiones, así como para el monitoreo.

Este manual constituye una herramienta que permitirá a padres, madres, hijos e hijas, construir relaciones más armoniosas, basadas en el respeto mutuo, la comunicación y especialmente con amor y límites. Al final el objetivo es que las y los adolescentes aprendan y puedan romper con patrones generacionales, que generan violencia o pobreza como por ejemplo: la formación de una familia o embarazo a temprana edad.





## Antecedentes

La OPS/OMS tomando en cuenta el éxito del programa familias fuertes "IOWA Strengthening Families Programa" durante su desarrollo en los Estados Unidos, modelo original dirigido por la Universidad estatal de IOWA, realizó una adaptación a la realidad social y cultural latinoamericana.

"Familias fuertes" es un programa familiar dirigido a prevenir conductas de riesgo en jóvenes, en particular aquellas relacionadas con el consumo de tabaco, alcohol, drogas y prácticas sexuales no seguras.

Estudios longitudinales demuestran que los jóvenes adolescentes tienen menos problemas cuando sus padres exhiben dos cualidades básicas: disciplina consistente y apoyo, por lo que la base del programa lo constituyen los conceptos de amor y límites, que sustentan hogares donde los principios son claros y han sido aceptados por todos sus miembros.

Inspirado en la experiencia de trabajo a nivel comunitario y reconociendo el esfuerzo de la OPS/OMS en impulsar el programa "Familias Fuertes", ChildFund Guatemala trabajó en la adaptación de una versión comunitaria acorde a las realidades de Guatemala. Esta adaptación se debió a que el programa original usa como herramienta videos, los cuales en el área rural se dificulta entre otras por carencia de equipo y energía eléctrica. Las actividades, de cada una de las sesiones, establecidas en esta guía fueron probadas por espacio de tres años en comunidades maya hablantes, donde las facilitadoras del proceso también fueron maya hablantes.

Si usted conoce la guía de Familias fuertes original, podrá notar que la esencia de los contenidos es la misma, pero para el alcance de ellos con población maya hablante las actividades de video se han sustituido por actividades lúdicas como dramatizaciones o teatro.

Por último se considera que el programa "Familias fuertes" puede ser implementado por líderes y lideresas locales, personal de salud, personal municipal o quienes respondan al perfil definido y que muestren un alto compromiso por el trabajo con las familias, la población adolescente y la comunidad, previo a la socialización de la metodología y la guía.



## Lineamientos del programa familias fuertes

- El programa está diseñado para familias con hijos/as adolescentes entre 10 y 14 años.
- El programa cuenta con siete sesiones.
- La intervención de las sesiones con padres y adolescentes se realizan por separado en una misma hora y la sesión familiar se realiza juntos la segunda hora. Las siete sesiones a impartir tienen una duración de dos horas cada una.
- Lo recomendable es que cada adolescente asista con sus dos padres o un familiar que esté a cargo de su cuidado. Incentive esta práctica.
- Debe asegurarse que el espacio sea el adecuado, que cuente con dos ambientes amplios sin distracciones con sillas y algunas mesas, puede ser una escuela, una iglesia o local comunal. Solicite con anterioridad el local.
- Deben organizarse para la sesión con padres y adolescentes, ambas son simultáneas.
- El facilitador en todo el proceso es un orientador, los padres, adolescentes y familia los actores principales.
- Organizar un grupo de no más de 12 familias que tengan a un adolescente entre las edades de 10 a 14 años
- Registrar a los participantes y promover su continua participación durante las siete sesiones
- No permitir el ingreso de más familias cuando ya se ha avanzado con dos o tres sesiones, no comprenderían el resto de sesiones
- No invitar ni aceptar desde un principio niños entre 6 a 9 años. Estos pueden participar en otros programas disponibles
- Preparar el material a utilizar en cada sesión con antelación
- Utilizar correctamente el tiempo de cada sesión
- Iniciar puntual a la hora fijada y respetar la calendarización propuesta en conjunto con la comunidad
- Si se ofrece un refrigerio, servirlo al final de la sesión
- Analizar y aprenderse cada actividad y procedimientos de las guías metodológicas
- Utilizar el maletín didáctico si lo tiene o bien realizar rótulos grandes de los temas a tratar y hacer los ejemplos que indica las guías en sus materiales.
- Utilizar el glosario adjunto, si hay una palabra que no comprende y quiere explicarla a los participantes.
- Administrar bien el material didáctico y los recursos propios o de la comunidad



## Marco conceptual

### Definiciones de Padres:

Padres son "aquellas personas que proveen cuidados significativos a sus hijos durante un periodo prolongado de la vida, sin percibir un salario como empleados," incluyendo a padres biológicos, padres adoptivos, custodios, abuelos, otros parientes o padrinos. Ser padres implica promover el desarrollo de habilidades complejas que incluyen las habilidades interpersonales para desarrollar adultos sanos.

La OMS/OPS define tres dimensiones claves del rol de ser padres: ABC

- 1) Abogar por los recursos necesarios (*Advocacy*)
- 2) Supervisar la conducta, monitorear, regular, establecer límites, respetar la individualidad y modelar a los hijos (*Behavior*)
- 3) Relación significativa de aceptación, calidez, apoyo y amor (*Connectedness*)

### Definiciones de Familia:

En el cambiante mundo actual es indispensable reconocer la existencia de múltiples formas de familias<sup>1</sup>: familias nucleares, extendidas, monoparentales (familias con un solo padre), con padres divorciados y familias donde los adolescentes son responsables de la economía familiar.

### Definiciones de Adolescencia:

La OMS/OPS define a los jóvenes como personas entre los 15-24 años, población joven como personas entre las edades de 10-24 años y a adolescentes como personas entre las edades de 10-19 años, las cuales se encuentran en un proceso de desarrollo continuo.

La adolescencia se divide en etapas <sup>1</sup> :	Mujer (años)	Varón (años)
Pre-adolescencia	9 a 12	10 a 13
Adolescencia temprana	12 a 14	13 a 15
Adolescencia intermedia	14 a 16	15 a 17
Adolescencia tardía	16 a 18	17 a 18

1. Más de la mitad de jóvenes de 15-29 años vive en familias nucleares, 33% en familias extendidas y 3-4% en familias compuestas. Entre el 4,3% y 33% viven en familias monoparentales con mujeres de jefas de familia, lo cual implica menores salarios, trabajos precarios, ausencia de seguridad social y acceso a salud. (Documento marco de referencia Situación Actual de la salud de adolescencia y juventud en Ibero América 2008).

2. Familias Fuertes: programa familiar para prevenir conductas de riesgo en adolescentes. Una intervención para padres y adolescentes entre 10 y 14 años. Washington, D.C.: OPS. © 2009. Versión adaptada para América Latina: Organización Panamericana de la Salud, Matilde Maddaleno, M.D., M.P.H., Asesora Regional en Salud del Adolescente.



## Glosario

- **Abordar:** acercarse a alguien para hacerle una pregunta, iniciar un diálogo o tratar algún asunto.
- **Adicción:** hábito de quien se deja dominar por el uso de alguna o algunas sustancias, como por ejemplo alcohol, tabaco y otras drogas, o bien por otras actividades como el apostar mucho a ciertos juegos.
- **Afición:** personas que asisten constantemente a determinadas diversiones o sienten vivo interés por ellos.
- **Afirmación:** acción y efecto de afirmar o afirmarse.
- **Afrontar:** hacer cara a un peligro, problema o situación comprometida.
- **Alerta:** situación de vigilancia o atención.
- **Análisis:** estudiar de diferentes formas un problema o situación para buscar su solución.
- **Anhelos:** deseo o sueño que se quiere hacer.
- **Característica:** distinguir a alguien o algo de otras personas o cosas.
- **Consecuencia:** hecho o cosecha que se sigue o resulta de otro.
- **Crueldad:** acción violenta que hace daño a personas.
- **Cualidad:** cada uno de los caracteres, naturales o adquiridos, que distinguen a las personas, manera de ser de alguien o algo.
- **Cumplido:** atenciones o muestras de amabilidad para con todos.
- **Desilusión:** perder las ilusiones.
- **Determinar:** acordar los términos de algo.
- **Elogiar:** expresiones que celebran a alguien por algo bien hecho.
- **Énfasis:** referirse algo que es importante de saber o mostrar.
- **Escena:** aquello que se representa en un escenario para dar a conocer una historia.
- **Estilos de crianza:** acción y efecto de criar, o educar a los hijos de una familia.
- **Estimular:** avivar una actividad. Dar ánimo y confianza para realizar una actividad.
- **Estrés:** tensión provocada por situaciones angustiosas que originan reacciones de dolor o enfermedades o problemas psicológicos a veces graves.
- **Estructura:** distribución y orden de las partes importantes del cuerpo o de otra cosa.
- **Extraer:** sacar y poner algo fuera de donde estaba.
- **Gratificante:** trabajo que proporciona satisfacción.
- **Halagar:** dar a alguien muestras de afecto o rendimiento con palabras o acciones que puedan serle agradables.
- **Impresionar:** sorpresa que cambia el ánimo de alguien, por una idea, sentimiento o noticia.
- **Incorporar:** agregar, unir algo a otra cosa para que haga un todo con ella.
- **Indicar:** mostrar o representar algo con señales.

- **Influencia:** persona con poder o autoridad con cuya intervención se puede obtener una ventaja, favor o beneficio.
- **Ingerir:** introducir por la boca la comida, bebida o medicamentos.
- **Incite:** provocar emociones de salir adelante y ganar o realizar algo con éxito.
- **Mímica:** gestos que se realizan para decir algo o demostrar algo.
- **Mimo:** actor, que se vale exclusiva o preferentemente de gestos y de movimientos corporales para actuar ante el público.
- **Normas de convivencia:** realizar actividades de mutuo acuerdo que ayudan a tener buena relación con otras personas.
- **Normas de disciplina:** instrucción de una persona, especialmente para corregir algo malo.
- **Posteriormente:** hacer algo después de lo que ya está hecho
- **Probabilidad:** algo que puede suceder.
- **Promover:** iniciar o impulsar una cosa o un proceso, procurando su logro.
- **Proyecto:** disposición que se forma para la realización de sueño, o para la realización de algo de importancia.
- **Quebrantar:** romper, separar, traspasar o no cumplir con la palabra dada u obligación que se tiene.
- **Rangos de edad:** cada uno de los períodos en que se considera dividida la vida humana
- **Reflexión:** pensamiento o consejo con que alguien intenta convencer a otra persona usando acciones de efecto.
- **Reglas:** aquello que ha de cumplirse por estar establecido por una un grupo de personas.
- **Riguroso:** duro de soportar, muy severo, cruel.
- **Sanción:** pena que una ley o un reglamento establece para sus desobedientes por una culpa o error y que es como su castigo.
- **Seguidamente:** algo que se hace en seguida.
- **Siluetta:** contorno dibujado que muestra un cuerpo o cosa.
- **Síntoma:** señal que sospecha de algo que está sucediendo o va a suceder, puede relacionarse con enfermedades del cuerpo.
- **Sobreproteger:** cuidar y dar demasiadas atenciones a alguien con exageración.
- **Socio drama:** suceso de la vida real, capaz de interesar y conmover vivamente y que es demostrado en un grupo de personas.
- **Sustancias:** jugo que se extrae de ciertas materias alimenticias, o sopa que con ellas se hace.
- **Visualizar:** representar mediante imágenes ópticas fenómenos de otro.



## Estructura del contenido







# Sesiones Con las y los adolescentes

“Somos el presente, somos el futuro, de nosotros depende”



# Contenido metodológico

## Sesiones

- » 1 Tener anhelos y sueños
- » 2 Apreciar a los padres
- » 3 Hacer frente al estrés
- » 4 Obedecer las normas de disciplina en casa
- » 5 Decir no a los mandatos dañinos de los compañeros
- » 6 La influencia del grupo y los buenos amigos
- » 7 Ayudar a otros





# Sesión 1

## Con las y los adolescentes

**Tema: Tener anhelos y sueños**

**Participantes:**  
Adolescentes

**Objetivos:**

Ayudar a las y los adolescentes a:

1. Conocerse y compartir unos con otros.
2. Establecer y respetar límites.
3. Pensar en sus sueños y anhelos para el futuro y visualizarlos.
4. Expresen y manifiesten sus sueños y anhelos a sus padres.

**Ejes temáticos:**

1. Romper el hielo y conocerse unos a otros.
2. Información del programa.
3. Los sueños y sus pasos para alcanzarlos.
4. Hacer y mostrar caminos hacia el éxito.
5. Cierre.

## Guía metodológica para la facilitación del taller

Tema	Actividad/técnica	Procedimiento	Tiempo	Materiales necesarios
Introducción	Presentación y objetivos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Preséntese, cómo le gusta que le llamen</li> <li>• Explique que solo facilitará</li> <li>• Solicite la participación</li> </ul>	5 minutos	
1. Romper el hielo y conocerse unos a otros	Adivina adivinador.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pida al grupo que diga su nombre y edad de uno en uno, luego separe al grupo en dos usando la técnica de asignarse los números uno, dos.</li> <li>• Pida a los dos grupos que se sienten en el piso frente a frente, dejando un espacio en el medio. Solicite el apoyo de dos adolescentes para que sujeten una manta lo más alto posible de un extremo a otro en el medio de los dos grupos. Cada grupo elige a un o una adolescente para que sea el o la adivinador/a y estos deben sentarse cerca de la manta levantada y muy atentos para adivinar quien está frente a él al momento de caer la manta, él debe mencionar rápidamente el nombre de la persona que está ahí.</li> <li>• El facilitador dará la instrucción del momento en que la manta se deje caer para que se puedan ver los adivinadores. Gana el que primero diga el nombre del otro.</li> <li>• Luego debe levantarse la manta nuevamente y se le pide a los grupos que en silencio cambien de adivinador. Se repite otra vez el procedimiento.</li> </ul>	10 minutos	-Tres mantas de tela, de 1.5m de alto por 1.5m de ancho.
2. Información del programa	Resumen del programa	<ul style="list-style-type: none"> <li>• El facilitador da al grupo la siguiente información:</li> <li>• Cada sesión de padres y adolescentes dura 1 hora y la de familia también total dos horas y son siete sesiones</li> <li>• La segunda hora es donde se reúnen como familia, ahí se desarrolla la sesión de familia. Sirve para practicar y divertirse en familia.</li> <li>• Recuerde: es importante que participen en todas las reuniones, si tienen que faltar a una sesión, recomiende que vuelva a la próxima.</li> </ul>	10 minutos	



Tema	Actividad/técnica	Procedimiento	Tiempo	Materiales necesarios
3. Los sueños y pasos para alcanzarlos	Sueños para el futuro	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Explique a las y los adolescentes que se hablará de sus sueños para el futuro.</li> <li>• Pídales que escriban en un papelito lo que les gustaría hacer, aprender o ser cuando sean adultos, indíqueles que no deben poner su nombre en el papel.</li> <li>• Recoja los papelitos en un recipiente y luego usted como facilitador extraiga un papelito y escriba ese sueño en un pliego de papel y pida a los integrantes del grupo que mencionen los pasos que se requieren para alcanzar ese sueño u objetivo, usando la técnica de lluvia de ideas.</li> <li>• Guarde el pliego de papel para usarlo en sesión familiar.</li> </ul>	10 minutos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pliegos de papel</li> <li>• Fichas pequeñas de papel</li> <li>• Lapiceros</li> <li>• Una caja que será su recipiente</li> </ul>
4. Hacer y mostrar caminos hacia el éxito	Caminos del éxito	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Explique al grupo que realizarán un camino al éxito en el que deberán mostrar sus sueños (mostrar el ejemplo).</li> <li>• Indíqueles que para realizarlo pueden usar figuras, dibujos o palabras; es importante que sean creativos y deben incluir las siguientes secciones: sobre su trabajo o estudio, aficiones o pasatiempos, los amigos y la familia, la salud y la capacidad física.</li> <li>• Dígales que no escriban su nombre en el camino, ya que serán los padres quienes adivinan el camino de su hijo.</li> <li>• Ofrezcales los materiales necesarios para la elaboración del camino y pídale que al terminar guarden lo que no se utilizó, recuérdelos el tiempo que tienen para terminar la actividad y que al finalizar lo colóquen en la pared para que sean vistos por los padres.</li> <li>• Prepárelos para que expongan su camino del éxito a sus padres en la sesión familiar.</li> </ul>	20 minutos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pliegos de papel</li> <li>• Marcadores</li> <li>• Crayones pastel</li> <li>• Prensa</li> <li>• Tijeras</li> <li>• Goma</li> <li>• Masking tape</li> <li>• Cartel de ejemplo del camino al éxito</li> </ul>
5. Cierre	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Preparación para la sesión familiar</li> <li>• Conclusión</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Diga a los jóvenes que la sesión familiar está por comenzar y que sus padres tratarán de adivinar cuál es su camino del éxito y al descubrirlo, ustedes explicarán su camino a sus padres y así les darán a conocer sus sueños.</li> <li>• Muestre el cartel con el lema de los adolescentes y repítalo juntos dos veces.</li> </ul>	5 minutos	<p>Cartel con el lema adolescentes: "Somos el presente, somos el futuro, de nosotros depende"</p>



## Sesión 2

# Con las y los adolescentes

**Tema: Apreciar a los padres.**

**Participantes:**

Adolescentes

**Objetivos:**

La y él adolescente:

1. Reconocerá sus propias desilusiones y dificultades.
2. Comprenderá que el estrés de los padres puede llevarlos a hacer o expresar sentimientos negativos y/o equivocados.
3. Apreciará las acciones que sus padres hacen por ellos.

**Ejes temáticos:**

1. Rompe-hielo (juego de cumplidos).
2. Ventajas y desventajas de ser hijos y de ser padres.
3. ¿Por qué? los padres sufren estrés
4. Dones de los padres.
5. Cumplidos para los padres.
6. Cierre.

## Guía metodológica para la facilitación del taller

Tema	Actividad/técnica	Procedimiento	Tiempo	Materiales necesarios
1. Rompe-hielo	Juego de cumplidos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• El facilitador da la bienvenida a los adolescentes y agradece su asistencia.</li> <li>• Pide a los participantes que se ayuden entre ellos a colocarse una hoja de papel con masking tape en la espalda y que cada uno tome un lapicero.</li> <li>• A continuación tienen tiempo para escribir algo que les guste de ellos en las hojas que tienen en la espalda, pueden ser relacionados con su personalidad, vestuario o algo bonito, recuérdelos que ante todo debe existir respeto.</li> <li>• Al agotarse el tiempo pida a los adolescentes que formen un círculo sentados en el piso y que retiren las hojas. Ahora indíqueles que lean lo que sus compañeros les escribieron, todos deberán leer lo que se les anotó.</li> <li>• El facilitador reflexionará con ellos sobre lo importante que es saber lo que los demás piensan de nosotros y lo agradable que es decirle a los demás sus cualidades.</li> </ul>	15 minutos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hojas de papel bond tamaño media carta.</li> <li>• Masking tape.</li> <li>• Lapiceros</li> <li>• Marcadores</li> </ul>
2. Ventajas y desventajas de ser hijos y de ser padres.	Ser hijos y ser padres	<ul style="list-style-type: none"> <li>• El facilitador dividirá al grupo en dos, pida a los adolescentes que se enumeren con uno y dos luego que se unen todos los uno y todos los dos.</li> <li>• Pida a cada grupo que tomen pliegos de papel y marcadores y enumeren ventajas y desventajas de ser padres para el grupo uno.</li> <li>• Ventajas y desventajas de ser hijos adolescentes para el grupo dos.</li> <li>• Al término de un tiempo pida a los grupos que nombren a dos representantes para que expongan lo acordado en el grupo y que pregunten al resto si están de acuerdo o en desacuerdo con lo escrito en ventajas y desventajas, si desean pueden agregar o quitar lo enumerado. El mismo procedimiento con ambos grupos.</li> <li>• El facilitador reflexionará con los adolescentes acerca de lo escrito y pedirá que observen las actividades de los padres que algunas veces pueden ser difíciles en la vida.</li> </ul>	15 minutos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pliegos de papel</li> <li>• Marcadores</li> <li>• Masking tape</li> </ul>

Tema	Actividad/técnica	Procedimiento	Tiempo	Materiales necesarios
3. ¿Por qué los padres sufren estrés?	Conociendo las preocupaciones de papá y mamá	<ul style="list-style-type: none"> <li>• El facilitador les dirá a las/los adolescentes que trabajarán la siguiente actividad en los mismos grupos formados.</li> <li>• Pida a cada grupo que tome periódicos o revistas y materiales necesarios para crear un cartel con figuras o dibujos en donde se muestren las preocupaciones que tienen los papás y las mamás dentro de la casa, el trabajo o en la comunidad.</li> <li>• Asigne a un grupo una de las preocupaciones de mamá y al grupo dos las preocupaciones de papá.</li> <li>• Al finalizar pida que un representante de ambos grupos exponga el cartel trabajado por el grupo.</li> <li>• El facilitador reflexionará juntamente con los adolescentes sobre las preocupaciones de los padres, que les provoca hacer o decir cosas incorrectas.</li> </ul>	15 minutos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prensa</li> <li>• Tijeras</li> <li>• Marcadores</li> <li>• Goma</li> <li>• Masking tape</li> </ul>
4. Dones de los padres	¿Por qué quiero a papá y a mamá?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• El facilitador pedirá a las/los adolescentes que en una lluvia de ideas digan todas las acciones buenas que sus padres han hecho por ellos desde que eran bebés hasta ahora.</li> <li>• Pida a dos o tres voluntarios que compartan alguna experiencia que hayan tenido sobre alguna situación o acción que sus padres hayan hecho y que los hace sentirse orgullosos de ellos.</li> </ul>	10 minutos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pliegos de papel</li> <li>• Marcadores</li> <li>• Masking tape</li> </ul>

Tema	Actividad/técnica	Procedimiento	Tiempo	Materiales necesarios
5. Cumplidos para los padres	Carta para papá y mamá	<ul style="list-style-type: none"> <li>• El facilitador proporcionará una hoja de papel bond a cada adolescente, para que la partan a la mitad.</li> <li>• Ellos escribirán en una mitad un pensamiento o frase para mamá y en la otra un pensamiento o frase para papá.</li> <li>• El facilitador presentará el cartel donde están escritas las siguientes frases para que los adolescentes la copien en sus cartas y agreguen lo que desean decirle a sus padres.</li> <li>• Cartel: "Querido/a _____ una cosa que haces por mí que realmente agradezco es _____, me gusta mucho que tú _____".</li> <li>• Ofrezca ayuda a los adolescentes, por si la llegaran a necesitar y motívelos para que entreguen sus cartas en la sesión familiar (en privado).</li> </ul>	5 minutos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cartel de las frases para papá</li> <li>• Cartel de las frases para mamá</li> <li>• Hojas bond tamaño oficio</li> <li>• Lapiceros</li> <li>• Sobres oficio</li> </ul>
6. Cierre	Tarea para la casa	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pida a las y los adolescentes que anoten una experiencia en la que sus padres estuvieron molestos, luego traten de imaginar lo que causó ese sentimiento.</li> <li>• Muestre el cartel con el lema de los adolescentes y repítanlo juntos dos veces.</li> </ul>	2 minutos	<p>Cartel con el lema adolescentes</p> <p>"Somos el presente, somos el futuro, de nosotros depende"</p>

# Sesión 3

## Con las y los adolescentes

**Tema: Hacer frente al estrés**

**Participantes:**

Adolescentes

**Objetivos:**

Ayudar a las y los adolescentes a:

1. Identificar las situaciones que pueden causar estrés
2. Identificar los síntomas del estrés
3. Aprender maneras sanas de combatir el estrés.

**Ejes temáticos:**

1. Bienvenida y repaso de las experiencias de la casa.
2. Juego vivencial.
3. Comprender el estrés.
4. Hacer frente al estrés.
5. Cierre.

## Guía metodológica para la facilitación del taller

Tema	Actividad/técnica	Procedimiento	Tiempo	Materiales necesarios
1. Bienvenida y repaso de las prácticas en la casa.	Resultados de la tarea en casa.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• El facilitador da la bienvenida a las/los adolescentes.</li> <li>• Solicita a las/los adolescentes que si desean exponer su experiencia en casa.</li> <li>• Al existir un/a voluntaria anota en un pliego de papel las experiencias vividas en casa</li> <li>• Algunas preguntas generadoras son:               <ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿En algún momento notaron que sus padres estaban enojados?</li> <li>• ¿Qué pensaron ustedes que podría haber sido la causa del estrés que sus padres tenían y qué fue lo que hicieron?</li> </ul> </li> </ul>	5 minutos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pliego de papel manila.</li> <li>• Marcadores</li> <li>• Masking tape</li> </ul>
2. Juego vivencial	Saboreando la galleta	<ul style="list-style-type: none"> <li>• El facilitador pedirá la participación de todos las y los adolescentes, indicando que deben formar parejas, de cada pareja uno se comerá una galleta.</li> <li>• Instrucciones:               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Se informa que uno de los integrantes de cada pareja se sienta en fila y levanta el rostro viendo al techo a quién se le proporciona una galleta para que se la coloque en la frente.</li> <li>• No se permite usar las manos. A la cuenta de tres debe hacer gestos y mover los músculos de la cara para hacer que la galleta se vaya deslizando hasta llegar a la boca y comérsela.</li> <li>• El compañero de pareja deberá darle ánimo o ayudarlo con movimientos y palabras para ser el primeros que se come la galleta. Si la galleta se cae deberá solicitar una nueva y empezar.</li> <li>• Gana la pareja que más rápido logre el objetivo.</li> <li>• Para finalizar la actividad el facilitador debe realizar una lluvia de ideas sobre el sentimiento y actitudes que experimentaron los participantes.</li> </ul> </li> <li>• Utilice las preguntas guía</li> <li>• Reflexione y explique sobre el posible estrés que se generó durante esta actividad.</li> </ul>	15 minutos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Galletas de forma redonda</li> <li>• Pliegos de papel manila</li> <li>• Marcadores</li> <li>• Masking tape</li> <li>• Cartel con las siguientes preguntas:               <ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Cómo se sintió?</li> <li>• ¿Porque cree que se sintió así?</li> <li>• ¿Qué le genera sentirse así en la vida real?</li> <li>• ¿Qué sugiere para no sentirse así?</li> </ul> </li> </ul>



Tema	Actividad/técnica	Procedimiento	Tiempo	Materiales necesarios
3. Comprender el estrés	Situaciones que pueden causar estrés	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Comunique al grupo que se hablará de situaciones que pueden causar estrés.</li> <li>• Pida a tres voluntarios que se recueste en los pliegos de papel unidos con masking tape y otro debe dibujar el contorno de su compañero, de manera que se visualice una silueta, a la que le asignarán un nombre ficticio.</li> <li>• Divida al grupo en tres y reparta cinco hojas adhesivas (post it) a cada grupo.</li> <li>• Pida que escriban varias situaciones que podrían causar estrés en un adolescente, en tres ámbitos de la vida: situaciones en casa, situaciones en la escuela, situaciones con amigos.</li> <li>• Pida a cada participante que pegue sus papelitos alrededor de la silueta y lea a todo el grupo las situaciones que anotaron.</li> <li>• Diga a los adolescentes que por lo menos hay cuatro maneras de determinar si están sufriendo estrés.</li> <li>• Escriba estos signos de estrés en pliegos de papel diferentes:</li> </ul>	10 minutos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pliegos de papel manila</li> <li>• Marcador</li> <li>• Post it</li> <li>• Cartel de posibles causas de estrés.</li> <li>• Cartel con los cuatro síntomas de estrés</li> <li>• Cuatro pliegos de papel, en cada uno escrito con un síntoma</li> <li>• Prensa</li> <li>• Tijeras</li> <li>• Gomas</li> <li>• Marcadores</li> </ul>
	Cómo saber que estás sintiendo estrés	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Síntomas en el cuerpo: dolor de cabeza, de estómago, palmas sudorosas.</li> <li>• Sentimientos o emociones: ira, temor, nervios, tristeza.</li> <li>• Formas de comportarse: decir alguna maldad, perder la paciencia con alguien.</li> <li>• Relaciones con los demás: querer estar solo, pensar que a nadie le cae bien.</li> <li>• Trabajo práctico. El grupo se divide en cuatro. Cada grupo buscara en la prensa imágenes que reflejen signos de estrés, deberán identificarlos de que tipo son.</li> </ul>	10 minutos	

Tema	Actividad/técnica	Procedimiento	Tiempo	Materiales necesarios
4. Hacer frente al estrés	<p>Encontrar formas sanas de afrontar el estrés</p> <p>Juego de seguir al líder</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• El facilitador expone que hay formas sanas de afrontar el estrés, por medio de la actividad física, deporte o juego.</li> <li>• Pida al grupo utilizando la técnica de lluvia de ideas, que expongan que actividad física, expresiones artísticas, deporte o juegos.</li> <li>• Realice un vitalizador. El director de orquesta.</li> <li>• Formen un círculo.</li> <li>• Solicite un voluntario para que sea el adivinador, deberá salir por un momento del salón,</li> <li>• De las instrucciones del juego al resto del grupo: un representante del círculo dirigirá con movimientos o sonidos al resto y debe cambiar constantemente cuando el adivinador esté en el centro del círculo</li> <li>• El objetivo es que el adivinador identifique quien dirige a los demás</li> <li>• El juego puede repetirse dos o tres veces con adivinadores diferentes.</li> </ul>	<p>10 minutos</p> <p>10 minutos</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pliegos de papel manila</li> <li>• Marcadores</li> <li>• Masking tape</li> </ul>
5. Cierre	Tarea para la casa	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pida a las/los adolescentes que tomen nota de ocasiones en las que se preocuparon por algo que sucedió en casa o en la escuela y que anoten la forma en que se sintieron y cómo controlaron su estrés.</li> <li>• Muestre el cartel con el lema de las y los adolescentes y repítanlo juntos dos veces.</li> </ul>	2 minutos	<p>Cartel con el lema adolescentes</p> <p>"Somos el presente, somos el futuro, de nosotros depende"</p>

## Sesión 4

# Con las y los adolescentes

**Tema: Obedecer las normas de disciplina en casa**

**Participantes:**  
Adolescentes

**Objetivos:**

Ayudar a las y los adolescentes a aprender, que:

1. Todas y todos tienen normas y responsabilidades que cumplir.
2. Las cosas son mejores para ellos cuando siguen las normas.
3. Buenos comportamientos ayudan a establecer una vida social y a mejorar la relación con los demás.

**Ejes temáticos**

1. Bienvenida y repaso de las prácticas en la casa.
2. Juego vivencial.
3. ¿Cuáles son las responsabilidades de las y los adolescentes?
4. ¿Qué normas de convivencia hay en casa y por qué hay que obedecerlas?
5. Cierre.

### Guía metodológica para la facilitación del taller

Tema	Actividad/ técnica	Procedimiento	Tiempo	Materiales necesarios
1. Bienvenida y repaso de las prácticas en la casa	Resultados de la tarea en casa	<ul style="list-style-type: none"> <li>El facilitador da la bienvenida a las/los adolescentes y preguntará a los participantes sobre la tarea realizada en casa y compartirán sus experiencias.</li> </ul>	5 minutos	
2. Juego vivencial	"El paquete delicado"	<ul style="list-style-type: none"> <li>Formar grupos de siete u ocho participantes, entregar ocho yardas de lazo plástico a cada grupo.</li> <li>Instrucciones:</li> <li>Cada grupo deberá construir utilizando únicamente las yardas de lazo entregadas, una forma que les permita transportar de la salida a la meta a la persona más grande del grupo.</li> <li>La persona a ser transportada deberá ir completamente acostada, no podrá ser tocada por nadie del grupo, ni podrá ir colgando.</li> <li>Al llegar a la meta deberán arreglar el lazo en la misma forma en que les fue entregado para devolverlo.</li> <li>El equipo ganador es aquel que llega primero y ha cumplido con los requisitos de transporte y entrega del lazo en perfectas condiciones.</li> </ul>	15 minutos	<ul style="list-style-type: none"> <li>Veinte yardas de lazo plástico</li> </ul>
3. ¿Cuáles son las responsabilidades de las y los adolescentes?	Las fortalezas del adolescente dentro de la casa.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Divida a los participantes en dos grupos y deles las siguientes instrucciones:</li> <li>Cada grupo deberá unir dos pliegos de papel con masking tape, luego deberán dibujar una casa grande con sus ambientes (cocina, cuartos, patio, pila etc.)</li> <li>El grupo uno deberá recortar imágenes del periódico donde se muestren las responsabilidades que los y las adolescentes tienen dentro y fuera de la casa y que analicen en grupo la importancia de cumplirlas y sus beneficios.</li> <li>El grupo dos, de igual forma recortará imágenes de periódico que muestren los límites impuestos por los padres para una mejor convivencia y unión en la familia, y por qué es importante que las/ los</li> </ul>	35 minutos	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pliegos de papel manila</li> <li>Prensa</li> <li>Tijeras</li> </ul>

Tema	Actividad/ técnica	Procedimiento	Tiempo	Materiales necesarios
		<p>adolescentes obedezcan dentro de la casa y en qué les benefician.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ambos grupos presentarán sus casas y expresarán el significado de las figuras pegadas en los diferentes ambientes de la casa.</li> <li>• Al terminar la exposición. Se debe hacer por medio de la lluvia de ideas una lista acerca de lo que pasaría con las/ los adolescentes si no cumplieran con las responsabilidades y no obedecieran las normas dentro de la casa.</li> <li>• Lo presentado por los adolescentes debe ser anotado e identificado en pliegos de papel.</li> <li>• Puesta en común: todas y todos tienen normas y responsabilidades que cumplir. Las cosas son mejores para ellos cuando siguen las normas. Buenos comportamientos ayudan a establecer una vida social y a mejorar la relación con los demás.</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pegamento</li> <li>• Masking tape</li> <li>• Marcadores</li> <li>• Lápices</li> </ul>
4. Cierre	Tarea para la casa	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pida a los/las adolescentes que recuerden alguna norma de convivencia puesta por sus padres que les fue difícil cumplir.</li> <li>• Que recuerden alguna norma de convivencia que algún miembro de la familia haya quebrantado y la sanción recibida</li> <li>• Muestre el cartel con el lema de las y los adolescentes y repítanlo juntos dos veces.</li> </ul>	5 minutos	Cartel con el lema adolescentes "Somos el presente, somos el futuro, de nosotros depende"



# Sesión 5

## Con las y los adolescentes

**Tema: Decir no a los mandatos dañinos de los compañeros**

**Participantes:**  
Adolescentes

**Objetivos:**

1. Las y los adolescentes:
2. Aprenderán a tomar sus propias decisiones para su bienestar personal.
3. Aprenderán que las drogas, el licor, cigarro y el sexo a una edad temprana les causarán daño.
4. Practicarán habilidades para decir no, a todo aquello que hace daño a su cuerpo y familia.

**Ejes temáticos:**

1. Bienvenida y repaso de la tarea en casa.
2. Juego vivencial.
3. Mantenerse lejos de los problemas.
4. Resistir las situaciones que pueden causar problemas.
5. Cierre.

### Guía metodológica para la facilitación del taller

Tema	Actividad/técnica	Procedimiento	Tiempo	Materiales necesarios
1. Bienvenida y repaso de la tarea en casa	Resultados de la tarea en casa	<ul style="list-style-type: none"> <li>• El facilitador da la bienvenida a las y los adolescentes, preguntará a los participantes sobre la tarea realizada en casa y compartirán sus experiencias.</li> </ul>	5 minutos	
2. Juego vivencial	Juego "No hagas lo que no quieres que te hagan".	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Se reparte un post it y lápiz o lapicero a cada participante y que escriban en forma secreta lo que les gustaría que su compañero/a que está a su derecha realice frente a los demás.</li> <li>• Asegúrese que todos los participantes hayan escrito una actividad y dígalos que no pueden borrarla. A continuación acérquese a un participante y pídale que lea en voz alta la actividad que debe realizar su compañero/a de la derecha, así sucesivamente hasta finalizar.</li> <li>• Al finalizar analicen y reflexionen acerca del juego y pregunte como se sintieron.</li> <li>• Anote todas las opiniones dadas por los participantes.</li> <li>• Haga el cierre, diciendo que no hagas lo que no quieres que te hagan.</li> </ul>	15 minutos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Post it</li> <li>• Lapiceros o lápices</li> </ul>
3. Mantenerse lejos de los problemas	Lo que a veces hacen las y los adolescentes para agradar	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Utilice las figuras del hombre y la mujer, solicite que les asignen los nombres de Juanita y Juan respectivamente.</li> <li>• Reparta dos post it a cada participante y diga lo siguiente: "A veces Juan y Juanita se preocupan por lo que las personas piensan de ellos. Por ejemplo se preocupan por ser muy chaparritos". Pasen a pegarlos.</li> <li>• Ahora las y los adolescentes escriben en sus post it situaciones por las que podrían preocuparse Juanita y Juan acerca de lo que los demás piensan de ellos.</li> <li>• Pídeles que lean lo escrito y que peguen los post it alrededor de las figuras de Juan y Juanita.</li> <li>• A continuación entregue nuevamente post it a los participantes y diga lo siguiente: "Juan y Juanita quieren agradar a los demás, y a veces hacen cosas para impresionarlos.</li> <li>• ¿Qué creen ustedes que hacen para impresionar o agradar a los demás?</li> <li>• Escriben en los post it y pasan a pegarlos leyéndolos previamente.</li> <li>• Analice y reflexione, clasificar las respuestas como buenas y malas.</li> <li>• Comenten sobre las consecuencias malas que traerían a su vida, y elabore una conclusión.</li> </ul>	15 minutos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Figuras de hombre y de mujer</li> <li>• Post it</li> <li>• Lapiceros</li> <li>• Pliegos de papel</li> <li>• Marcador</li> <li>• Masking tape</li> </ul>



Tema	Actividad/ técnica	Procedimiento	Tiempo	Materiales necesarios
4. Resistir a las situaciones que pueden meternos en problemas.	"Angelito o diablito"	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pida la participación de tres adolescentes y dé las instrucciones siguientes:</li> <li>• "Uno de ustedes dramatizará a un diablito y otro a un angelito".</li> <li>• Un tercer participante representará a un adolescente que está siendo obligado por sus amigos a entrar a una cantina, pero está confundido, ya que no quiere que sus amigos se peleen con él si no lo hace, pero por otra parte él sabe que eso es malo para su salud y a sus padres no les gustaría que hiciera eso, luego de tanto mandato e insistencia decide no hacerlo (Nota: esta actividad puede ser cambiada a una situación que puedan afectar a las adolescentes, por ejemplo a ser presionada por una amiga a que tenga relaciones sexo genitales con un varón).</li> <li>• El diablito estará detrás del adolescente obligado por sus compañeros, diciéndole que entre a una cantina, que nadie lo está viendo, que solo pruebe una cerveza y que sus papás ni se darán cuenta, etc.</li> <li>• El angelito se encontrará del otro lado de un adolescente diciéndole que no lo haga, que eso dañará su salud, que sus papás se enojarán y que ya no confiarán en él, etc.</li> <li>• Al finalizar pregunte a los y las adolescentes si la decisión que tomó el adolescente fue correcta. ¿Por qué? Pida que comenten sobre las consecuencias que pueden tener los y las adolescentes al aceptar las malas acciones que algunas veces los compañeros les ofrecen. ¿Qué pueden hacer los adolescentes con estos compañeros?</li> <li>• Anote los comentarios de los participantes en pliego de papel.</li> <li>• Haga el cierre motivándoles hacer siempre el bien o lo correcto.</li> </ul>	20 minutos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Un par de cachitos y una cola</li> <li>• Una corona y alitas</li> <li>• Pliegos de papel</li> <li>• Marcadores</li> <li>• Masking tape.</li> </ul>
5. Cierre	Tarea para la casa	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pida a los adolescentes que actúen positivamente ante un mandato o insistencia en una acción negativa que sus amigos le piden que haga y cómo toma él la decisión de hacerla o no.</li> <li>• Muestre el cartel con el lema y repítanlo juntos dos veces.</li> </ul>	5 minutos	Cartel con el lema adolescentes "Somos el presente, somos el futuro, de nosotros depende"



# Sesión 6

## Con las y los adolescentes

**Tema: La influencia de grupo y los buenos amigos**

**Participantes:**

Adolescentes

**Objetivos:**

1. Las y los adolescentes:
2. Aprenderán habilidades para resistir la mala influencia de los compañeros.
3. Comprenderán cuales son los buenos amigos.
4. Valorarán los consejos de sus padres.

**Ejes temáticos:**

1. Bienvenida y repaso de la tarea en casa.
2. Juego vivencial.
3. Analizando la realidad de nuestro país.
4. Cualidades de un buen/a amigo/a.
5. Cierre.

## Guía metodológica para la facilitación del taller

Tema	Actividad/ técnica	Procedimiento	Tiempo	Materiales necesarios
1. Bienvenida y repaso de la tarea en casa	Resultados de la tarea en casa	<ul style="list-style-type: none"> <li>• El facilitador da la bienvenida a los/los adolescentes y les preguntará sobre la tarea.</li> <li>• Cada uno decide compartir a general o no. Se motiva hacerlo.</li> </ul>	5 minutos	
2. Juego vivencial	"Salvado por mi amigo fiel"	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pida la participación de seis adolescentes para que se formen en parejas y éstas representarán a dos amigos fieles, uno tendrá los ojos cubiertos y será alentado por el resto de los participantes, simulando ser malos compañeros y él tratará de defenderse, luego de un minuto la pareja que representará ser el amigo fiel, entrará al grupo y tratará de salvar a su amigo, llevándolo a un lugar seguro para que ya no lo alienten, debe cuidarlo y protegerlo, pero los malos amigos insistirán en inducirlo y tratarán de no dejarlo salir (pida a los participantes que realicen el juego con respeto y sin lastimar a nadie).</li> <li>• Al terminar, el facilitador deberá reflexionar con los participantes y comparará el juego con la realidad de la influencia de los malos compañeros y la voluntad de los buenos amigos.</li> </ul>	15 minutos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Papel crepé o fichas de cartulina</li> <li>• Masking tape</li> <li>• Pañuelos</li> </ul>
3. Analizando la realidad de nuestro país	"La noticia triste"	<ul style="list-style-type: none"> <li>• El facilitador enumerará a los participantes de uno a tres y formará tres grupos a los que se les entregará dos pliegos de papel, en los que se encuentra una noticia del periódico relacionada con temas de niñez y adolescencia; cada grupo la leerá y analizará abordando los siguientes puntos:               <ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿De quién se habla en la noticia?</li> <li>• ¿De qué problema se habla?</li> <li>• Causas del problema</li> <li>• Personas que intervienen</li> <li>• ¿Qué piensan de la noticia?</li> </ul> </li> <li>• Se hace puesta en común, reflexionando lo que podemos cambiar</li> </ul>	20 minutos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 3 carteles con noticias tristes sobre niñez, adolescencia y juventud.</li> <li>• Marcadores</li> <li>• Masking tape</li> <li>• Cartel con preguntas sobre la noticia triste</li> </ul>

Tema	Actividad/ técnica	Procedimiento	Tiempo	Materiales necesarios
4. Cualidades de un buen/a amigo/a	" Ir a pescar"	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Se divide a los adolescentes en dos grupos, colóquelos frente a frente por la mitad, pida la colaboración de dos adolescentes que sostengan una manta por la mitad tratando de cubrir a ambos grupos.</li> <li>• Pida a tres o cuatro integrantes de un grupo que arrojen su hilo para pescar hacia el otro lado (el mar) por encima de la manta.</li> <li>• El grupo que está dentro del mar deberá tomar el hilo de pescar de cada uno, para pegar con masking tape un pez que tiene escrita una cualidad o defecto propio de los adolescentes. Cuando lo ha pegado jala dos veces el hilo, el pescador deberá sacar su pez y leer en voz alta lo que dice, si esa cualidad le parece buena, la pegará en su pecera, pero si no le parece, la tirará en la bolsa de basura.</li> <li>• Todos los participantes deben realizar la actividad de forma ordenada y luego se cambian los grupos.</li> <li>• Al finalizar pregunte a los participantes:</li> <li>• <b>¿Qué aprendieron sobre las cualidades de un buen amigo?</b></li> </ul>	15 minutos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pescaditos con cualidades positivas y negativas</li> <li>• Una manta o nylon obscuro</li> <li>• 4 cañas de pescar elaboradas con material existente</li> <li>• Masking tape</li> <li>• Pliegos de papel</li> <li>• Marcadores</li> <li>• Rótulo de "la pecera de las cualidades de un buen amigo"</li> <li>• Bolsa de basura</li> </ul>
5. Cierre	Práctica en la casa	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identifique algo que hace un buen amigo para demostrar que es un buen amigo.</li> <li>• Encuentra una manera de demostrar lo buen amigo que puede ser.</li> <li>• Muestre el cartel con el lema de los y las adolescentes y repítanlo juntos dos veces.</li> </ul>	5 minutos	Cartel con el lema adolescentes "Somos el presente, somos el futuro, de nosotros depende"



# Sesión 7

## Con las y los adolescentes

**Tema:** Ayudar a otros

**Participantes:**  
Adolescentes

**Objetivos:**

Las y los adolescentes aprenderán:

1. Formas de prestar servicio a otras personas
2. A convivir con jóvenes o personas de más edad que han sido modelos positivos y a quienes pueden imitar.
3. Identificar las necesidades de los demás y que los demás necesitan de usted.

**Ejes temáticos:**

1. Dinámica vivencial.
2. Como me veo en el futuro.
3. Convivencia con un líder positivo.
4. Cierre.

### Guía metodológica para la facilitación del taller

Tema	Actividad/ técnica	Procedimiento	Tiempo	Materiales necesarios
1. Bienvenida y repaso de la tarea en casa	Resultados de la tarea en casa	<ul style="list-style-type: none"> <li>• El facilitador da la bienvenida a las/los adolescentes y les preguntará sobre la tarea.</li> </ul>	5 minutos	
2. Dinámica vivencial	"Ayúdame que yo te ayude"	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Divida al grupo. Pida a las y los adolescentes que se enumeren de uno a tres para formar grupos de tres, luego que se asignen uno de los roles siguientes:</li> <li>• Una persona sordomuda (absolutamente no puede hablar y tampoco escuchar).</li> <li>• Una persona que no tiene manos (amarrarle las manos por detrás).</li> <li>• Una persona ciega (cubrirle los ojos con pañuelo).</li> <li>• Diga a los participantes que deberán realizar una tarea, para entregar; para lograrlo, deben coordinarse y trabajar en equipo.</li> <li>• Normas del juego:</li> <li>• El sordomudo traerá la información de lo que hay que hacer. La persona sin manos recibirá esa información por medio de las señas del sordomudo y éste, guiará al ciego con su voz, dando explicaciones sobre el procedimiento de cómo debe realizar en papel el trabajo solicitado; debe poner mucha atención a los pasos a seguir.</li> <li>• Nota: cada quien debe desempeñar su rol. No se permite violar las normas.</li> <li>• Los sordomudos deben salir del salón para recibir las siguientes instrucciones:</li> <li>• Realizar un barco de papel de un tamaño normal y bien asegurado, se les muestra el ejemplo y luego se les entrega una hoja de papel, con la que realizarán el barquito. Ustedes tienen que buscar la manera de decirle a su compañero que los ve, lo que deben hacer con la hoja, pero sin tocarla y este decirle al ciego para que lo haga con la hoja paso a paso. Pero no se permite revelar el nombre del trabajo (barquito de papel).</li> <li>• Al terminar la actividad el facilitador reflexionará con los participantes sobre la actividad y la forma en que se ayudaron los amigos para lograr el trabajo, a pesar que los tres eran diferentes, pero muy indispensables.</li> <li>• Anote los comentarios y respuestas de los participantes en pliegos de papel.</li> </ul>	20 minutos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lana</li> <li>• Hojas de papel</li> <li>• Tiras de papel crepe oscuro</li> <li>• Hoja con indicaciones del juego</li> <li>• Pliegos de papel</li> <li>• Marcadores</li> <li>• Masking tape</li> <li>• Pañuelos de tela</li> </ul>



Tema	Actividad/ técnica	Procedimiento	Tiempo	Materiales necesarios
3. Cómo me veo en el futuro	"La publicación de mi futuro"	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pida a los participantes que tomen medio pliego de papel y que dibujen o escriban lo que quieren ser en el futuro. Lo deberán llenar y decorar con elementos positivos, utilizando su imaginación y creatividad, para representar su vida futura de la mejor manera.</li> </ul>	20 minutos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ejemplo del cartel sobre la publicación de mi futuro.</li> <li>• Pliego de papel</li> <li>• Marcadores</li> <li>• Lápices</li> <li>• Crayones</li> </ul>
4. Convivencia con un líder positivo.	"Aprender de los líderes positivos"	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Presente a las/los adolescentes un líder invitado para compartir con ellos sobre su esfuerzo y dedicación que lo ha llevado a ser un líder.</li> <li>• Que presten mucha atención a la persona invitada, a sus consejos y recomendaciones y si quisieran hacer preguntas que levanten su mano con respeto para que sean contestadas.</li> <li>• Sistematizar la experiencia presentada</li> </ul>	10 minutos	
5. Cierre		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Agradezca a las y los adolescentes su participación durante el proyecto de "Familias fuertes comunitario" y motívelos a luchar por sus sueños y que logren todo lo que se propongan, recuérdelos lo importantes y valiosos que son.</li> <li>• Muestre el cartel con el lema de los y las adolescentes y repítalo juntos dos veces.</li> </ul>	5 minutos	Cartel con el lema adolescentes "Somos el presente, somos el futuro, de nosotros depende"





# Sesiones Con los padres

“Con amor y límites seremos una familia mejor”



## Contenido metodológico

### Sesiones

- » 1 Amor y límites
- » 2 Establecer normas de convivencia en casa
- » 3 Estimular el buen comportamiento.
- » 4 Utilización de normas de disciplina en la familia.
- » 5 Construir lazos de afecto y confianza.
- » 6 Protección contra los comportamientos de peligro.
- » 7 Unión en la comunidad.





# Sesión 1

## Con los padres

### **Tema: Amor y límites**

#### **Participantes:**

Padres de familia

#### **Objetivos:**

Los padres:

1. Identificarán el estrés y los problemas de los adolescentes causados por los diferentes estilos de crianza.
2. Expresarán los deseos que quieren para sus hijos/as cuando sean grandes.
3. Conocerán el valor y la importancia de la crianza con amor y límites.
4. Comprenderán que ayudará a sus hijos a desarrollar comportamientos de bien.

#### **Ejes temáticos:**

1. Bienvenida e introducción.
2. Actividad para conocernos.
3. Deseos y sueños que quiero para mis hijos/as.
4. Usando amor y límites.
5. Apoyo los sueños y deseos de mis hijos/as.
6. Cierre.

### Guía metodológica para la facilitación del taller

Tema	Actividad/ técnica	Procedimiento	Tiempo	Materiales necesarios
1. Bienvenida e introducción	Presentación e información del taller	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Recuerde a los padres que los adolescentes se reunirán por separado al comienzo de cada sesión y luego se juntarán para las actividades de la familia.</li> </ul>	2 minutos	
2. Actividad para conocernos	Recordando a mi familia	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pida a los padres que compartan y digan la cantidad de hijos que tienen (cuántas mujeres, cuantos varones y que edades tienen). Felicite a cada uno por su familia.</li> </ul>	5 minutos	
3. Deseos y sueños que quiero para mis hijos/as	Pienso en el sueño de mi hijo. Deseo que lo cumpla.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pida a los padres que piensen por un momento lo que desean para sus hijas/os.</li> <li>• Presente y coloque en la pared dos figuras: una de una mujer y otra de un varón.</li> <li>• Posteriormente bríndeles periódico o prensa y pídale que recorten cuatro figuras que representen los sueños y deseos que quieren para sus hijos, deben ser dos para la niña y dos para el niño (ejemplo: deportistas, profesionales, universitarios, familias unidas, etc.)</li> <li>• Pregunte a los padres <b>el sueño que quisieran que sus hijos logran y qué comportamiento desearían de sus hijas e hijos cuando sean grande.</b></li> <li>• Seguidamente los padres deben colocarlas en el pliego de papel que identifica mujer y varón, deben pasar de pareja en pareja y mencionar el sueño o deseo que representa la figura que recortaron, al lado de la figura, debe anotarse lo expuesto por los padres.</li> </ul>	10 minutos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cartel con la figura de mujer adolescente</li> <li>• Cartel con la figura de hombre adolescente</li> <li>• Prensa</li> <li>• Pliegos de papel manila</li> <li>• marcadores</li> <li>• Masking tape</li> </ul>
4. Usando amor y límites	Resultados de los estilos de crianza	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Divida al grupo de forma que queden en tres grupos. Repártale a cada grupo las instrucciones para realizar un socio-drama que presenta la convivencia de familias que viven con estilos de crianza diferentes, seguidamente analicen y comenten acerca de las consecuencias positivas y negativas que tienen en los hijos ante estos estilos de crianza. La guía a continuación: <b>Estilo de crianza de padres duros y rigurosos</b> <b>La familia Zet Cuyún está integrada por doña Juana y don Simón, quienes tienen una hija llamada Catalina a quien le exigen mucho y le prohíben salir a divertirse, siempre la tratan con crueldad, ella se siente triste y desesperada por el trato de sus padres, a veces piensa que no la quieren.</b></li> </ul>		



Tema	Actividad/ técnica	Procedimiento	Tiempo	Materiales necesarios
4. Usando amor y límites	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Padres duros o rigurosos</li> <li>• Padres pasivos o dejados</li> <li>• Padres que usan amor y límites</li> </ul>	<p>Luego del socio-drama pregunte:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Cómo se siente Catalina?</li> <li>• ¿Creen ustedes que esto es lo correcto para corregir a Catalina? Si-no, ¿Por qué?</li> <li>• ¿Cómo va a ser Catalina cuando sea grande si la siguen tratando así?</li> </ul> <p>Sistematice las respuestas en un papelografo para analizarlo.</p> <p>Nuevamente solicite la atención de los padres para presenciar el siguiente socio- drama, el estilo de crianza de padres pasivos o dejados y sus consecuencias positivas y negativas.</p> <p>Estilo de crianza de padres pasivos y dejados</p> <p><b>La familia Quijivix Racancoj está integrada por doña Rosa y don Rosanio, quienes tienen una hija llamada Clara a quien le dejan pasar muchas faltas de respeto y siempre le dan lo que pide, es malcriada con sus padres, y les grita cuando está enojada, es una niña que no le tiene respeto a nadie, no le importa nada y sus padres no se atreven a decirle nada por miedo a que se enoje.</b></p> <p>Pregunte a los padres luego del socio-drama:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Es correcta la actitud de Clara? Sí-no ¿Por qué?</li> <li>• ¿Qué deben hacer los padres de Clara para que los respete?</li> <li>• ¿Cómo será Clara cuando sea adulta?</li> </ul> <p>Sistematice las respuestas en un papelografo para analizarlo...</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ahora le toca el turno al tercer grupo. Nuevamente solicite la atención de los padres para presenciar el siguiente socio drama. Explique que en estas escenas veremos el estilo de crianza, usando amor y límites.</li> </ul> <p>Estilo de crianza usando amor y límites</p> <p><b>La familia Pop Caal está integrada por doña Sara y don Pedro, ellos tienen una hija llamada Lupita a quien educan juntos y le dicen a cada momento lo importante que es para ellos y que por eso es importante que aprenda buenas costumbres y respeto por los demás. Los padres le dicen a Lupita que debe cumplir con las responsabilidades que hay en la casa, para que siempre la familia esté unida y para que ella sea una niña educada, apreciada y bien vista en la comunidad.</b></p>	10 minutos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pliegos de papel manila</li> <li>• Marcadores</li> <li>• Participantes</li> <li>• Cartel con las historias de los diferentes estilos de crianza</li> <li>• Masking tape</li> </ul>

Tema	Actividad/ técnica	Procedimiento	Tiempo	Materiales necesarios
		Pregunte a los padres luego: <ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Qué hay de especial en la Familia Pop Caal?</li> <li>• ¿Cómo es la actitud de Lupita con sus padres?</li> <li>• ¿Es importante dar amor y establecer límites en nuestras familias?</li> <li>• ¿Ayudarían el amor y los límites a nuestras familias?</li> </ul> Sistematice las respuestas en un papelógrafo para analizarlo.		
5. Apoyo los sueños y deseos de mis hijas/os	Sentimientos de las y los adolescentes.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• El facilitador compartirá con los padres y dirá que sus hijos/as adolescentes se encuentran cada vez más cerca de lo que les gustaría ser cuando sean adultos/as y para eso aprenderemos la forma de ganarnos su confianza, para que nos cuenten sus sueños y luego motivarlos y apoyarlos a lograrlos.</li> <li>• Se presenta un socio-drama sobre lo que una adolescente desea ser cuando crezca, pero su papá constantemente le dice que nunca lo logrará.</li> <li>• Pida la colaboración de dos voluntarios para que jueguen el rol de padre e hijo/a.               <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Patricia le dice a su papa: "¡papá, ya sé lo que voy a ser cuando sea grande! ¡Voy a ser maestra de la escuela!"</b></li> <li>• <b>El padre le contesta: "¡Ay hija, yo lo que creo es que note gusta estudiar! La verdad no creo que lo logres".</b></li> </ul> </li> </ul> Pregunte a los padres: <ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Cómo se siente Josefina?</li> <li>• ¿Qué puede pasar con Josefina cuando crezca?</li> <li>• ¿Por qué algunas veces los padres matan los sueños de sus hijos?</li> </ul> Anoten las respuestas de los padres en el pliego de papel debidamente identificado con: "sentimientos de los adolescentes".	10 minutos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pliegos de papel</li> <li>• Marcadores</li> <li>• Masking tape</li> <li>• Cartel con las historias de los diferentes estilos de crianza</li> <li>• Cartel con preguntas de los socio-dramas</li> </ul>
6. Cierre	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prácticas en el hogar</li> <li>• Preparación para la sesión con la familia</li> <li>• Conclusión</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pida a los padres que de regreso a casa estén atentos a las situaciones que ocurran en la familia que en todo momento fijen límites y que siempre expresen amor a sus hijos</li> <li>• Explique a los padres que en la sesión con la familia, sus hijos les mostrarán el proyecto que tienen sobre sus deseos y sueños para el futuro y tendrán oportunidad de conversar con ellos.</li> <li>• Muestre el cartel con el lema de los padres y haga que lo repitan juntos dos veces.</li> </ul>	3 minutos	Cartel con el lema de padres "Con amor y límites seremos una familia mejor"

## Sesión 2

### Con los padres

**Tema: Establecer límites**

**Participantes:**

Padres de familia

**Objetivos:**

Ayudar a los padres a:

1. Conocer y comprender los cambios en los y las adolescentes.
2. Comprender la importancia de las reglas en casa.
3. Aprender a determinar y recordar las reglas a los adolescentes sin criticarlos.

**Ejes temáticos:**

1. Repaso de las prácticas en la casa.
2. Como son los adolescentes a esta edad.
3. Necesidad de límites en la casa.
4. Empleo de afirmaciones que comienzan con "Estoy...."
5. Cierre.

### Guía metodológica para la facilitación del taller

Tema	Actividad/ técnica	Procedimiento	Tiempo	Materiales necesarios
1. Repaso de las prácticas en la casa	Tarea en la casa	<ul style="list-style-type: none"> <li>• El facilitador da la bienvenida a los padres y agradece su asistencia.</li> <li>• Invite a los padres a compartir la experiencia que tuvieron en casa.</li> <li>• Pregúnteles lo siguiente: <b>¿Qué límites fijaron en casa?</b> <b>¿Cómo demostraron en casa el amor a sus hijos?</b></li> <li>• Analicen, refuerce las buenas prácticas, y motive a seguir haciéndolo.</li> </ul>	10 minutos	
2. Como son los adolescentes a esta edad	Conociendo los cambios de nuestros hijos.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• El facilitador da las instrucciones del siguiente juego:               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tomen una pieza de rompecabezas que se encuentra dentro de una caja de cartón, éstas piezas están diferenciadas por color y figura, cuando todos tengan su pieza, se les pide que busquen el resto de piezas del mismo color y con las que formarán una figura geométrica (cuadrado), observarán que contiene imágenes de niño/as y adolescentes de 3 diferentes etapas de edad (5 años, 10 años, 15 años y 18 años). Deberán analizar y compartir con los demás acerca de los cambios físicos, cambios en actividades y cambios en la actitud con las familias que se encuentran allí. El facilitador pedirá a los padres que comparen los rangos de edad y que mencionen los cambios más notables que hay entre los niños/as de 0-5, 6-10, de 11-15 y con los de 16-18 años.</li> <li>• Debe anotar las respuestas de los participantes en un pliego de papel debidamente identificado con: "cambios de nuestros hijos según su edad".</li> </ul> </li> <li>• El facilitador termina el juego haciendo énfasis en que todas las personas sufrimos estos cambios y que aún estamos en proceso de seguir cambiando, por eso es importante que los padres conozcan a sus hijos, para poderlos cuidar y relacionarse con ellos según la edad que tienen.</li> </ul>	15 minutos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rompecabezas de las diferentes edades</li> <li>• Pliegos de papel manila</li> <li>• Masking tape</li> <li>• Marcadores</li> </ul>

Tema	Actividad/ técnica	Procedimiento	Tiempo	Materiales necesarios
3. Necesidad de límites en la casa	Límites para nuestra familia	<ul style="list-style-type: none"> <li>• El facilitador continúa y se enfoca en la figura geométrica correspondiente a los adolescentes de 11-15 años y les pide a los padres que:               <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Mencionen comportamientos problemáticos que muestran sus hijos de esta edad en la casa o en la escuela.</b></li> </ul> </li> <li>• El facilitador describirá como ejemplo dos de estos comportamientos dichos por los padres en pliego de papel dejando espacio uno de otro.</li> <li>• A continuación pide a los padres que conviertan el problema negativo en el comportamiento adecuado que desearían como padres.               <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Ejemplo: No hacer la tarea de la escuela, se convierte en: Hace la tarea y tiene buenas calificaciones.</b></li> </ul> </li> <li>• Pida a los padres que mencionen otras acciones que quisieran que sus hijos realicen. Apúntelas en un pliego de papel.</li> <li>• Indique a los padres que en la sesión familiar ellos y sus hijos analizarán las posibles normas que juntos formularán para tener una mejor relación familiar y para que los adolescentes aprendan a respetar y hacer lo que les corresponde dentro del casa y que como padres sabrán valorar su comportamiento.               <p style="margin-left: 20px;">Ejemplo: "Hija/o, si haces tus tareas de la escuela temprano, te prometo que puedes seguir asistiendo a los talleres que tanto te gustan".</p> </li> <li>• Pida a los padres que piensen y escriban en media hoja las normas (límites) que les gustaría adoptar en casa".</li> </ul>	15 minutos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rompecabezas de las edades de 11-15 años</li> <li>• Pliegos de papel manila</li> <li>• Marcador</li> <li>• Masking tape</li> <li>• Hojas bond</li> <li>• Lapiceros</li> </ul>
4. Empleo de afirmaciones que comienzan con "Estoy....."	Usando afirmaciones en primera persona	<ul style="list-style-type: none"> <li>• El facilitador explicará a los padres de familia:               <p style="margin-left: 20px;"><b>"Sabemos que necesitamos amor junto con los límites, tenemos que ayudar a los niños y adolescentes a que sigan las normas sin necesidad de gritar, criticar o regañar, pues cuando lo hacemos, los niños/as pueden hacerse más rebeldes.</b></p> </li> <li>• Vamos a aprender a hacer afirmaciones en primera persona, esto puede darle a usted una oportunidad de recordar a sus hijos las normas sin necesidad de agredirlos".</li> <li>• El facilitador presentará a los padres el cartel con las afirmaciones en primera persona: <b>"Estoy, cuando, porque, me gustaría que"</b></li> <li>• Diga a los padres que manifiesten su sentimiento cuando sus hijos han hecho algo mal (enojo, molestia, decepción, desilusión, etc.)</li> </ul>	15 minutos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Carteles con las cuatro afirmaciones</li> </ul>

Tema	Actividad/ técnica	Procedimiento	Tiempo	Materiales necesarios
4. Empleo de afirmaciones que comienzan con "Estoy....."	Usando afirmaciones en primera persona	<p>A continuación utilizaremos la afirmación estoy y agregaremos el sentimiento que sienten, ejemplo: Estoy enojado... Ahora agregaremos cuando, aquí va el comportamiento malo del niño/a. Ejemplo: "Estoy enojado cuando no haces la tarea de la escuela..."</p> <p>Ahora agregaremos Porque, aquí se indica la razón o situación del por qué está mal la actitud del hijo. Ejemplo (Estoy enojado cuando no haces la tarea de la escuela porque es algo que tienes que hacer por tu bien....). Finalmente se agrega me gustaría. En esta parte de las afirmaciones se pide a los padres que mencionen comportamiento positivo que ellos quieren para sus hijos. Ejemplo "Estoy enojado cuando no haces la tarea de la escuela porque es algo que tienes que hacer por tu bien. Me gustaría que seas responsable con tus estudios".</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• El facilitador explicará a los padres que el uso de estas afirmaciones son importantes, pues así ellos le transmitirán a sus hijos la norma de convivencia que debe haber y les manifestarán su deseo del buen hijo que desean tener, pero lo más importante: están enfrentado el problema sin regañar o lastimar al adolescente.</li> <li>• Pida a los padres que utilicen las cuatro afirmaciones mencionadas, en alguno de los problemas que presenten sus hijos.</li> </ul>	15 minutos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Marcadores</li> <li>• Hojas de papel de construcción</li> </ul>
5. Cierre	<p>Tarea para la casa</p> <p>Preparación para la sesión familiar</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pida a los padres que en casa traten de aplicar estas cuatro afirmaciones cuando sus hijos han hecho algo mal.</li> <li>• Pida a los padres que traten de poner una norma (un límite) de convivencia cuando consideren que es necesario para mejorar la actitud de sus hijos.</li> <li>• El facilitador recomendará a los padres que no utilicen la violencia o actos que puedan poner en peligro la integridad de sus hijos al momento de poner un límite, una norma.</li> <li>• Diga a los padres, que en la sesión familiar comenzarán con un juego que tiene la finalidad de ayudar a los padres e hijos a tener comunicación y que puedan escucharse unos a otros.</li> <li>• Luego tendrán una conversación con sus hijos acerca de los límites o las normas.</li> <li>• Muestre el cartel con el lema de los padres y repítanlo juntos dos veces.</li> <li>• Invite a los padres a asistir a la próxima sesión.</li> </ul>	5 minutos	<p>Cartel con el lema de padres:</p> <p>"Con amor y límites seremos una familia mejor"</p>

## Sesión 3

### Con los padres

**Tema: Estimular el buen comportamiento**

**Participantes:**

Padres de familia

**Objetivos:**

Los padres:

1. Notarán el buen comportamiento de sus hijos/as y lo elogiarán.
2. Aprenderán y usarán expresiones verbales y de afecto para enseñar nuevos comportamientos.
3. Establecerán una relación positiva.

**Ejes temáticos:**

1. Repaso de las prácticas en casa.
2. Respuesta a los mensajes positivos.
3. El valor del estímulo
4. Establecimiento de una relación positiva.
5. Cierre.

### Guía metodológica para la facilitación del taller

Tema	Actividad/ técnica	Procedimiento	Tiempo	Materiales necesarios
1. Repaso de las prácticas en casa	Tarea en casa	<ul style="list-style-type: none"> <li>• El facilitador da la bienvenida a los padres y agradece su asistencia.</li> <li>• Invite a los padres a compartir la experiencia que tuvieron en casa.</li> <li>• Pregúnteles lo siguiente:               <ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Cómo practicaron las afirmaciones en casa? ¿Cómo se sintieron?</li> </ul> </li> <li>• Analicen y refuerce las buenas prácticas, y motive a seguir haciéndolo.</li> </ul>	10 minutos	
2. Respuesta a los mensajes positivos	Halagar a nuestros hijos por su esfuerzo. "Análisis de los cumplidos"	<ul style="list-style-type: none"> <li>• El facilitador dividirá al grupo según el número de participantes, formará tres grupos de los cuales le pide a uno que salga del salón y afuera dará las instrucciones de su representación en la actividad. Además pedirá que el grupo de afuera se divida en dos.</li> <li>• El grupo uno dramatizará examinadores positivos que al entrar al salón observarán el trabajo que realiza uno de los grupos y al que estarán felicitando y motivando constantemente por lo que hacen; el grupo dos dramatizará a examinadores negativos que al entrar al salón observarán al grupo que está trabajando y comenzará a criticar y desvalorizar el trabajo que realizan.</li> <li>• A los dos grupos que están trabajando dentro del salón, se les pedirá que hagan en equipo tres barcos y dos aviones de prensa. En este juego no hay ganador, es únicamente hacer y cumplir con el pedido hecho.</li> <li>• Al terminar de trabajar, el facilitador hará la siguiente pregunta a los tres grupos:               <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>¿Cómo se sintieron los participantes del grupo que tuvieron a los examinadores que los motivaban y felicitaban por su trabajo?</b></li> <li>• <b>¿Cómo se sintieron los participantes del grupo que tuvieron los examinadores que les criticaban y desvalorizaban el trabajo que realizaban?</b></li> <li>• <b>¿Cómo se sintieron los dos grupos examinadores al momento de desempeñar sus papeles de positivos y negativos?</b></li> </ul> </li> <li>• El facilitador en conjunto con los padres reflexionará sobre la actividad realizada y de los sentimientos de los miembros de los grupos. Podrán compararla con algunas experiencias que</li> </ul>	15 minutos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pliegos de papel</li> <li>• Marcadores</li> <li>• Masking tape</li> <li>• Prensa</li> <li>• Cartel con las preguntas</li> </ul>



Tema	Actividad/ técnica	Procedimiento	Tiempo	Materiales necesarios
		<p>puedan pasar con las hijas/os cuando no sabemos reconocer o felicitar su esfuerzo en alguna acción o trabajo realizado.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>•Pregunta en plenaria: <b>¿Qué podrán elogiar de sus hijos, hijas o hijo?</b></li> <li>•Deben anotar en pliego de papel debidamente identificado con cada pregunta hecha, las respuestas de los padres.</li> </ul>		
3.El valor del estímulo	Cumplidos y recompensas	<ul style="list-style-type: none"> <li>•Lea y comparta con los padres: "Mucho de lo que queremos que hagan nuestros hijos no tiene ese efecto gratificante que refuerce su conducta. A las hijas e hijos no les importa si sus actitudes son buenas o malas, es por eso que necesitamos incorporar el estímulo, para que lo que se les quiere enseñar lo aprendan con gozo y que sea algo duradero. Que lo practiquen por siempre." "Cuando sus hijos reciben cumplidos o felicitaciones como por ejemplo: "¡Qué bien hiciste tu tarea escolar, me encanta ver que eres muy ordenada, felicitaciones! Hay mayores probabilidades que repitan su buena conducta."</li> <li>•A continuación pida a los padres que se dividan en parejas y que piensen en las acciones por las que podrían elogiar a su hija/o.</li> <li>•Pida a cada pareja de padres que escriban un breve cumplido que quisieran hacerle a su hija/o por lo bueno que ha hecho para bien de su casa.</li> <li>•Muestre el cartel que lleva impreso lo siguiente: <b>"Querido _____, me gusta que tú _____ te quiere _____"</b>  <b>Querido _____, hiciste un buen trabajo al _____, te quiere _____</b> (Si los padres no pueden escribir, el facilitador les ayudará).</li> <li>•Pídale a los padres que entreguen en la sesión de familia sus papelitos de cumplidos a sus hijos.</li> </ul>	10 minutos	<ul style="list-style-type: none"> <li>•Hojas de papel bond oficio</li> <li>•Lapiceros</li> <li>•Sobres</li> <li>•Cartel de cumplido para los hijos</li> <li>•Sobres oficio</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>•Lea y comparta con los padres: <i>Aunque pueda ser aterrador empezar a dejar a su hijo que vaya adquiriendo libertad para realizar actividades que son propias de su edad, como por ejemplo, salir con amigos, asistir a un taller o visitar a un familiar lejano, sin que usted como padre esté allí para cuidarlo. Le está dando la oportunidad a su hija/o de prepararse para la vida adulta en la que tendrá que valerse por sí sola/o con madurez y responsabilidad. Cuando a un hija/o se le sobreprotege o no se le brinda confianza para que realice ciertas actividades, no tendrá</i></li> </ul>		

Tema	Actividad/ técnica	Procedimiento	Tiempo	Materiales necesarios
4. Establecimiento de una relación positiva	Construyendo una relación de confianza y positiva entre padres e hijos.	<p>la experiencia necesaria para afrontar situaciones que irán apareciendo a medida que vaya creciendo. Observemos y pongamos atención a las siguientes historias para luego compartir nuestras opiniones.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• El facilitador pedirá a seis voluntarios que dramatizen las siguientes historias:</li> <li>• <b>En la familia Cuxum vive Zoila a quien le gusta participar en el grupo juvenil del pueblo, pero a sus padres no les agrada que salga sola ni que asista a este grupo, pues tienen miedo a que pueda pasarle algo o que consiga novio, por eso que no la dejan ir. Pero Zoila se enoja porque quiere ir, no le importa lo que sus padres le dicen y decidió ir sin permiso, se fue a escondidas y no le importa si la regañarán cuando regrese.</b></li> <li>• <b>Ahora conoceremos el caso de la familia Camey:</b> En la familia Camey vive Yesenia a quien también le gusta ir al grupo juvenil a compartir con sus amigos, sus padres muy contentos de lo que Yesenia aprende en el grupo, le dan la oportunidad que vaya cada semana, pero los padres de Yesenia han platicado con ella acerca de lo que puede pasar si no se cuida o no respeta lo que en casa se le ha enseñado y es por eso que antes de salir de casa, le dicen a Yesenia: "Te vamos a dejar ir al grupo porque confiamos en ti y sabemos que te comportarás de manera responsable y te darás a respetar con los demás y además sabemos que aprendes cosas buenas que te ayudarán, pero por favor Yesenia, no nos mientas, ni vengas tarde. Te queremos y por eso te decimos esto."</li> <li>• Yesenia contesta: "Yo también los quiero papi y no traicionaré su confianza".</li> <li>• Pida a los padres que comenten acerca de las dos historias y que analicen los problemas o beneficios que surgen en cada una.</li> <li>• Deben anotarse la lluvia de ideas que expresan los padres en pliego de papel debidamente identificado con cada historia.</li> </ul>	20 minutos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pliegos de papel</li> <li>• Marcadores</li> <li>• Masking tape</li> </ul>
5. Cierre	Tarea para la casa	<p>Pida a los padres que durante la semana encuentren actividades de sus hijos que merezcan ser elogiadas. Platíquele a su hija/o acerca de lo que piensa de ella/él, y de la confianza que le tiene. Muestre el cartel con el lema de los padres y repítanlo juntos dos veces.</p>	5 minutos	<p>Cartel con el lema de padres: "Con amor y límites seremos una familia mejor"</p>

## Sesión 4

### Con los padres

**Tema: Uso de normas de disciplina en la familia**

**Participantes:**

Padres de familia

**Objetivos:**

Los padres:

1. Conocerán y aprenderán porque es importante estar tranquilos y actuar con respeto.
2. Aprenderán a usar y aplicar normas de disciplina en las malas conductas de los hijos
3. Aprenderán a identificar dentro de un nivel cómo pequeñas o grandes las conductas problemáticas de los hijos.

**Ejes tematicos:**

1. Repaso de las prácticas en casa.
2. Importancia de las normas de disciplina en casa y como aplicarlas.
3. Identificar las conductas de peligro y cómo prevenirlas.
4. Cierre.

## Guía metodológica para la facilitación del taller

Tema	Actividad/ tecnica	Procedimiento	Tiempo	Materiales necesarios
1. Repaso de las prácticas en casa	Tarea en casa	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dé la bienvenida al grupo y agradezca su asistencia y puntualidad al taller</li> <li>• Haga la siguiente pregunta a los padres y analice las respuestas con el grupo.</li> <li>• ¿Quiénes y por qué elogiaron a sus hijos durante la semana?</li> <li>• ¿Fue fácil decirle a sus hijos lo que ustedes piensan y por qué están orgullosos de ellos?</li> </ul>	5 minutos	
2. Importancia de las normas de disciplina en casa y como aplicarlas.	Juego " Yo identifico y aplico"	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pida la participación de ocho padres de familia, forme cuatro parejas y dé las siguientes instrucciones:</li> <li>• <b>Cada pareja deberá representar en una dramatización un caso en la que las/los adolescentes muestran comportamientos negativos que a sus padres no les gusta y que hacen al adolescente rebelde y desobediente en la familia.</b></li> <li>• Al resto de padres participantes explíqueles que serán jueces y que tendrán cada uno una tarjeta roja y una amarilla, que deberán levantar cada vez que termine de dramatizar una pareja. Por ejemplo: si identifican una de esas conductas que los adolescentes hacen como muy mala y que puede traerles problemas, deben levantar la tarjeta roja y si ven que es una conducta que no es muy mala, pero que no es correcta, deben levantar la amarilla.</li> <li>• Cuando termina cada pareja pida a los padres jueces que levanten la tarjeta del color que según ellos merece esa conducta y haga las preguntas que aparecen en los carteles.</li> </ul> <p>Carteles para que cada grupo analice:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Por qué tarjeta roja?</li> <li>• ¿Los padres deben adoptar normas de disciplina para corregir a los hijos?</li> <li>• ¿Por qué tarjeta amarilla?</li> <li>• ¿Qué normas de disciplina deben adoptar los padres para corregir a los hijos?</li> </ul>	30 minutos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Diez tarjetas rojas</li> <li>• Diez tarjetas amarillas</li> <li>• Cartel donde están escritas las dramatizaciones uno para cada grupo</li> </ul>

Tema	Actividad/ técnica	Procedimiento	Tiempo	Materiales necesarios
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Casos: Pareja № 1</li> <li>• Hay dos amigos que se encuentran frente a su instituto listos para recibir sus clases y uno le dice al otro: "Vos mano, no entremos al instituto, vámonos para la feria del pueblo y regresemos a la una para llegar a la casa a tiempo". La otra contesta: "¡Está bueno vos, nuestros papás ni se van a dar cuenta, vámonos!" Pareja № 2</li> <li>• Una madre le dice a su hija que debe terminar el trabajo que le dejaron en el instituto para que después se vaya a pasear tranquila con sus abuelos y sus hermanos. La hija no hace caso y se va sin terminar, cuando llega a casa empieza a gritar y a reclamarle a la mamá y hermanos que no ha terminado y que nadie le ayuda. Pareja № 3</li> <li>• Dos adolescentes varones se encuentran en el parque platicando y para llamar la atención de dos señoritas compran dos cigarros y empiezan a fumar, ellos se sienten hombres de verdad fumando y miran a las señoritas, luego comentan entre ellos lo bien que se sintieron haciéndolo y que sus papás ni se enterarán de que lo hicieron, porque nadie se los dirá. Pareja №4</li> <li>• Se encuentran dos señoritas en el instituto recibiendo las clases, cuando el maestro dicta las calificaciones del examen de matemáticas, las dos sacaron calificaciones bajísimas y comentan entre ellas: "Yo no estudié vos, porque ayer me fui con Juan, mi novio a pasear y no me dio tiempo." "Si vos, yo estuve mensajeando por el celular y me quedé dormida. ¡Ahora ya no podemos hacer nada, ahora ya estuvo!</li> </ul>		

Tema	Actividad/ técnica	Procedimiento	Tiempo	Materiales necesarios
3. Identificar las conductas de peligro y cómo prevenirlas.	"Alertas con las conductas de peligro"	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Solicite a los padres que enlisten algunas conductas de peligro a las que están expuestos los adolescentes y que pueden perjudicar su salud y su vida como tal. Ejemplo: alcohol, cigarrillos, sexo.</li> <li>• Anote en pliego de papel, la lluvia de ideas que mencionan los padres sobre las <b>conductas de peligro y los daños que causan</b>.</li> <li>• Pregunte: <i>¿Cómo pueden prevenir que sus hijas/os caigan en estas conductas de peligro?</i></li> <li>• Anote en pliegos de papel todos los comentarios de los padres participantes.</li> <li>• Concluya, haciendo una reflexión sobre la necesidad de practicar todo lo anteriormente visto:             <ul style="list-style-type: none"> <li>• Apoyar los sueños y deseos de sus hijas e hijos</li> <li>• Fijar límites con amor</li> <li>• Usar las afirmaciones</li> <li>• Practicar los cumplidos</li> <li>• Y por último, lo visto de identificar las conductas de peligro, para prevenirlas</li> </ul> </li> </ul>	15 minutos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pliegos de papel</li> <li>• identificados con las preguntas a realizar.</li> <li>• Pliegos de papel limpios para anotar los comentarios</li> <li>• Marcadores</li> <li>• Masking tape</li> </ul>
4. Cierre	Somos responsables del desarrollo y crecimiento de los hijos. Analogía (cuidados en la siembra de una milpa.)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Muestre a los padres de familia los dibujos del proceso de sembrar y cuidar una milpa para cosechar buen maíz, seguidamente pida a los padres que analicen y observen que esos mismos cuidados son los que se deben tener con nuestros hijos para cosechar buenas conductas en ellos.</li> <li>• Recoja las opiniones de los padres al finalizar la analogía y haga un resumen de los pasos importantes que deben reforzar en casa</li> <li>• Muestre el cartel con el lema de los padres y repítalo juntos dos veces.</li> </ul>	10 minutos	<p>Dibujos del proceso de la milpa.</p> <p>Cartel con el lema de padres:</p> <p>"Con amor y límites seremos una familia mejor"</p>

# Sesión 5

## Con los padres

**Tema: Construir lazos de afecto y confianza**

**Participantes:**

Padres de familia

**Objetivos:**

Los padres:

1. Comprenderán lo importante de saber escuchar.
2. Aprenderán a poner atención a los sentimientos
3. Conocerán el origen de la mala conducta.

**Ejes temáticos:**

1. Bienvenida y repaso de las prácticas en el hogar.
2. Aprender a escuchar los problemas.
3. Poner atención a los sentimientos.
4. Cierre.

## Guía metodológica para la facilitación del taller

Tema	Actividad/ técnica	Procedimiento	Tiempo	Materiales necesarios
1. Bienvenida y repaso de las prácticas en casa	Bienvenida y repaso de la tarea en casa	<ul style="list-style-type: none"> <li>• El facilitador da la bienvenida a los participantes y agradece su asistencia y puntualidad.</li> <li>• Pregunta a los padres:</li> <li>• <b>¿Qué tarea fue impuesta a los hijos o qué les prohibieron hacer para que entendieran que la falta cometida no es correcta?</b></li> <li>• <b>Puesta en común para establecer conclusiones</b></li> </ul>	5 minutos	
2. Aprender a escuchar los problemas	Buscando mi pareja.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Los participantes formarán parejas y deberán ponerse de acuerdo en quien será el guía y quien será el que sigue la voz con los ojos vendados.</li> <li>• Se explica a los participantes que los guías se colocarán en una parte del salón y desde allí llamará por su nombre a su compañero quien tiene los ojos cubiertos, el ciego deberá escuchar la voz de su compañero que dice su nombre y tratará de llegar hacia donde está; es importante que ponga mucha atención para que escuche bien su nombre y encuentre a su compañero.</li> <li>• Al terminar la vivencia se reflexiona con los participantes acerca de cómo se sintieron siendo ciegos y guías y que les ayudó a encontrar su pareja.</li> </ul>	10 minutos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Papel crepé oscuro o tiras de cartulina</li> <li>• Masking tape</li> <li>• Marcadores</li> <li>• Pliegos de papel manila</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Divida a los participantes en dos grupos, a los que se les entregará una historia para dramatizar y reflexionar.</li> <li>• Grupo 1: Es una familia en la que su hijo adolescente le trata de explicar a sus padres sobre un problema que tiene con su tío, el hermano mayor de su papá, el hijo les dice a sus padres: "Papá quiero decirles que mi tío me dijo que si yo no me tomo una cerveza no soy hombre, dice que tengo que tomar porque así me van a respetar, además que todos los hombres lo hacen".</li> <li>• Los padres se empiezan a reír y sin poner atención le dicen a su hijo que "no creen que su tío le dijo eso que de plano él es quien quiere ya probar la cerveza". Luego cambian la conversación sin darle atención a su hijo.</li> </ul>		



Tema	Actividad/ técnica	Procedimiento	Tiempo	Materiales necesarios
	Dramatizaciones "Aprendiendo a escuchar"	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Grupo 2: Es una familia en la que su hija adolescente les explica a sus padres el problema que tiene con una amiga de la escuela, la hija les dice a sus padres: "Mami y papi les quiero contar que Lola mi compañera de clase me dijo que mañana no entráramos a clases y que fuéramos al pueblo a pasear con su novio y otros sus amigos, pero yo le dije que no porque nos podían regañar y en la escuela nos vamos a atrasar en las tareas".</li> <li>• Los padres muy atentos a lo que su hija habla y sin enojarse le dicen a su hija: "Muy bien hija, hiciste lo correcto al no aceptar porque tú tienes que cumplir con tus estudios y sabes que nosotros nos enojaríamos contigo si te vas sin permiso a alguna parte, además te perderíamos la confianza. No hagas caso a tu compañera y si ella te obliga a hacer cosas que no quieres, habla con nosotros para que hablemos con sus padres. Te queremos y no queremos que te pase nada malo".</li> <li>• Reflexione con los participantes acerca de lo malo de la primera historia y cómo debieron actuar los padres. También pídale que comenten sobre lo bueno de la segunda historia.</li> <li>• Las respuestas de los participantes deben ser anotadas en pliegos de papel identificado con el tema.</li> </ul>	15 minutos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Papeles de las historias para dramatizar</li> <li>• Pliegos de papel manila</li> <li>• Marcadores</li> <li>• Masking tape</li> </ul>
3. Poner atención a los sentimientos	Dinámica "sentimientos por el marcador"	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pida a todos los papás, que se coloquen en fila frente a los demás e indíqueles que a continuación se les pasará un marcador y que deben describir la forma, el color, el tamaño y otras características que el marcador tiene y deben entregárselo a su compañero, pero lo deben hacer en mímica que se les indica:</li> <li>• Normal</li> <li>• Riéndose</li> <li>• Llorando</li> <li>• Enojados</li> <li>• Miedosos</li> </ul> <p>• Pida la participación de cinco papás o mamás para la siguiente actividad: A cada uno entréguele un papelito donde indica la mímica que deberán representar frente a los demás quienes deberán adivinar cuál es, y preguntarán: <b>¿Por qué estás?</b></p>	5 minutos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Marcador de cualquier color</li> </ul>

Tema	Actividad/ técnica	Procedimiento	Tiempo	Materiales necesarios
	Conociendo a mis hijos.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ejemplo: ¿Por qué está triste? Si observan que en la mímica refleja tristeza y el mimodará una respuesta, así hasta finalizar con las 5 mímicas.</li> <li>• Mímicas para practicar y presentar:               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mímica№ 1: El participante representará a un joven que está enojado. Cuando le pregunten, contestará: ¡Porque el maestro no me metió al equipo de futbol y yo quería estar!</li> <li>• Mímica№ 2: El participante representará a un joven que está feliz. Cuando le pregunten, contestará: "¡Porque tengo las mejores calificaciones de mi clase y a mí me gusta estudiar!"</li> <li>• Mímica№ 3: El participante representará a un joven que está triste. Cuando le pregunten, contestará: "¡Porque hoy me robaron mi dinero en la escuela y no compre mi refacción!"</li> <li>• Mímica№ 4: El participante representará a un joven que está preocupado. Cuando le pregunten contestará: "¡Porque ayer no fui a traer leña y usted papi me va a regañar!"</li> <li>• Mímica №5: El participante representará a un joven que está con mucho miedo. Cuando le pregunten, contestará: ¡Porque Juan el de sexto, me dijo que si no le daba mi refacción hoy en la escuela me va a pegar!"</li> </ul> </li> <li>• Pida a los padres que luego de conocer las formas en que nuestros hijos manifiestan una preocupación o una alegría a través de sus emociones, cómo responderían ellos a las diferentes situaciones que dijeron cuando se les preguntó ¿Por qué estás?</li> <li>• Anote e identifique las respuestas de los participantes en pliego de papel</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Papeles con las diferentes mímicas a realizar y respuestas a contestar</li> <li>• Pliegos de papel</li> <li>• Marcador</li> <li>• Masking tape</li> </ul>
4. Cierre	Práctica en el hogar	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pida a los padres que inicien una plática con sus hijos en algún momento y los escuchen atentos cuando les cuentan sus vivencias del día y traten de observar sus rostros y su comportamiento para conocer el estado de ánimo que presentan.</li> <li>• Muestre el cartel con el lema de los padres y repítanlo juntos dos veces.</li> </ul>	5 minutos	<p>Cartel con el lema de padres:</p> <p>"Con amor y límites seremos una familia mejor"</p>

# Sesión 6

## Con los padres

**Tema: Protección contra los comportamientos de peligro**

**Participantes:**

Padres de familia

**Objetivos:**

Los padres:

1. Ayudarán a sus hijos a poner resistencia al inicio de un vicio a temprana edad.
2. Aprenderán a estar atentos a sus hijos.
3. Conocerán las consecuencias de ingerir las sustancias adictivas y la falta de educación sexual en los hijos.

**Ejes temáticos:**

1. Bienvenida y repaso de las prácticas en la casa.
2. Causas que llevan al adolescente a practicar conductas de peligro (tomar alcohol, fumar cigarros y sexo a temprana edad) y las consecuencias que ocasionan.
3. Protección contra las conductas de peligro.
4. Cierre.

## Guía metodológica para la facilitación del taller

Tema	Actividad/ técnica	Procedimiento	Tiempo	Materiales necesarios
1. Bienvenida y repaso de las prácticas en la casa	Repaso de la tarea en casa	<ul style="list-style-type: none"> <li>• El facilitador da la bienvenida a los participantes y agradece su asistencia y puntualidad.</li> <li>• Pregunta a los padres:</li> <li>• <b>¿Cómo fue la experiencia de platicar con sus hijos y qué notaron en ellos al momento de contarles alguna situación que pasaron?</b></li> <li>• <b>Puesta en común para fortalecer esta práctica</b></li> </ul>	5 minutos	
2. Causas que llevan al adolescente a practicar conductas de peligro (tomar alcohol, fumar cigarros y sexo a temprana edad) y las consecuencias que ocasionan	Dinámica: "Haz lo que te digo y no lo que yo hago"	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pida a los padres de familia que formen un círculo al centro del salón, infórmeles que realizarán una dinámica donde deberán seguir las recomendaciones que se dirán en palabras y no lo que él hace con el cuerpo, los participantes que se equivoquen deben salir del círculo, el facilitador deberá seguir con la dinámica hasta quedarse con pocos participantes.</li> <li>• Al terminar la actividad analice y reflexione con los padres acerca de lo vivido en el juego</li> <li>• Anote en pliego de papel las opiniones de los participantes.</li> </ul>	10 minutos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pliegos de papel</li> <li>• Marcadores</li> <li>• Masking tape</li> </ul>
	Árbol de problemas	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Divida a los padres en tres grupos.</li> <li>• Entréguele a cada grupo un problema que afecta a los adolescentes en su vida.</li> <li>• Pida que cada grupo dibuje un árbol con una copa grande y un tronco grueso, luego que coloquen el problema en el centro del tronco y que analicen las causas que orillan a los adolescentes a presentar conductas de peligro. Cada comentario debe escribirse en un rectángulo de papel construcción café y colocarse bajo el árbol formando raíces. Al terminar deberán leer</li> </ul>	20 minutos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ejemplo del árbol de problemas</li> <li>• Fichas con los problemas escritos</li> <li>• Pliegos de papel</li> <li>• Marcadores</li> </ul>

Tema	Actividad/ técnica	Procedimiento	Tiempo	Materiales necesarios
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• causa por causa y escribir en una manzana de papel construcción las consecuencias que resultan y sufren las personas de esa mala conducta y que la peguen en la copa del árbol. Se trabajarán los problemas a los que las/los adolescentes están expuestos:               <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ingerir bebidas alcohólicas.</li> <li>2. Fumar cigarrillos y consumir drogas.</li> <li>3. Tener relaciones sexo genital.</li> </ol> </li> <li>• Al terminar, cada grupo debe exponer su árbol de problemas.</li> <li>• El facilitador hace un resumen de las causas y efectos de cada problema</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rectángulos de papel construcción color café</li> <li>• Manzanas de papel construcción rojo</li> <li>• Goma</li> <li>• Masking tape</li> </ul>
3. Protección contra las conductas de peligro	Dinámica "La rueda parlanchina"	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pida a los participantes que formen dos círculos al centro del salón, uno dentro y otro fuera, tratando la manera de quedar frente a frente y en parejas. Se producirá un sonido que indicará que los círculos deben girar de forma contraria y al terminar este sonido, tratarán de quedar frente a otro compañero.</li> <li>• Haga la siguiente pregunta a los participantes: <b>¿Cuál era su actividad favorita cuando eran adolescentes?</b> Los participantes deberán compartir la respuesta con su compañero del frente.</li> <li>• Nuevamente se produce el sonido y los círculos empiezan a girar, al terminar el sonido pregunte: <b>¿Cómo eran tus amigos en esa edad?</b> De igual forma los participantes compartirán sus respuestas</li> <li>• Nuevamente se produce el sonido, y al terminar se pregunta: <b>¿Cuál fue la conducta de peligro que afectó a tu familia y a ti como persona?</b></li> <li>• Al terminar el juego vivencial el facilitador reunirá a los padres para que expresen en una lluvia de ideas las experiencias de sus compañeros cuando respondían las preguntas dictadas.</li> </ul>	20 minutos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cartel con preguntas a realizar en la dinámica</li> <li>• Pliegos de papel</li> <li>• Marcador</li> <li>• Masking tape</li> <li>• Objeto para hacer sonido.</li> </ul>

Tema	Actividad/ técnica	Procedimiento	Tiempo	Materiales necesarios
	¿Cómo poner atención a las actividades de nuestros hijos?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Luego se reflexionará y analizará, en base a esas experiencias de cuando ellos eran adolescentes sobre como hubieran sido sus vidas si hubiesen tenido la oportunidad de cambiar algo.</li> <li>• Ahora buscarán formas de cómo actuar con sus hijos adolescentes que probablemente se encuentran en las mismas situaciones, y cómo los ayudarán a prevenir esas conductas de peligro que pueden afectar su futuro y su vida.</li> <li>• Anote todas las respuestas y comentarios en pliegos de papel debidamente identificados.</li> </ul>		
4. Cierre	Práctica en la casa	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Recomiende a los padres que cuando sus hijos salgan, les pregunten:  <b>¿A dónde vas?</b>  <b>¿Con quién vas?</b>  <b>¿Qué vas a hacer?</b>  <b>¿A qué hora vas a regresar?</b> </li> <li>• Muestre el cartel con el lema de los padres y repítanlo juntos dos veces.</li> </ul>	5 minutos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fichas con las preguntas claves de la tarea. (Entregar a cada familia)</li> </ul> <p>Cartel con el lema de padres:</p> <p>"Con amor y límites seremos una familia mejor"</p>

# Sesión 7

## Con los padres

### **Tema: Unión en la comunidad**

#### **Participantes:**

Padres de familia

#### **Objetivos:**

Los padres:

1. Aprenderán a apoyar el beneficio de ir a la escuela para sus hijos
2. Aprenderán las maneras de proteger a los niños y adolescentes en la comunidad.
3. Comprenderán el valor de buscar ayuda.

#### **Ejes temáticos:**

1. Bienvenida y repaso de las prácticas en el hogar.
2. Hacer que los adolescentes se interesen en la escuela.
3. Convertirse en un defensor de los adolescentes en la comunidad.
4. Importancia de buscar ayuda.
5. Cierre.

## Guía metodológica para la facilitación del taller

Tema	Actividad/ técnica	Procedimiento	Tiempo	Materiales necesarios
1. Bienvenida y repaso de las prácticas en la casa	Bienvenida y repaso de la tarea en casa	<ul style="list-style-type: none"> <li>• El facilitador da la bienvenida a los participantes y agradece su asistencia y puntualidad.</li> <li>• Pregunta a los padres:               <ul style="list-style-type: none"> <li>¿Qué resultado les dio el haber aplicado las preguntas recomendadas en la sesión anterior?:</li> <li>¿A dónde vas?</li> <li>¿Con quién vas?</li> <li>¿Qué vas a hacer?</li> <li>¿A qué hora vas a regresar?</li> </ul> </li> <li>• Reflexiones y concluya con recomendaciones</li> </ul>	5 minutos	
2. Hacer que los/ las adolescentes se interesen en la escuela	La pelota preguntona	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pida a los participantes que formen un círculo al centro del salón y al inicio del sonido ellos pasarán de uno en uno la pelota preguntona y al finalizar el sonido la pelota para, y la persona que la tenga en las manos deberá quitar un papelito y el facilitador leerá la pregunta y ella/el deberá contestar.</li> <li>• El juego deber hacerse varias veces para terminar las preguntas de la pelota.</li> <li>• El facilitador deberá escribir las respuestas en pliegos de papel diferentes según la pregunta.</li> </ul> Preguntas a realizar: <b>Cartel 1</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Por qué dejan de estudiar las/los adolescentes?</li> <li>• ¿Por qué pierden las/los adolescentes el grado escolar?</li> <li>• ¿En qué grado dejan de estudiar las/los adolescentes?</li> </ul> <b>Cartel 2</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Por qué es importante que las/los adolescentes terminen sus estudios?</li> <li>• ¿Cómo pueden ayudar los padres a sus hijos para que terminen sus estudios?</li> <li>• ¿Cómo ayudarían los padres a las/los adolescentes para que no pierdan el grado.</li> <li>• ¿Cómo sería la situación económica y familiar de los adolescentes que terminan sus estudios?</li> </ul> <li>• Haga un cierre con un reflexión</li>	10 minutos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Una Pelota</li> <li>• Preguntas</li> <li>• Masking tape</li> <li>• Pliegos de papel</li> <li>• Marcadores.</li> <li>• Fichas con las preguntas</li> </ul>



Tema	Actividad/ técnica	Procedimiento	Tiempo	Materiales necesarios
3. Convertirse en un defensor de los adolescentes en la comunidad	"La foto de mi comunidad"	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pida a los padres que dibujen en cuatro pliegos de papel unidos con masking tape, una foto de la comunidad donde viven, deben incluir sus alrededores (casas, escuela, cantinas, municipalidad, iglesia, carreteras, campos, barrancos, etc.)</li> <li>Al terminar la foto pídeles que lo vean y marquen con rojo:               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lugares que son de mala influencia para las/los adolescentes.</li> <li>• Lugares en que corren peligro las/los adolescentes.</li> <li>• Lugar en que se haya oído que las/los adolescentes tienen más accidentes.</li> <li>• Lugar en que más acostumbran estar las/los adolescentes.</li> </ul> </li> <li>• En un extremo de la foto de la comunidad pida a los padres que escriban: los problemas que existen en la mayoría de las familias y pobladores de la comunidad.</li> <li>• De igual forma, en otro extremo pero con marcador azul los padres deberán dar soluciones a la comunidad para resolver estos problemas y medidas o compromisos para proteger a las/los adolescentes.</li> </ul>	20 minutos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pliegos de papel</li> <li>• Masking tape</li> <li>• Crayones de colores</li> <li>• Marcadores de rojo, negro y azul</li> </ul>

Tema	Actividad/ técnica	Procedimiento	Tiempo	Materiales necesarios
4. Importancia de buscar ayuda.	¿A dónde ir en busca de ayuda.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• El facilitador leerá una historia de una familia a los padres, esta es la historia:</li> <li>• La familia Tejaxum está pasando momentos difíciles. Don Francisco, el padre fue despedido de su trabajo y no hay suficiente dinero para pagar las deudas. No tiene dinero para transporte y esto hace aún más difícil encontrar otro trabajo. Además, doña Romelia su esposa está preocupada por su madre, que está muy enferma y quiere que venga a vivir con ellos, pero por ahora no tienen suficiente dinero para alimentar a la familia y menos a otra persona más, esto haría las cosas más difíciles.</li> </ul> <p><b>Preguntas para el grupo:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Qué problemas está pasando la familia Tejaxum?</li> <li>• ¿Por qué a algunas personas no les gusta pedir ayuda?</li> <li>• ¿A dónde podrían ir en busca de ayuda?</li> <li>• ¿Es importante buscar ayuda y contar nuestras necesidades?</li> <li>• Anote los comentarios y respuestas de los participantes en carteles debidamente identificados.</li> </ul>	10 minutos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• La ficha con la historia de la familia Tejaxum</li> <li>• Fichas con las preguntas</li> <li>• Marcadores</li> <li>• Masking tape</li> </ul>
5. Cierre	Práctica en la casa	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Inste a los padres a trabajar en comunidad para tomar medidas que ayuden a tener adolescentes sanos y con mejor desarrollo.</li> <li>• Agradezca a los padres por venir al programa de "Familias fuertes comunitario".</li> <li>• Muestre el cartel con el lema de los padres y repítanlo juntos dos veces.</li> </ul>	5 minutos	<p>Cartel con el lema de padres</p> <p>"Con amor y límites seremos una familia mejor"</p>

# Sesiones con familias

"Somos familias fuertes, nos queremos y la pasamos bien juntos"



## Contenido metodológico

### Sesiones

- » 1 Apoyar los anhelos y sueños.
- » 2 Promover la comunicación en la familia.
- » 3 Aprecio a los miembros de la familia.
- » 4 Construir y practicar las reuniones familiares.
- » 5 Fortalecer los principios de la familia.
- » 6 La familia y la influencia de los compañeros.
- » 7 Recordando lo aprendido en "Familias fuertes comunitario".



# Sesión 1

## Con la familia

**Tema: Apoyar los anhelos y sueños**

**Participantes:**

Adolescentes y padres de familia.

**Objetivos:**

Ayudar a las familias a:

1. Establecer reuniones positivas.
2. Estimular la comunicación entre padres e hijos.
3. Compartir y apoyar los anhelos y sueños de los adolescentes.

**Ejes temáticos:**

1. Juegos en grupo.
2. Identificación y análisis de los caminos del éxito.
3. Consejos de los padres para sus hijos sobre cómo alcanzar sus sueños.
4. Buscando el sueño en familia.
5. Cierre.

## Guía metodológica para la facilitación del taller

Tema	Actividad/ técnica	Procedimiento	Tiempo	Materiales necesarios
1. Bienvenida y juegos en grupo	Girar la botella de cumplidos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• El técnico/a da la bienvenida a las familias.</li> <li>• Pida al grupo de familias que se sienten en el piso, formando un círculo. Indíqueles que se harán girar dos botellas vacías en el centro, las personas a las que apunten las botellas cuando se detengan, deben mencionar algo que les gusta de sus hijos si en caso los elegidos son padres, o viceversa. Los gustos pueden ser de personalidad, actitud o comportamiento. Ejemplo: "Papi, "me gusta cuando me abrazas y dices que me quieres), o "hija/o, me gusta cuando te portas bien".</li> <li>• Se hacen girar las botellas nuevamente y se repite el juego. Hasta cumplirse cinco veces</li> </ul>	10 minutos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dos botellas vacías</li> </ul>
2. Identificación y conocimiento de los caminos del éxito.	Este es mi camino del éxito.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• En estas sesiones se utilizará todo el material realizado en las sesiones anteriores. Utilice el realizado en la sesión uno de adolescentes.</li> <li>• Pida a los padres que observen los caminos del éxito colocados en la pared y que traten de identificar cual pertenece a su hija/o, pídale a los adolescentes que acompañen a sus padres sin darles pistas.</li> <li>• Cuando algunos de los padres hayan hecho la selección correcta, que se sienten con sus hijos para que hablen de su camino.</li> <li>• El facilitador motivará a los padres a que escuchen y estén atentos a la explicación de su hija/o.</li> <li>• Al finalizar el análisis de los caminos del éxito, pregunte lo siguiente: <b>Padres, ¿por qué adivinaron que ese era el camino de sus hijos?</b> ¿Qué les parece el sueño de sus hijos? <b>chicas y chicos, ¿Cómo se sintieron al mostrarles su camino a sus padres?</b></li> <li>• Debe anotar las respuestas dadas por los participantes en un pliego de papel debidamente identificado con: "<b>Análisis del camino al éxito</b>".</li> </ul>	20 minutos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Caminos del éxito</li> <li>• Pliegos de papel manila</li> <li>• Marcadores</li> <li>• Masking tape</li> </ul>



Tema	Actividad/ técnica	Procedimiento	Tiempo	Materiales necesarios
3. Consejos de los padres para sus hijos sobre cómo alcanzar sus sueños	Pasos para alcanzar los sueños	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Preséntele a los padres los pliegos de papel con los pasos que las y los adolescentes enlistaron para alcanzar los sueños en la sesión de adolescentes.</li> <li>• Pida a los padres que dirijan unas palabras a las/los adolescentes en general, aconsejándoles los pasos, el trabajo y el comportamiento que deben tener como personas para alcanzar los objetivos y metas.</li> <li>• Pida a los padres que mencionen algunos consejos para que sus hijos puedan alcanzar sus sueños.</li> <li>• Debe anotar las respuestas dadas por los participantes en un pliego de papel debidamente identificado con: <b>"Consejos de los padres para alcanzar el éxito"</b>.</li> </ul>	10 minutos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pliegos de papel</li> <li>• Marcadores</li> <li>• Masking tape</li> </ul>
4. Buscando el sueño en familia.	Esfuerzo familiar	<p>Instrucciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pida que cada familia tome e infle un globo y que lo revienten con un abrazo, seguidamente que se ubiquen en la línea de salida para empezar la carrera.</li> <li>• Luego deben tomar tres anillos de papel, que deben colocarse uno en los pies de papá con un pie de mamá, otro en un pie de mamá con un pie de su hija/o, de manera que deben comunicarse y ponerse de acuerdo para avanzar hacia el objetivo, que en este caso, es el camino del éxito de su hija/o; deben llegar sin romper los anillos, tienen un anillo de repuesto que pueden usar durante el camino, pero al romperseles todos, pierden y deben salir del juego. El que más rápido llegue gana.</li> <li>• Al terminar el juego haga una pequeña reflexión sobre la forma en que se sintieron trabajando juntos y el esfuerzo que pusieron para avanzar.</li> </ul>	15 minutos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Anillos de papel</li> <li>• Globos</li> <li>• Caminos del éxito</li> </ul>
5. Cierre	Recordatorio de tareas para la casa.  Conclusión	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Diga a los padres que deben recordar poner límites (normas) y dar amor en las actividades o situaciones de familia.</li> </ul> <p>Muestre el cartel con el lema de las familias y repítanlo juntos dos veces.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• El facilitador debe motivar a las familias a participar y asistir a la próxima sesión, fije la fecha y hora.</li> </ul>	5 minutos	<p>Cartel del lema de familias:</p> <p>"Somos familias fuertes, nos queremos y la pasamos bien juntos"</p>



## Sesión 2 Con la familia

**Tema: Promover la comunicación en la familia**

**Participantes:**

Adolescentes y padres de familia.

**Objetivos:**

Las familias aprenderán a:

1. Desarrollar la capacidad de escuchar.
2. Resolver los problemas juntos.

**Ejes temáticos:**

1. Rompe-hielo (juego dando afecto).
2. Juego de escuchar.
3. Demostración de la solución conjunta de problemas.
4. Normas para la familia.
5. Cierre.

## Guía metodológica para la facilitación del taller

Tema	Actividad/ técnica	Procedimiento	Tiempo	Materiales necesarios
1. Rompe-hielo	"Dando afecto"	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dé la bienvenida a las familias.</li> <li>• El facilitador da las instrucciones del juego: "Cuando lo indique tendrán un minuto para saludar a todas las personas que les sea posible con un apretón de manos". "Ahora tienen un minuto para acariciar todas las cabezas que les sean posibles". "Otro minuto más para dar todos los abrazos que sean posibles"</li> <li>• Reflexionen como se sintieron y si esto es bueno practicarlo en la familia</li> </ul>	5 minutos	
2. Juego de escuchar	Teléfono descompuesto	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pida a las familias que se sienten formando un círculo, el facilitador leerá a un padre de familia una frase que deberá transmitir a la persona de su lado derecho y esta se la dirá a la siguiente y así sucesivamente hasta llegar a la última, quien será al final la que comparta la frase de la cadena al resto del grupo.</li> <li>• Pregunte si han jugado antes esto. <b>Frase 1: "Todos somos personas especiales en la vida".</b> <b>Frase 2: "Somos una familia unida, que se respeta y se quiere mucho".</b></li> <li>• El facilitador repetirá una vez más esta actividad con otra frase, y luego reflexionará con todos sobre las consecuencias de la mala comunicación, cuando no sabemos escuchar y cuando todos se tienen que enterar de lo que pasa en la familia.</li> <li>• En el siguiente juego, el facilitador pedirá a los participantes que se reúnan por familia y le pedirá a los adolescentes que lean el mensaje escrito y lo transmita a su madre y ella al padre, luego él expresará lo que su esposa e hijo le dijeron. <b>Frase 1: "La familia es unidad con amor, estoy feliz con mi familia".</b> <b>Frase 2: "Yo amo a los miembros de mi familia".</b></li> </ul>	20 minutos	• Fichas con las frases.

Tema	Actividad/ técnica	Procedimiento	Tiempo	Materiales necesarios
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• El juego se repetirá una vez más con otra frase, que uno de los miembros quiera decir y al finalizar se reflexionará sobre lo bueno que es tener comunicación en familia para conocer y solucionar los problemas que se tienen, sin necesidad que los demás se enteren.</li> </ul>		
3. Demostración de la solución conjunta de los problemas	Historia de la familia Sacul	<ul style="list-style-type: none"> <li>• El facilitador narra la historia de la familia Sacul que se encuentra en un problema: <b><i>"La familia Sacul tiene dificultades cada mañana cuando todos tienen que ir a la escuela y al trabajo. Tienen un solo baño y todos quieren usarlo al mismo tiempo y siempre hay discusiones"</i></b>.</li> <li>• Diga al grupo que el problema principal aquí es que todos quieren usar el baño al mismo tiempo. Escriba el problema en un pliego de papel.</li> <li>• A continuación pida al grupo que describa el punto de vista del padre sobre el problema. Una vez que el grupo haya aportado voluntariamente las ideas, escoja una afirmación y escríbala en el pliego de papel bajo el título "punto de vista del padre"</li> <li>• Pida al grupo que describa el punto de vista de la madre sobre el problema. Una vez que el grupo haya aportado nuevamente las ideas, escoja una afirmación y escríbala en el pliego de papel bajo el título "punto de vista de la madre"</li> <li>• Luego pida al grupo que describa el punto de vista del adolescente sobre el problema. Cuando el grupo haya aportado las ideas escoja una afirmación y escríbala en el pliego de papel bajo el título "punto de vista del/a adolescente"</li> <li>• Estimule al grupo a efectuar una lluvia de ideas sobre una lista de las posibles opciones que podría usar la familia para resolver el problema, escriba todas las sugerencias en un pliego de papel bajo el título de "sugerencias"</li> </ul>	15 minutos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cartel del dibujo de la familia Sacul.</li> <li>• Fichas con los distintos puntos de vista.</li> <li>• Pliegos de papel</li> <li>• Marcadores</li> <li>• Masking tape</li> </ul>

Tema	Actividad/ técnica	Procedimiento	Tiempo	Materiales necesarios
4. Normas para la Familia	Platiquemos en familia	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Diga al grupo que van a trabajar sobre establecer posibles normas para la familia de manera conjunta.</li> <li>• Pida al grupo que se reúna por familia y que revisen la hoja de posibles normas hecha en la sesión de padres que quisieran practicar en casa sin llegar a discusiones o disgustos.</li> <li>• Invite a las familias a elaborar sus propias normas o límites, para que las practiquen.</li> </ul>	10 minutos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hoja de límites (normas) hechas por los padres</li> <li>• Hojas de papel bond en blanco</li> <li>• Lapiceros</li> </ul>
5. Cierre	Conclusiones	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Muestre el cartel con el lema de las familias y repítanlo juntos dos veces.</li> <li>• El facilitador debe motivar a las familias a participar y asistir a la próxima sesión.</li> </ul>	5 minutos	Cartel del lema de familias:  "Somos familias fuertes, nos queremos y lapasamos bien juntos"

## Sesión 3

# Con la familia

**Tema:** Aprecio a los miembros de la familia.

**Participantes:**

Adolescentes y padres de familia.

**Objetivos:**

Ayudar a las familias a:

1. Identificar los puntos fuertes.
2. Expresar aprecio.

**Ejes temáticos:**

1. Rompe-hielo (El dulce de los deseos).
2. Hacer un árbol de familia.
3. Cierre.

## Guía metodológica para la facilitación del taller

Tema	Actividad/ técnica	Procedimiento	Tiempo	Materiales necesarios
1. Rompe-hielo	El dulce de los deseos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dé la bienvenida a las familias a la sesión familiar.</li> <li>• Pida a los participantes que estén de pie formando un círculo.</li> <li>• Reparta a cada participante un dulce y una tarjetita con el nombre de otro participante, pida que entreguen el dulce a la persona que dice su tarjeta y que le diga una cualidad que esa persona tiene, que la respeta, admira y para finalizar, dele un fuerte abrazo.</li> <li>• Debe hacerse de uno en uno, hasta que todos hagan el rompe hielo.</li> </ul>	10 minutos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dulces</li> <li>• Tarjetas de papel construcción</li> </ul>
2. Hacer un árbol de familia	Árbol familiar	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Información: <i>Explique a las familias que en la siguiente actividad se enfocarán en las cualidades y características positivas de la familia y cada uno de sus miembros, sin importar la estructura de la familia...</i></li> <li>• Pida a los participantes que se sienten en familia.</li> <li>• Muestre el cartel del árbol de familia completo.</li> <li>• Explique que las ramas son las/los adolescentes y sus padres el tronco, y las raíces son los abuelos.</li> <li>• Las hojas representan los puntos fuertes de un miembro de la familia.</li> <li>• En el tronco del árbol es para los puntos fuertes de toda la familia y se usan los rectángulos.</li> <li>• Las raíces son para los abuelos y cada una tiene rectángulos para los puntos fuertes de los abuelos.</li> <li>• El facilitador deberá tener el material preparado para repartirlo a las familias.</li> <li>• Rectángulos amarillos para los puntos fuertes de la familia y de abuelos color café.</li> <li>• Las hojas para los puntos fuertes de los miembros de la familia que están presentes, color verde.</li> <li>• Tijeras, lápices, crayones, pegamento, etc.</li> <li>• Invite a las familias a decorar sus árboles.</li> <li>• Pida a dos ó tres familias voluntarias que compartan sus árboles en plenaria.</li> </ul>	40 minutos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pliegos de papel manila</li> <li>• Marcadores</li> <li>• Crayones pastel</li> <li>• Lápices</li> <li>• Hojas de papel construcción verde y café</li> <li>• Tijeras</li> <li>• Goma</li> <li>• Masking tape</li> <li>• Cartel con ejemplo de árbol de familia</li> </ul>



Tema	Actividad/ técnica	Procedimiento	Tiempo	Materiales necesarios
3. Cierre	Frase para cerrar el círculo.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pida a los padres que dentro del mismo círculo formado, diga: <i>"Una virtud de mi hija/o es"</i> (mencione lo escrito en el árbol). Todos los padres deben hacerlo.</li> <li>• De igual manera pida a los adolescentes que digan: <i>"Una virtud de mi padre o mi madre es"</i>.</li> <li>• Muestre el cartel con el lema de las familia y repítanlo juntos dos veces.</li> <li>• El facilitador debe motivar a las familias a participar y asistir a la próxima sesión, recuerde la fecha y hora.</li> </ul>	10 minutos	Cartel del lema de familias:  "Somos familias fuertes, nos queremos y la pasamos bien juntos"



## Sesión 4

### Con la familia

**Tema: Constituir y practicar las reuniones familiares**

**Participantes:**

Adolescentes y padres de familia

**Objetivos:**

Las familias:

1. Conocerán la importancia y el valor de las reuniones familiares.
2. Conocerán y practicarán como llevar a cabo una reunión familiar.
3. Conocerán actividades y juegos para diversión en familiar.

**Ejes tematicos:**

1. Juego activo con globos en el aire.
2. Introducción y práctica de las reuniones familiares.
3. Juegos y actividades para hacer en familia.
4. Cierre.

## Guía metodológica para la facilitación del taller

Tema	Actividad/ técnica	Procedimiento	Tiempo	Materiales necesarios
1. Juego activo con globos en el aire	Bienvenida a la sesión familiar y rompe-hielo	<ul style="list-style-type: none"> <li>• El técnico/a da la bienvenida a las familias.</li> <li>• Divida al grupo en equipos de seis personas (dos familias) cada uno y haga que formen un círculo tomados de la mano. Un líder está a cargo del equipo.</li> <li>• Arroje un globo inflado dentro del círculo y dígame a los padres y adolescentes participantes que deben mantener el globo en el aire sin soltar las manos.</li> <li>• Una vez que el equipo logró mantener el globo en el aire, el técnico/a dará órdenes sobre cómo mantener el globo en el aire; por ejemplo: con los codos, con rodillas, con los pies, cabeza, etc. El grupo deberá seguir las indicaciones.</li> <li>• Luego de haber practicado con un globo, agregue otro a cada equipo y deben mantenerlos en el aire.</li> </ul>	5 minutos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Globos</li> </ul>
2. Introducción y práctica de las reuniones familiares	"Tiempecito para la familia"	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Antes de la sesión familiar, el facilitador deberá escribir un cartel con una introducción sobre lo importante de las reuniones familiares. Ejemplo:               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Las reuniones familiares son una buena ocasión para que las familias hagan planes, resuelvan problemas y se diviertan juntos.</li> </ul>               Explique a medida que los/las adolescentes empiezan a tener más actividades, es conveniente tener reuniones familiares para conocer el calendario y las responsabilidades a realizar y se debe dar importancia a las necesidades y al apoyo que requieran para llevarlas a cabo.             </li> <li>• Es importante que los padres acepten la participación y sugerencias que los adolescentes expresan cuando están en una solución de problemas o en la planeación de alguna situación familiar.</li> <li>• Divida a los participantes en tres grupos, pida a cada uno que dramatice utilizando la realidad de cómo lo harían en su familia en las siguientes escenas donde se reúne la familia para convivir y platicar.</li> </ul>	35 minutos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cartel de la introducción de reuniones familiares</li> <li>• Fichas con los ejemplos para la dramatización</li> <li>• Cartel con las preguntas</li> <li>• Marcadores</li> <li>• Pliegos de papel</li> </ul>

Tema	Actividad/ técnica	Procedimiento	Tiempo	Materiales necesarios
		<p>1. En esta familia la cena es la hora adecuada para platicar de lo que cada miembro de la familia hizo durante el día y sobre los problemas que tenga alguno y como lo apoyan los demás para solucionarlo.</p> <p>2. En esta familia se presentó un problema o actividad importante (enfermedad, accidente, visita de un familiar, etc.) que debe ser resuelto y como es que la familia se reúne, a qué hora y en donde para resolverlo.</p> <p>3. En esta familia planifican un fin de semana para salir y pasar un tiempo en familia para convivir después de una semana de trabajo.</p> <p>• Al finalizar las dramatizaciones pregunte a los participantes:  <i>¿Cómo se sintieron al realizar esta actividad?</i>  <i>¿Creen ustedes que las reuniones familiares nos pueden servir para mejorar la convivencia y comunicación en nuestra familia?</i>  <i>¿Están dispuestos a comprometerse como familias a realizar reuniones familiares en sus hogares? Establezca un acuerdo</i></p>		
3. Juegos y actividades para hacer en familia.	"Divirtiéndonos en familia"	<p>• El facilitador compartirá con los participantes sobre los juegos que pueden crear y luego jugarlos en familia. Muestre ejemplos como:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lotería</li> <li>• Memoria</li> <li>• Barriletes</li> <li>• Realizar los siguientes juegos:</li> <li>• Avioncitos de papel</li> <li>• Chiviri cuarta</li> <li>• 3. Tiro al bote ( escondidas)</li> <li>• Solicite a los participantes que expongan cualquier otro juego. <b>Construcción conjunta</b></li> </ul>	15 minutos	Ejemplos de los juegos que se pueden realizar en casa Hojas de reciclaje Monedas de papel
4. Cierre	Agradecimiento e invitación a la próxima sesión.	<p>• El técnico/a agradecerá a las familias por su asistencia y motivará a regresar la próxima sesión</p> <p>• Muestre el cartel con el lema de las familia y repítanlo juntos tres veces.</p>	5 minutos	Cartel del lema de familias: "Somos familias fuertes, nos queremos y la pasamos bien juntos"



## Sesión 5

# Con la familia

**Tema: Fortalecer los principios de la familia**

**Participantes:**

Adolescentes y padres de familia

**Objetivos:**

Ayudar a las familias a:

1. Valorar la importancia de los valores y principios de la familia
2. Conocer la unión que hay entre los principios de la familia y la toma de decisiones en actividades.
3. Identificar y fortalecer los principios de su propia familia.

**Ejes temáticos:**

1. Comprender los principios de la familia.
2. Conectar los principios con la acción.
3. Hacer nuestra casa protectora de los principios de la familia.
4. Cierre.

### Guía metodológica para la facilitación del taller

Tema	Actividad/ técnica	Procedimiento	Tiempo	Materiales necesarios
1. Comprender lo que son los principios de la familia	Bienvenida, juego vivencial de los principios de la familia	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dé la bienvenida a la sesión familiar a ambos grupos.</li> <li>• Pida al/a él adolescente de cada familia que saque un papelito de la caja de los principios y deberá dramatizar el principio y sus padres adivinarán cuál de los escritos en el cartel está dramatizando.</li> </ul> <p><b>Principios:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Honestidad</li> <li>• Sinceridad</li> <li>• Amor</li> <li>• Trabajo arduo</li> <li>• Cuidar el medio ambiente</li> <li>• Generoso con otros</li> <li>• Educación</li> <li>• Ser fuerte y saludable</li> <li>• Pasar juntos como familia</li> <li>• Tradición familiar</li> <li>• Creer en un ser supremo</li> <li>• Comunicación</li> <li>• Confianza</li> </ul>	10 minutos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cartel de los principios</li> <li>• Papelitos con los principios</li> <li>• Caja o bolsa</li> </ul>
2. Conectar los principios con la acción.	"Los principios de mi familia en acción"	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pida a las familias que formen tres grupos y que deben ponerse de acuerdo para dramatizar uno de los principios que sus hijos sacaron de la caja de los principios.</li> <li>• En esta dramatización deberán representar una escena donde los padres enseñan el principio a sus hijos en la casa y luego otra escena donde la hija/olo pone en práctica en una situación donde comparte con otras personas o familias y que hablarán muy bien de ella/él por su buen comportamiento.</li> <li>• Al finalizar el facilitador analizará y reflexionará con las familias sobre la importancia de enseñar principios a los hijos y lo bueno que es para la vida de los adolescentes.</li> <li>• Todos los comentarios acerca del tema deben ser anotados en pliegos de papel debidamente identificados.</li> </ul>	20 minutos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cartel de los principios</li> <li>• Pliegos de papel</li> <li>• Marcadores</li> <li>• Masking tape</li> </ul>



Tema	Actividad/ técnica	Procedimiento	Tiempo	Materiales necesarios
3. Hacer nuestra casa protectora de los principios de la familia	"Mi casa y los principios de mi familia"	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pida a los participantes que se reúnan por familias y dele a cada familia un pliego de papel, tijeras, prensa, goma y marcadores, para que elaboren la silueta de una casa donde deberán dibujar a su familia en el centro y luego deben recortar figuras de prensa donde se muestren actividades que representen los principios que hay en la familia y deben pegarlas alrededor de la familia, pero dentro de la silueta de la casa, esto mostrará cómo está formada la familia y los principios que se practican en ella.</li> <li>• Pida a dos ó tres familias que compartan su casa protectora de los principios.</li> </ul>	20 minutos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pliegos de papel manila</li> <li>• Prensa</li> <li>• Tijeras</li> <li>• Goma</li> <li>• Marcadores</li> <li>• Crayones pastel</li> <li>• Masking tape</li> </ul>
4. Cierre	Agradecimiento e invitación a la próxima sesión.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• El facilitador agradecerá a las familias por su asistencia y motivará a regresar la próxima sesión</li> <li>• Muestre el cartel con el lema de las familia y repítanlo juntos dos veces.</li> </ul>	5 minutos	Cartel del lema de familias: "Somos familias fuertes, nos queremos y la pasamos bien juntos"



## Sesión 6

### Con la familia

**Tema: La familia y la influencia de los compañeros**

**Participantes:**

Adolescentes y padres de familia

**Objetivos:**

Ayudar a las familias a:

1. Hablar juntos sobre cómo evitar las conductas de peligro que afectan su vida y a familia.
2. Fortalecer la confianza entre padres e hijos para resolver los problemas.
3. Establecer en familia esperanzas claras para los adolescentes.

**Ejes tematicos:**

1. Los padres ayudan a los adolescentes que sufren la influencia negativa de los compañeros.
2. Compartir las habilidades de rechazo.
3. Fortaleciendo la confianza entre padres e hijos.
4. Cierre

## Guía metodológica para la facilitación del taller

Tema	Actividad/ técnica	Procedimiento	Tiempo	Materiales necesarios
1. Los padres ayudan a los adolescentes que sufren la influencia negativa de los compañeros	Bienvenida y Juego vivencial de "yo escucho a mis padres"	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dar la bienvenida a ambos grupos a la sesión familiar.</li> <li>• Pida la participación de cuatro familias e indíqueles lo siguiente:               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sus hijos estarán con los ojos cubiertos y se ubicarán en un lugar del salón y deberán tomar de uno en uno los cuadernos que están colocados cerca, para ser llevados al otro extremo del salón, sus padres le estarán guiando por dónde ir, como recoger el cuaderno y donde va a dejarlos, pero las demás familias se encargarán de confundirlos dándoles instrucciones incorrectas, pero la/él adolescente debe concentrarse únicamente en la voz de sus padres quienes serán los únicos que les estarán dando las instrucciones correctas.</li> </ul> </li> <li>• Al terminar se analizará y reflexionará sobre lo más importante de la actividad.</li> <li>• Anote los comentarios y respuestas de los participantes en pliegos de papel debidamente rotulados.</li> </ul>	15 minutos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• cuatro mesas o bancos</li> <li>• nueve cuadernos prestados de los participantes</li> <li>• Tiras de papel crepe</li> <li>• Pliegos de papel</li> <li>• Marcadores</li> <li>• Masking tape</li> </ul>
2. Compartir las habilidades de rechazo	Convivencia familiar	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pida a los participantes que se sienten, en un lado los padres y en el otro, estando de frente, los hijos. Explique que en este momento los padres expresarán experiencias o consejos que puedan ayudar a los adolescentes a adquirir habilidades para rechazar las malas influencias de sus compañeros. Pida a los adolescentes que escuchen con atención y pregunten cualquier inquietud o duda.</li> <li>• Anote los comentarios y respuestas de los participantes en pliegos debidamente identificados acerca de la actividad.</li> </ul>	10 minutos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pliegos de papel</li> <li>• Marcadores</li> <li>• Masking tape</li> </ul>

Tema	Actividad/ técnica	Procedimiento	Tiempo	Materiales necesarios
3. Fortaleciendo la confianza entre padres e hijos	"¿A dónde voy y qué me pasará?"	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pida a los padres de familia que salgan del salón por un momento y dé las siguientes instrucciones: Sus hijos tienen los ojos vendados y ustedes como padres deberán ir y sacarlos del salón para darles una vuelta por toda el área, ustedes no podrán hablar ni darles pistas de que son sus padres únicamente llevarán a sus hijos de la mano dándoles un golpecito o apretón en la parte del cuerpo que quieren que mueva ya sea para subir o bajar gradas, tocar o recoger algo, etc. No se permite hablar. Es importante que pasen por lugares con dificultad y ustedes les darán confianza para que no tengan miedo de caerse. Luego del recorrido deberán regresar al salón.</li> <li>• Por otra parte, a las/los adolescentes se les indica lo siguiente: Se les vendarán los ojos y luego alguien vendrá a traerlos para llevarlos a "dar una vuelta". Se los lleva cualquier persona y al final se les preguntará si reconocieron a su guía. Los guías son mudos.</li> <li>• Al terminar se analizará y reflexionará acerca de la actividad y los sentimientos que se presentaron.</li> <li>• Anote los comentarios y respuestas de los participantes en pliegos de papel debidamente identificados.</li> </ul>	25 minutos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tiras de papel crepé obscuro</li> <li>• Área libre</li> <li>• Pliegos de papel manila</li> <li>• Marcador</li> <li>• Masking tape</li> </ul>
4. Cierre	Agradecimiento e invitación a la próxima sesión.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• El facilitador agradecerá a las familias por su asistencia y motivará a regresar la próxima sesión.</li> <li>• Muestre el cartel con el lema de las familia y repítanlo juntos dos veces.</li> </ul>	5 minutos	<p>Cartel del lema de familias:</p> <p>"Somos familias fuertes, nos queremos y la pasamos bien juntos"</p>



# Sesión 7

## Con la familia

**Tema: Recordando lo aprendido en "Familias fuertes comunitario"**

**Participantes:**

Adolescentes y padres de familia

**Objetivos:**

Las familias:

1. Repasarán el contenido de "Familias fuertes comunitario".
2. Compartirán sus experiencias positivas luego de practicar el contenido de familias fuertes en sus hogares.
3. Expresar su agradecimiento.

**Ejes temáticos:**

1. Dinámica familiar.
2. Resumen y repaso de "Familias Fuertes".
3. Evaluación del proyecto.
4. Graduación y agradecimiento por su participación.
5. Cierre.

## Guía metodológica para la facilitación del taller

Tema	Actividad/ técnica	Procedimiento	Tiempo	Materiales necesarios
1. Dinámica familiar	Bienvenida y dinámica familiar.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dar la bienvenida a la sesión familiar a ambos grupos.</li> <li>• Pida a las familias que se tomen de la mano y que se coloquen formando un círculo en el centro del salón.</li> <li>• Pida a los esposos que se tomen de ambas manos simulando formar un nido, luego pida a la hija/o que se meta dentro del nido hecho por sus padres.</li> <li>• El facilitador gritará "¡Pajaritos a volar!" y todos los adolescentes deben salir a volar alrededor del círculo de nidos.</li> <li>• El facilitador gritará nuevamente "¡Pajaritos a su nido!" y todos deben buscar cualquier nido, pues allí el facilitador se meterá a uno y el adolescente que se quede sin nido deberá dirigir la dinámica hasta lograr un nido nuevamente, se repite varias veces el juego.</li> <li>• Se realiza un cierre preguntando como se sintieron y que lección les deja la actividad.</li> </ul>	5 minutos	
2. Resumen y repaso de "Familias Fuertes"	Lluvia de ideas sobre las sesiones de "Familias Fuertes".	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pida a los participantes que traten de recordar las actividades que se realizaron en cada sesión.</li> <li>• El facilitador ayudará a los participantes dando los nombres de los temas y guiándose por su manual o la ficha técnica de recordatorio que elabore previamente. Mencionará algunos temas y algunas actividades vistas y que los participantes deberán reforzar.</li> </ul>	15 minutos	Ficha técnica de recordatorio para el facilitador Pliegos de papel manila Marcadores Masking tape Ficha con preguntas



Tema	Actividad/ técnica	Procedimiento	Tiempo	Materiales necesarios
3. Evaluación del proyecto	Preguntas de evaluación	<ul style="list-style-type: none"> <li>• El facilitador hará las siguientes preguntas:  <i>¿Hubo cambios dentro de la familia después de participar en Familias fuertes?</i>  <i>¿Pueden los talleres de Familias fuertes ayudar a las familias de la comunidad?</i>  <i>¿Están bien para la comunidad los talleres de Familias fuertes, o hay algo que debe cambiarse?</i>  <i>¿Qué fue lo que más les gustó de Familias fuertes?</i>  <i>¿Qué fue lo que menos les gustó de Familias fuertes?</i> </li> </ul>	15 minutos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pliegos de papel manila con las preguntas escritas.</li> <li>• Papelitos para los adolescentes para que escriban las respuestas</li> <li>• Marcadores</li> <li>• Masking tape</li> </ul>
4. Graduación y agradecimiento por su participación	Entrega de diplomas	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Autoridades y responsables del programa de "Familias fuertes comunitario" agradecen y motivan a las familias participantes y graduandas del proyecto a seguir adelante y se les reconoce su valiosa participación a través de un diploma para la familia.</li> </ul>	20 minutos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Diplomas</li> </ul>
5. Cierre	Lemas de las sesiones	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Muestre el cartel con el lema de los padres y repítanlo juntos dos veces.</li> <li>• Muestre el cartel con el lema de adolescentes y repítanlo juntos dos veces.</li> <li>• Muestre el cartel con el lema de las familia y repítanlo juntos dos veces.</li> </ul>	5 minutos	<p>Cartel con el lema adolescentes "Somos el presente, somos el futuro, de nosotros depende"</p> <p>Cartel con el lema de padres: "Con amor y límites seremos una familia mejor"</p> <p>Cartel del lema de familias: "Somos familias fuertes, nos queremos y la pasamos bien juntos"</p>



## Seguimiento, monitoreo y evaluación

El seguimiento deberá ser aplicado por los facilitadores, los padres y los participantes en el campo con la revisión del avance del cumplimiento de las tareas designadas a las familias en las siete sesiones y su percepción inmediata; así como para que juntos evalúen el impacto integral del programa.

### **Monitoreo al desempeño en las sesiones y percepción inmediata.**

Los facilitadores pueden medir la percepción cualitativa de los participantes sobre la intervención tanto en su satisfacción inmediata con el programa, la calidad de los materiales utilizados, si el local fue apropiado, si estuvieron de acuerdo con la actuación del facilitador, si aprendieron lecciones nuevas y si opinan que su relación con sus hijos mejorará después de haber participado en el programa. Esta información orientará al facilitador para continuar con la estructura actual de la intervención, realizar modificaciones y adaptaciones de forma de acuerdo al contexto. El contenido del programa por ningún motivo deberá ser alterado de su estructura original.

### **Evaluación de impacto**

La evaluación de impacto tiene la función de identificar el efecto real del programa en la relación familiar y en la prevención de las conductas de riesgo (tabaco, alcohol, drogas, entre otros...) que comprometen la salud de los adolescentes.

El protocolo de evaluación deberá ser utilizado por especialistas, el mismo deberá ser aplicado a los responsables del programa. Existe también para el mismo fin un protocolo que evalúa todo el proceso y sus resultados, así como la evaluación de la planificación realizada. Dentro de lo posible se puede realizar una evaluación final para sistematizar la experiencia con la asistencia de un consultor del programa con el fin de recuperar los logros alcanzados, las dificultades encontradas y cómo se logró superarlas, las recomendaciones para lograr la sostenibilidad y los aportes para el fortalecimiento del programa.

# ANEXOS

## **Anexos: Consentimiento informado Programa familiar de prevención de conductas de riesgo en adolescentes de 10 a 14 años**

### **Estimada familia:**

Nos dirigimos a ustedes para invitarlos a participar en el programa "Familias fuertes" en su versión comunitaria, adaptada por ChildFund con apoyo de la Organización Panamericana de la Salud/Organización Mundial de la Salud OPS/OMS, en el marco del Programa Conjunto PC SaquilajB'e.

Este programa permite a padres, madres, hijos e hijas, romper estructuras verticales por unas más horizontales de armonía, respeto mutuo, comunicación y especialmente de amor y límites, para la construcción de familias más sólidas que aseguren un futuro positivo.

El objetivo es que las adolescentes y adolescentes puedan tener una convivencia armoniosa en su casa que les permita romper con el ciclo de los patrones generacionales que hacen permanente la pobreza, como por ejemplo retrasar la formación de una familia o de los embarazos a temprana edad, contribuye a una mejor familia en el futuro

El programa de "Familias fuertes" tiene una duración de siete sesiones, de 2 horas 30 minutos cada una. Éstas se llevarán a cabo en la comunidad, en las instalaciones y a la hora que el grupo elija, respetando la decisión de la mayoría.

Se realizará en grupos con un máximo de 15 familias con una facilitadora a cargo. Cada sesión se subdivide a su vez en tres: una sesión con padres y otra con adolescentes (que se desarrollan de forma paralela) y una sesión conjunta para el intercambio entre padres e hijos.

Los contenidos de las sesiones con los padres son:

1. Amor y límites
2. Establecer límites en casa
3. Estimular el buen comportamiento
4. Utilizar de normas de disciplina en la familia
5. Construir lazos de afecto y confianza

6. Protección contra los comportamientos de peligro
7. Unión en la comunidad

En las sesiones destinadas a las/os adolescentes se abordan los siguientes temas:

1. Tener anhelos y sueños
2. Apreciar a los padres
3. Hacer frente al estrés
4. Obedecer las normas de disciplina en casa
5. Decir no a los mandatos dañinos de los compañeros
6. La influencia del grupo y los buenos amigos
7. Ayudar a otros

En las sesiones destinadas a la familia se tratan los siguientes temas:

1. Apoyar los anhelos y sueños
2. Promover la comunicación en la familia
3. Aprecio a los miembros de la familia
4. Construir y practicar las reuniones familiares
5. Fortalecer los principios de la familia
6. La familia y la influencia de los compañeros
7. Recordando lo aprendido en "Familias fuertes comunitario".

Al final de los talleres se espera que las/os adolescentes y sus padres tengan una mejor comunicación y evitar con ello situaciones que les afecte en vida.

Atentamente,

Aceptamos participar \_\_\_\_\_

Familia \_\_\_\_\_

Contacto \_\_\_\_\_

Dirección \_\_\_\_\_

## Bibliografía

Organización Panamericana de la Salud. Familias Fuertes: programa familiar para prevenir conductas de riesgo en adolescentes. Una intervención para padres y adolescentes entre 10 y 14 años. Washington, D.C: OPS, © 2009

