

# Kit de Herramientas

Acompañando a los Hijos como  
Agentes de Cambio  
Padres y Madres de Familia



## ACOMPAÑANDO A LOS HIJOS COMO AGENTES DE CAMBIO

La elaboración del manual se realizó en base al programa de “Familias Fuertes” de la OPS. La presente propuesta fue validada por el Consejo de Salud Rural Andino en una organización socia de ChildFund Bolivia en la ciudad de La Paz – La Primavera-. Un agradecimiento especial a los educadores y jóvenes que participaron de este proceso.

### Coordinación General:

ChildFund Bolivia  
ChildFund Internacional

### Adaptación y validación:

Mayra Montevilla  
Ramiro Llanque

### ChildFund Bolivia

Wendy McFarren  
Saleg Eid  
Ana Vacas  
Mónica Núñez  
Sheila Maldonado

### ChildFund International

Danielle Roth

### Diseño y diagramación:

Edwin Hidalgo Q.  
edwinhidalgoq@gmail.com

### Ilustraciones:

Elena Carvajal  
celena21@gmail.com

### ChildFund Bolivia

Calle 5 de Achumani (c. Francisca Orozco)  
Edif. Q Business Center N° 578.  
Casilla: 8735.  
Teléfono: 2770640 – 2771753

# Contenido

## Kit de Herramientas Acompañando a los Hijos como Agentes de Cambio

<b>Estructura general</b> .....	5
Objetivo .....	5
Actividades.....	5
Anexos .....	6
Descripción de la estructura por cada sesión .....	6
 <b>Estructura General</b> .....	7
Sistema de monitoreo y evaluación por competencias .....	8
Forma de evaluación .....	9
Orientaciones prácticas para realizar las actividades .....	11
Recursos .....	13
 <b>Desarrollo del programa</b> .....	14
Sesión 1 Apoyo Familiar (amor y límites) .....	14
Resultados de la crianza autoritaria .....	17
Resultados de la crianza permisiva.....	17
Resultados de la crianza con amor y límites .....	18
Apoyo a los sueños y las metas de los adolescentes .....	19
Sentimientos de los adolescentes .....	20
Cierre .....	21
Sesión 2 Comunicación familiar positiva .....	22
¿Cómo son los adolescentes? .....	22

Actividad 2.1 .....	23
La comunicación en familia y la necesidad de reglas en el hogar .....	24
Actividad 2.2 Reglas para nuestra familia .....	25
Señalando las reglas y las responsabilidades .....	26
Usando afirmaciones en primera persona "Me siento" .....	27
Actividad 2.3 "Me siento..." .....	28
Usando afirmaciones en primera persona. "Me siento... cuándo..." .....	28
Actividad 2.4 "Me siento... cuando..." .....	29
Usando afirmaciones en primera persona "Me siento... cuando... porque..." .....	29
Actividad 2.5 "Me siento... cuando... porque" .....	30
Usando las afirmaciones en primera persona "Me gustaría que..." .....	31
Actividad 2.6 "Me siento... cuando... porque... me gustaría que..." .....	31
Cierre .....	32
Sesión 3: Prevención de las conductas de riesgo y la importancia del apoyo de los padres para el ejercicio de los derechos de los jóvenes .....	33
Repaso de las prácticas en el hogar. ....	33
Protegiendo a sus hijos del consumo de tabaco y drogas, el abuso del alcohol y la desinformación acerca de las conductas sexuales de riesgo.....	33
Diferentes perspectivas en relación a las conductas de riesgo .....	34
Actividad 3.1 .....	34
Factores protectores del alcohol y las drogas .....	37
Peligros con el consumo de tabaco y drogas, el abuso del alcohol y la desinformación acerca de las conductas sexuales de riesgo .....	37
Actividad 3.2 .....	38
Supervisando a los adolescentes .....	39
Actividad 3.3 Práctica para preguntar quién, qué, dónde, cuándo .....	40
Importancia del apoyo de los padres en la participación de los hijos para el ejercicio de sus derechos en ciudadanía activa .....	42
Cierre .....	44
Calificación del cuestionario: .....	46
Calificación del cuestionario: .....	48

# Kit de Herramientas Acompañando a los Hijos como Agentes de Cambio

El Kit de Herramientas para padres de familias contempla un paquete educativo de un Manual del facilitador con el objetivo de incrementar la participación activa de las familias en el acompañamiento al desarrollo integral biopsico-social de los niños, adolescentes y jóvenes para el ejercicio de sus derechos en el marco del programa de ciudadanía activa

Este manual ha sido adaptado del Programa Familias fuertes de la OPS que apunta como una intervención primaria para prevenir el abuso de alcohol y otras sustancias, fortalecer la comunicación familiar y alentar el acompañamiento de los padres en el proceso de formación de los hijos como agentes de cambio.

El Manual tiene:

- Una sección orientada a conocer el Programa acompañando a los hijos como agentes de cambio
- Una sección sobre la metodología, el rol del facilitador y orientaciones para el desarrollo de las actividades
- Un cuestionario aplicado a los padres

## Estructura general

Cada sesión esta estructura de la siguiente manera:

### Objetivo

- Es el fin o la meta de la herramienta. Es decir, lo que se quiere lograr con la aplicación de la herramienta.

### Actividades

Son acciones didácticas vivenciales que permiten el aprendizaje experiencial con padres de familia a través de videos, dinámicas, el análisis y la reflexión.

## Anexos

Están los instrumentos que se necesitan para hacer el seguimiento, monitoreo y evaluación. (cuestionario)  
Está el material de apoyo que se necesita para el desarrollo de las actividades. (videos)

### Descripción de la estructura por cada sesión

A continuación, se presenta la descripción de cada sesión, objetivos, actividades y tiempo estimado por cada una de las actividades, incluyendo el proceso de cuestionario pre y post test.

## Estructura General

Programa	Sesión	Actividad	Competencias	Tiempo
Ciudadanía y Cambio	1. Apoyo Familiar (amor y límites)	Resultados de la crianza: autoritaria, permisiva, con amor y límites	Comprender el valor del concepto de amor y límites para ayudar a sus hijos a desarrollar las competencias y habilidades necesarias para un desarrollo saludable	120 minutos
		Apoyo a los sueños y las metas de los adolescentes		
		Sentimientos de los Adolescentes		
	2. Comunicación familiar positiva	¿Cómo son los adolescentes?	La familia conversa claramente con los hijos	120 minutos
		La comunicación en familia y la necesidad de reglas en el hogar		
		Señalando las reglas y las responsabilidades		
		Usando las afirmaciones en primera persona "Me siento...cuando...porque...me gustaría"		
	3. Prevención de las conductas de riesgo y la importancia del apoyo de los padres para el ejercicio de los derechos de los jóvenes	Protegiendo a sus hijos del consumo de tabaco y drogas, el abuso del alcohol y la desinformación acerca de las conductas sexuales de riesgo.	Proteger a sus hijos del consumo de tabaco y drogas, el abuso del alcohol y la desinformación acerca de las conductas sexuales de riesgo	120 minutos
		Diferentes perspectivas en relación a las conductas de riesgo		
		Factores protectores para evitar el alcohol y las drogas		
		Peligros con el consumo de tabaco y drogas, el abuso de alcohol y la desinformación acerca de las conductas sexuales de riesgo		
		Supervisando a los adolescentes		
		Importancia del apoyo de los padres en la participación de los hijos para el ejercicio de sus derechos en ciudadanía activa	Reconocer la importancia del apoyo de los padres en la participación de los hijos para el ejercicio de sus derechos en ciudadanía activa	

## Sistema de monitoreo y evaluación por competencias

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 ambiente 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 orientara al facilitador para continuar con la estructura actual de la intervención, realizar modificaciones y adaptaciones de forma de acuerdo al contexto.

## Evaluación de impacto

La evaluación de impacto tiene la función de identificar el efecto real del kit de herramienta en la relación familiar, el apoyo de los padres de familia a los hijos y en la prevención de las conductas de riesgo que comprometen la salud de los adolescentes. Para ello se ha desarrollado un instrumento de evaluación para realizar en grupos intervenidos.

Este instrumento es un cuestionario pre- y post-intervención que explora las dimensiones de carácter dinámico al interior del sistema familiar a través de preguntas relacionadas a comportamientos y actitudes de los mismos padres y de sus hijos en el cotidiano vivir de la familia.

Estas dimensiones y preguntas se presentan en la siguiente tabla:

Dimensiones	Preguntas del cuestionario
Limites a conductas de riesgo	<ul style="list-style-type: none"><li>• Yo he hablado con mi hijo(a) sobre cómo podría contraer VIH/SIDA</li><li>• Yo he hablado con mi hija/hijo sobre las cosas que podrían pasar si fuera a consumir alcohol durante la adolescencia</li><li>• Mi hijo(a) tiene que estar en casa en una hora determinada en la noche cuando al día siguiente tiene que ir a la escuela.</li><li>• Mi hijo(a) tiene que estar en casa en una hora determinada en la noche en fin de semana.</li><li>• Yo he iniciado la conversación sobre temas de Salud sexual y reproductiva con mi hijo(a)</li><li>• Yo asisto a las reuniones escolares de mi hijo (a)</li></ul>
Herramientas comunicacionales	<ul style="list-style-type: none"><li>• Yo asisto a las reuniones escolares de mi hijo (a)</li><li>• Yo estoy muy satisfecho(a) con la forma en que mi hijo(a) y yo conversamos</li><li>• Cuando yo hago preguntas, recibo respuestas honestas de mi hijo(a).</li><li>• Siempre es muy fácil para mí expresar mis verdaderos sentimientos a mi hijo(a).</li><li>• Yo no le digo que tengo la razón y que él o ella no entienden bien como son las cosas</li><li>• Cuando estoy molesto con mi hijo(a) le digo calmadamente la razón de mi enojo y le digo lo que me gustaría que haga para resolver el problema</li><li>• Escucho sin interrumpir a mis hijas/hijos</li></ul>



Conocimiento parental	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Yo sé qué hace mi hijo(a) durante su tiempo libre</li> <li>• Yo sé quiénes son los amigos de mi hijo(a).</li> <li>• Yo sé que tareas tiene mi hijo(a) en el colegio</li> <li>• Yo sé en que gasta mi hijo(a) su dinero</li> <li>• Conozco de memoria el número de celular de mi hijo(a).</li> <li>• Yo sé dónde se reúne y que hace mi hijo(a) en su club</li> </ul>
Comportamiento afectivo	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Yo demuestro a mi hijo(a) que realmente me importa</li> <li>• Yo actúo de forma cariñosa con mi hijo(a).</li> <li>• Yo muestro aprecio por las ideas y las cosas que hace mi hijo(a).</li> <li>• Yo ayudo a hacer algo que es importante para mi hijo(a).</li> <li>• Le apoyo y soy comprensivo con mi hijo(a).</li> <li>• Le digo (expreso) a mi hijo(a) que lo quiero</li> </ul>
Conexión familiar	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Los miembros de la familia consultaron con otros miembros de la familia en sus decisiones</li> <li>• Nos turnamos las tareas y responsabilidades de la casa</li> <li>• Hacemos actividades juntos en familia al menos una vez por semana</li> <li>• Me gusta pasar con mi familia el tiempo libre.</li> <li>• Yo dedico tiempo cada día para hablar con mis hijos</li> <li>• En mi familia compartimos al menos una comida cada día</li> </ul>

## Forma de evaluación

En el anexo 1 (Encuesta para Padres de Familia “Acompañando a los hijos como agentes de cambio”) se encuentra el cuestionario dirigido a los padres de familia en su versión pre y post test.

En la sesión introductoria luego de explicar los contenidos y objetivos del programa se aplicará el cuestionario en su versión pre-test. Luego de desarrollar todas las sesiones del programa, antes de concluir la última sesión se aplicará el cuestionario en su versión post test.

La calificación de los cuestionarios tiene puntuación directa, es decir se obtiene con el sumatorio de respuestas marcadas que se han dado en las tres columnas (nunca o rara vez, a veces, casi siempre) El valor para cada respuesta marcada es de 1. Los valores obtenidos se copian en la siguiente tabla:

	Nunca o rara vez	A veces	Casi Siempre
Total de puntos			

Lo que el facilitador/técnico debe considerar es la puntuación obtenida de la columna de *Casi siempre*, dicho puntaje que puede oscilar desde 1 – 30 se evalúa de acuerdo a la siguiente escala:

- **De 1-10 la calificación Iniciando:** ¡Felicidades! Usted está iniciando en sus habilidades y actitudes de apoyo a los hijos como agentes de cambio, le animamos a continuar trabajando y esforzándose para fortalecer la comunicación y apoyo en su familia y logre prevenir conductas de riesgo de su hijo(a).
- **De 11-22 la calificación Mejorando** ¡Felicidades! Usted ha realizado un buen trabajo como papá y/o mamá, está mejorando en sus habilidades y actitudes de apoyo a los hijos como agentes de cambio, le animamos a continuar trabajando y esforzándose para fortalecer la comunicación y apoyo en su familia y logre prevenir conductas de riesgo de su hijo(a).
- **De 23-30 la calificación Capísimo** ¡Felicidades! Usted está capísimo en sus habilidades y actitudes de apoyo a los hijos como agentes de cambio, le animamos a continuar realizando esa labor tan importante con sus hijos y su familia y le animamos a seguir fortaleciéndose para mantener la comunicación y apoyo en su familia y logre prevenir conductas de riesgo de su hijo(a).

Las otras puntuaciones obtenidas de las columnas *nunca o rara vez* y *a veces* son un referente para el facilitador/técnico que realiza la facilitación del programa para animar y motivar a los padres a realizar las tareas semanales (descritas en el manual) a fin de fortalecer y practicar habilidades y actitudes que permiten mejorar la relación familiar, el involucramiento de los padres en las actividades de sus hijos y la prevención de conductas de riesgo.

## Orientaciones prácticas para realizar las actividades

### **Etapa 1 - Plan de acción:**

La previa planificación y organización del programa es importante entre quienes asuman la tarea de implementarlo. En lo posible, un equipo no menor de 2 personas es imprescindible para las tareas que aquí se detallan, pensadas para un grupo de 15 a 20 padres de familia.

#### **Paso 1.**



Identificar a los facilitadores y establecer alianzas y redes. El programa puede ser mejor ejecutado cuando es facilitado por psicólogos, trabajadores sociales o educadores. Sin embargo, otros profesionales que tienen experiencias de trabajo previas con familias y/o adolescentes pueden calificar como facilitadores. En todos los casos es altamente deseable que éstos profesionales cuenten con altas habilidades de interacción social, planificación y organización, facilitación de procesos, resolución de conflictos, manejo de grupo y de situaciones emocionalmente difíciles e inesperadas. Los facilitadores deben de mantener una actitud de escucha y empatía a cada comentario y sugerencia que los padres de familia otorguen al programa para que se sientan motivados y sepan que sus observaciones se están tomando en cuenta.

#### **Paso 2.**



Identificar el grupo a intervenir: El criterio elemental para seleccionar a los participantes serán padres de familia de adolescentes de 13 a 24 años que estén actualmente desarrollando el programa de ciudadanía activa.

#### **Paso 3**



Elegir las fechas para las sesiones, así como el local o ambiente, los cuales pueden ser coordinados con los facilitadores y con los padres de familia. En cualquier caso, es recomendable que el programa se ofrezca en un horario y días en que los padres de familia pueden comprometerse a participar y tener probabilidad de hacerlo sin mayores inconvenientes.

#### **Paso 4**



Reclutar a las familias, se recomienda reclutar a un número de 15 familias para participar del programa. Recuerde que, aunque esta planificación está pensada en 20 familias, generalmente no todas las 20 familias reclutadas responderán a la convocatoria. Se debe hacer lo posible por no perder a los 20 padres de familia

inicialmente convocados, pero, sobre todo, no reducir el número de 10 participantes. Así se enriquecerá la experiencia de intervención (ejemplos, discusión, dinámicas grupales) y maximizará en lo posible el número de familias beneficiadas con el programa.

### Paso 5



Presentar el programa a los padres de familia, se ofrece una charla introductoria sobre el programa Acompañando a los hijos como agentes de cambio usando la presentación a través de dinámicas y se aplica el cuestionario dirigido a los padres en su versión pre-test.

## Etapa 2 - Logística

### Local

Una escuela, iglesia o sede social es apropiada. Lo ideal es que la sesión se lleve a cabo en una habitación provista de mesas y una proyectora o data show para las actividades.

### Comidas o Refrigerios

La comida antes o durante la intervención cumple una función importante. Si bien es cierto que ofrecer refrigerios puede ser un incentivo, el momento de compartir los alimentos será un tiempo donde se establecen lazos y se abren otros canales de comunicación.

### Servicio de Guardería

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



### **Transporte**

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

### **Incentivos**

Si se cuenta con recursos, se pueden ofrecer incentivos a los padres de familia en forma de camisetas del programa, bolígrafos, alimentos no perecibles o conservas como incentivo por su participación.

## **Etapa 3 - Ejecución**

### **Sesión Introductoria**

Ofrezca una charla motivadora y estimulante sobre el programa para los padres y aplique el cuestionario dirigido a los padres en su versión pre-test.

### **Sesiones del programa**

Luego se desarrollan las 3 sesiones del programa, las cuales están programadas semanalmente a fin de ofrecer espacios de tiempo para la aplicación de las tareas indicadas.

### **Sesión final**

Antes de cerrar la sesión 3 se aplicarán el cuestionario post-test. Luego se debe realizar la ceremonia de graduación o clausura con la entrega de diplomas de reconocimiento por la participación en el programa.

### **Recursos**

Los recursos detallados están calculados para una sesión de 20 participantes, los mismos deberán ser adecuados a la cantidad de asistentes

- Kit de herramientas "acompañando a los hijos"
- Rollos de cinta adhesiva
- Papelógrafos
- Hojas de color
- Vendar los ojos

## Desarrollo del programa

### Sesión 1 Apoyo Familiar (amor y límites)

#### Objetivo:

Comprender el valor del concepto de amor y límites para ayudar a sus hijos a desarrollar las competencias y habilidades necesarias para un desarrollo saludable

Bienvenida e Introducción

#### Tiempo

20 minutos

#### Procedimiento

##### Paso 1



Nos presentamos y damos la bienvenida al grupo.

##### Paso 2



Explicamos al grupo que el propósito del programa es conocer formas de ayudar a nuestros hijos a adquirir conductas saludables y en este proceso demostrarle que lo queremos.

##### Paso 3



Pedimos a los participantes que digan las edades de sus hijos y mencionen que actividad les gusta hacer para divertirse en familia.

#### Paso 4



Explicamos al grupo que:

- Veremos un video que tiene escenas de padres hablando entre ellos y padres hablando con sus hijos adolescentes.
- Habrá espacios entre los videos para discusiones y actividades.
- Si algunas escenas no reflejan su vida de familia, trate de pensar cómo se podría aplicar esta situación en su familia.

#### Metas y habilidades para el desarrollo saludable de los adolescentes

Si usted es como la mayoría de los padres, usted desea lo mejor para sus hijos. Quiere que ellos vivan su adolescencia experimentando una sexualidad sana y sin problemas de drogas, tabaco o alcohol ni conflictos con la ley. Además, busca que sean adolescentes sanos creciendo y aprendiendo a ser responsables y mostrando respeto por otros. Los padres pueden lograrlo, sabemos que los adolescentes tienen un mejor rendimiento tanto en la escuela como fuera de ella cuando saben sin dudas que sus padres los aman y al mismo tiempo, tienen reglas claras que ellos deben respetar.

Los padres de familia somos las personas más influyentes en la vida de los hijos, es por esa razón que el rol durante el periodo de la adolescencia es clave. Como padres es importante tomar en cuenta la manera en que se relaciona con ellos haciéndoles saber que son importantes y que usted se preocupa por ellos. Asimismo, son importantes las reglas y sanciones que usted use cuando ellos se comportan inadecuadamente.

Observemos ahora una conversación entre padres acerca de las habilidades que ellos quieren que sus hijos desarrollen.

**(Proyección de video - dialogo 1)** *Los padres conversan acerca de sus inquietudes como padres y de las cualidades que ellos quieren ver en sus hijos. Mencionan cuán importantes son sus hijos para ellos y cómo desean que ellos desarrollen todas las cualidades que los harán buenas personas y que los ayudarán a salir adelante.*

Los padres en el video coincidieron en que los adolescentes necesitan dos cosas: amor y límites. En este programa usted recibirá algunas ideas sobre maneras eficaces de fijar estos límites - reglas, sanciones, maneras de comunicarse para que su hijo le escuche - y le ofrecerá además algunas formas de demostrar y asegurarse de que su hijo sepa que usted lo ama. Como dijo uno de los padres en el video: *“cuando nuestros hijos están seguros que el afecto que les mostramos es legítimo (verdadero) y que las reglas que establecemos son por su bien, seguro su conducta mejorará y tendrán una mayor participación en la familia”.*



## Tipos de crianza

Para la mayoría de los padres es difícil establecer límites firmes y ser cariñosos al mismo tiempo. En general, muchos padres son demasiado cariñosos y permisivos con los hijos o son demasiado firmes y estrictos, especialmente en situaciones de estrés. Este tipo de padre siempre está controlándolo todo y dice “no” sin siquiera pensar si la respuesta pudiera ser un “sí” o un “quizás,”. El padre que se ubica en este extremo tiene demasiadas reglas o quizás no tiene reglas específicas, pero espera de sus hijos poco menos que la perfección y que nunca se equivoquen.

Sin embargo, tampoco es bueno ubicarse en el otro extremo. Padres muy flexibles permiten que los adolescentes piensen que todo debe hacerse a su manera. Estos padres asumen los deseos de sus hijos sin preguntarse siquiera acerca de lo que es mejor para ellos o para toda la familia. Este tipo de padre a menudo se rinde, encuentra muy difícil decir “no” y no tiene suficientes reglas. Por lo tanto no espera lo suficiente de sus hijos.

Es importante encontrar un término medio en la relación con su hijo; una relación donde están presentes tanto el amor como los límites, donde la familia cuenta con reglas claras con consecuencias por su incumplimiento y donde los padres supervisan y monitorean las conductas de sus hijos. El Programa ayuda a mejorar la comunicación para construir una relación positiva y cariñosa. Veamos a continuación algunos ejemplos de padres que saben cómo decir no, pero que terminan siendo muy duros. **(Proyección de video - diálogos 2, 3 y 4)** Los padres son muy duros con sus hijos (llegar tarde a casa, rendimiento en la escuela, desacuerdo en la apariencia). Estos diálogos son muy cortos. Sólo una visión breve de lo que es una crianza autoritaria.





## Resultados de la crianza autoritaria

### Tiempo

10 minutos

### Procedimiento

Pregunte al grupo:

1. ¿Se identifica usted con las escenas en pantalla? ¿De qué forma?

Puede profundizar el tema de género. Para hacerlo, formule las siguientes preguntas con respecto a la tercera escena:

- a. ¿Cuál es la preocupación de la madre de Cecilia y porque actúa de esa manera?
  - b. ¿Qué estereotipo se ve reflejado en esta escena?
2. ¿Qué es para usted una crianza autoritaria? ¿Qué piensa sobre este tipo de crianza?
  3. ¿Cuáles serían algunos resultados de la crianza autoritaria?

Los padres que acabamos de ver pueden categorizarse como muy estrictos, controladores y enojados. Estos mismos padres podrían haber reaccionado con más tranquilidad sin tener que recurrir a gritos y reproches.

Ahora veamos algunos ejemplos de padres que están al otro extremo – muy pasivos y sin establecer reglas con consecuencias para sus hijos.

**(Proyección de video - Diálogos 5, 6 y 7)** Los padres son demasiado permisivos con sus hijos (las mismas escenas que en el diálogo anterior: llegar tarde a casa, rendimiento en la escuela, desacuerdo en la apariencia).

## Resultados de la crianza permisiva

### Tiempo

10 minutos

### Procedimiento

Pregunte al grupo:

1. ¿Cómo define la crianza permisiva? ¿Qué piensa sobre este tipo de crianza?
2. ¿Cuáles serían algunos resultados de la crianza permisiva?

Hemos visto ejemplos de padres muy estrictos y de padres muy flexibles. Los estudios sobre padres e hijos han demostrado que los adolescentes se desarrollan mejor cuando sus padres se encuentran entre los dos extremos, y, además de tener reglas que hay que cumplir, consideran los sentimientos de sus hijos, demostrándoles amor y respeto. Así, cuando los padres les muestran amor y les ponen límites al mismo tiempo, los adolescentes tendrán un buen desempeño en la escuela, elegirán mejor a sus amigos y llevarán una vida más saludable.

Ahora observemos a algunos padres que tienen reglas firmes y expectativas pero que, al mismo tiempo, tratan a sus adolescentes con justicia y respeto.

**(Proyección de video - diálogos 8, 9 y 10)** Los padres usan tanto el amor como los límites con sus hijos. (Las mismas escenas: llegar tarde a casa, rendimiento en la escuela, desacuerdo con la apariencia).

## Resultados de la crianza con amor y límites

### Tiempo

10 minutos

### Materiales

Tijera y letreros para la línea imaginaria

### Procedimiento

1. Pregunte al grupo

¿Qué clase de conducta puede generar la crianza con amor y límites?

Observación para el facilitador: En esta actividad, se trazaré una línea imaginaria en la habitación que representa diferentes continuos sobre la crianza. Elabore letreros que diga: “rara vez”, “a menudo”, “a veces” y ubíquelos en el continuo de la línea. Los padres se trasladarán a diferentes lugares en la “línea” para representar dónde piensan que están ellos en relación a diferentes conductas.

Dígalos a los padres lo siguiente:

1. Vamos a trazar una línea imaginaria con “rara vez” en un extremo, “a menudo” en el otro y “a veces” en el medio.

2. Voy a leer algunas afirmaciones acerca de diferentes maneras de actuar como padres y ustedes se situarán en el lugar de la "línea", que indique la frecuencia con que hacen lo que digo:
- ¿Para abordar los problemas, usted espera hasta estar calmado? ¿Hace esto rara vez, a veces, o a menudo?
  - ¿Aplica sanciones cuando su hijo se comporta inadecuadamente? ¿Hace esto rara vez, a veces o a menudo?
  - ¿Participa como familia en actividades divertidas? ¿Hace esto rara vez, a veces o a menudo?
  - ¿Se asegura de que su hijo hace la tarea escolar? ¿Hace esto rara vez, a veces o a menudo?
  - ¿Elogia su hijo cuando su conducta es adecuada? ¿Hace esto rara vez, a veces o a menudo?
  - ¿Abraza a su hijo y le dice "te quiero"? ¿Hace esto rara vez, a veces o a menudo?

Haga una pausa mientras los padres encuentran su sitio en la línea. Si hay tiempo, deje que los padres compartan sobre su posición en la línea.

### Apoyo a los sueños y las metas de los adolescentes

#### Tiempo

10 minutos

#### Procedimiento

A medida que van creciendo, los adolescentes empiezan a pensar cada vez más acerca de lo que les gustaría ser cuando sean adultos. En la adolescencia los sueños y metas se van definiendo, algunos se concretan de manera realista y otros se mantienen en ideales.

**(Proyección de video - diálogos 11 y 12)** Los padres les dicen a sus hijos que nunca alcanzarán sus metas (cantante y jugador de fútbol).



## Sentimientos de los adolescentes

### Tiempo

5 minutos

### Procedimiento

1. Pregunte al grupo:
  - ¿Cómo se sentían Emilia y Marcos?
  - ¿Qué impacto podría tener en su hijo el menospreciar sus metas?
  - ¿Por qué a veces los padres menosprecian los sueños de sus hijos?

2. ¿Cuáles son los modelos tradicionales propuestos para ser imitados por los adolescentes? Por ejemplo, en el caso de las profesiones, ¿Qué carrera esperaría usted que sigan sus hijos o hijas? ¿Existen carreras que tradicionalmente siguen las mujeres o los hombres? ¿Cuáles son? ¿Qué opinaría si su hija desea ser piloto o su hijo enfermero? ¿Qué piensan de los padres que proyectan sus propios sueños en sus hijos o hijas?

Cuando los padres escuchan a sus hijos adolescentes hablar de algo que consideran ser poco realista, desean protegerlos para que no pongan sus esperanzas en algo que no sucederá. En consecuencia, este intento de protección puede afectar los sentimientos de sus hijos, a veces haciéndoles sentir como una burla. Sabemos que los adolescentes que tienen metas y sueños para el futuro rinden mejor en la escuela y tienen menos probabilidad de estar involucrados en problemas. Queremos que los adolescentes tengan confianza en que podrán salir adelante. Esperamos que trabajen por una meta digna y que sigan sus sueños.

Debemos intentar ayudar a nuestros hijos a descubrir lo que necesitan para alcanzar sus metas, en vez de menospreciar sus metas cuando quizás pensamos que pueden ser bastante irreales.

**Proyección de video - diálogo 13** Conversación en la que el hijo le cuenta a su padre acerca de querer tener su propio negocio cuando crezca. El padre apoya la idea y le ayuda a pensar que puede hacer para lograr sus objetivos.

## Cierre

### Tiempo

5 minutos

### Práctica en el hogar



Dícales a los padres lo siguiente:

- La tarea para esta semana consistirá en realizar al menos dos de las siguientes acciones:
- Expresarle a su hija/hijo que lo quiere, pero a la vez fijar límites en alguna situación concreta. (combinar amor y límites)
- Ayudar a su hija/hijo a hacer algo que es importante para él
- Mostrar aprecio por las ideas o las cosas que hace su hija/hijo

## Sesión 2 Comunicación familiar positiva

### Objetivo

La familia conversa claramente con los hijos  
Repaso de las prácticas en el hogar

### Tiempo

10 minutos

### Procedimiento

Haga a los padres las siguientes preguntas y analice las respuestas con el grupo:

- ¿Qué límite fijaron a sus hijos durante la semana?
- ¿Cómo mostraron el amor a sus hijos?
- ¿Qué aspectos de su relación familiar están funcionando bien?

## ¿Cómo son los adolescentes?

### Tiempo

25 minutos

### Procedimiento

Explicamos al grupo:

En esta sesión vamos a hablar de cómo son los adolescentes entre 13 y 18 años y de los cambios por los que atraviesan para comprender sus conductas. A veces los padres sienten que sus hijos adolescentes se han olvidado de todo lo que se les enseñó durante la infancia. Por eso es de gran ayuda escuchar lo que otros padres observan en sus adolescentes y qué clase de reglas tienen.

Los adolescentes necesitan tanto AMOR como LÍMITES. Ellos necesitan estar seguros de que los amamos, pero también necesitan límites, reglas a seguir y sanciones cuando infringen las reglas. Comencemos por pensar en cómo son los adolescentes a esta edad y que tipo de reglas tienen sentido. Observemos a una pareja de padres hablar sobre sus hijos.

**(Proyección de video - diálogo 1)** *Dos madres comentan los cambios que ellas observan en sus hijos a medida que estos van alcanzando la adolescencia. Mencionan el crecimiento físico y los cambios en sus relaciones y actividades familiares. Recalcan que estos cambios son normales y parte del proceso de crecimiento.*

Como los padres mencionan en el video hay muchísimos cambios en los adolescentes. Sus cuerpos cambian, así como sus estados de ánimo y la manera en que se relacionan con el resto de la familia y sus amigos. Piensan más independientemente y sus actividades también cambian. A esa edad suelen pasar más tiempos solos. Tómese unos minutos para pensar en los cambios que usted ha notado en su propio hijo.

## Actividad 2.1

### Materiales

Hojas resma, marcadores, masquin

1. Dígame al grupo que piensen en ejemplos de los diferentes cambios que observan en la adolescencia, diferenciando entre los y las adolescentes.
2. Escriba tres clases de cambios en un rotafolio: físicos, actividades, y relaciones con la familia. Deje lugar para las respuestas.
3. Pida a los padres que describan los cambios físicos, que están notando y registre sus respuestas en el rotafolio. Ejemplos: Más robusto, más alto, aparición de acné, más transpiración, menstruación, etc.
4. Pida a los padres que describan los cambios en las actividades que notan y registren sus respuestas en el rotafolio. Ejemplos: pasa más tiempo solo, más tiempo con amigos, usa más a menudo el teléfono, imita lo que hacen los otros adolescentes.
5. Pida a los padres que describan los cambios en cuanto a las relaciones de sus hijos con la familia y registren sus respuestas en el rotafolio. Ejemplos de los cambios en las relaciones en la casa: humor variable, responde de mala manera, pensamiento más maduro, cuestiona más las reglas, pasa menos tiempo con sus padres.

Observación para el facilitador: Este ejercicio se concentra en el desarrollo saludable. Si los padres mencionan cosas que pueden comprometer su desarrollo normal e integridad (como dificultades con la ley, robo, mentiras, tener relaciones sexuales de riesgo), dígameles que hablaremos de problemas más graves después. Respete lo que dicen los padres. No se detenga en explicar el proceso de desarrollo de los adolescentes. Sin embargo, tenga en mente estos casos y en privado provea al padre con referencias de programas o profesionales que le podrían apoyar.

## La comunicación en familia y la necesidad de reglas en el hogar

### Tiempo

35 minutos

### Procedimiento

Explicamos al grupo:

No siempre es fácil tener una buena comunicación con los hijos/as. Cada día hay menos tiempo para compartir y dialogar en la familia. Múltiples tareas y largas jornadas de trabajo son algunos de las situaciones que dificultan momentos de encuentro. Sin embargo, pese al escaso tiempo con que contamos es necesario y posible aprender estilos adecuados de comunicación con ellos, los que pueden servirnos para saber lo que piensan, conocer sus inquietudes, hacerles saber que pueden confiar y contar con nosotros.

Una buena comunicación con nuestros hijos/as contribuye a lograr mejores relaciones al interior de la familia, estimula la confianza mutua y nos facilita como padres y madres la labor formadora. Al abrir y mantener abierto con ellos un canal de comunicación, podemos compartir valores, ideas y proyectos. Una comunicación clara, directa y abierta, facilita el desarrollo de un clima familiar positivo, así como también promueve la resolución de conflictos familiares.

Al vivir una relación de apoyo y confianza con los padres/madres los hijos/as desarrollarán la capacidad para establecer un vínculo afectivo consigo mismos y con las demás personas, lo que les permitirá aprender amar y ser amados, desarrollar la capacidad para tener iniciativas, creatividad y poder relacionarse positivamente con los demás integrantes, la escuela y la comunidad en general.

En el video anterior probablemente pudo notar que otros padres están percibiendo algunos de los mismos cambios en sus hijos que los que usted ve en su propio hijo. Es normal que los adolescentes cuestionen reglas, cambien de humor y quieran pasar más tiempo con sus amigos. De ahí que no sorprende que varios padres se sientan desconcertados. Por ende, ayuda tener en cuenta estos cambios en la conducta de los adolescentes. Ustedes pueden aprovechar que sus hijos adolescentes aún están en un proceso de desarrollo para demostrarles amor y enseñarles límites, para que sean adolescentes y adultos responsables y sanos.

El hecho de que estas conductas sean parte del proceso del desarrollo, no significa que usted no pueda tomar acción. En esta etapa, es más importante que nunca que su hijo aprenda a escucharlo y a tratarlo con respeto. Si usted



pasa por alto el hecho de que su hijo lo ignore, le conteste con insolencia o infrinja con las reglas de la casa, esto afectará su relación con la familia y con los demás.

**(Proyección de video – diálogo 2)** *Dos madres se sienten desconcertadas con ciertas conductas de sus hijos adolescentes. Una madre describe una situación en la que su hija actuó de manera inadecuada. La otra madre responde que en su familia las cosas van mejor cuando los hijos saben cuáles son las reglas específicas. Se plantea la idea de que al inicio es mejor concentrarse en pocas reglas.*

Comenzar con pocas reglas es buena idea. Una vez que defina la regla, el primer paso es decírsela a su hijo.

**Proyección de video – diálogo 3** *Una madre conversa con su hijo acerca del problema de llegar a casa tarde por la noche. Juntos tratan de llegar a un acuerdo sobre cómo debe ser la regla para llegar a casa por la noche.*

**Proyección de video – diálogo 4** *Un padre conversa con su hija acerca de la noche anterior cuando era hora de acostarse y no había hecho sus tareas escolares. Juntos tratan de ponerse de acuerdo sobre la regla que determine cuál es la hora de hacer las tareas.*

## Actividad 2.2 Reglas para nuestra familia

### Materiales

rotafolio, marcadores, hojas de trabajo con reglas

1. Pida al grupo que mencione conductas problemáticas que muestran sus hijos en el hogar o la escuela.
2. Escriba dos o tres de estas conductas problemáticas en el rotafolio. Deje espacio debajo de cada una.
3. A continuación, pida a los participantes que conviertan la conducta problemática en la conducta deseada.

*Ejemplo: “No hacer la tarea escolar” se convierte en “Hacer la tarea escolar cada noche antes de ver televisión”; “No hacer sus tareas del hogar” se convierte en “Lavar los platos antes de las 9 pm”.*

4. Pida a los padres que enumeren otras cosas que les gustaría que hagan sus hijos y regístrelas en el rotafolio. Incluya las siguientes si no se las menciona.
  - Hablar respetuosamente al maestro en la escuela.
  - Evitar las pandillas.

- Llevarse bien con otros adolescentes en vez de pelear.
  - Mantener su habitación limpia, con la cama hecha, la ropa acomodada y los libros o artículos personales guardados.
  - Ir a la cama a tiempo.
  - Levantarse a tiempo.
  - Terminar la tarea escolar.
5. Distribuya las hojas de trabajo con posibles reglas de la familia y pida a un voluntario que lea la lista.
6. Dígale al grupo lo siguiente:
- Analizarán posibles reglas y formularán 2 o 3 reglas para establecerlas en su casa.
  - La metodología que se presentará en el video a continuación se puede utilizar para comunicar reglas que aún no están establecidas y recordar y clarificar a su hijo sobre reglas existentes.

## Señalando las reglas y las responsabilidades

### Tiempo

10 minutos

### Procedimiento

Explicamos al grupo:

El establecer una lista de reglas en el hogar ayuda a que todos los miembros de la familia tengan en claro su conducta. Como la madre dijo: "así no podrás decir que no sabías". Para comunicar las reglas a su hijo, el primer paso es tener claro qué es lo que usted espera que su hijo haga o no haga, tanto en casa como fuera de ella. Piense en diferentes reglas para: las tareas del hogar, las tareas escolares, las comidas y la hora de acostarse.

¿Qué tareas del hogar espera que su hijo haga en casa? Apunte un par de tareas—como por ejemplo hacer su cama, poner la mesa, sacar la basura, o ayudar con los platos.

A continuación, defina el momento del día en el que su hijo debe hacer la tarea escolar... ¿Después de la escuela? ¿Después de la cena? ¿Antes de ver televisión? Escriba su respuesta.

Luego, piense en la hora en la que su hijo debe estar en casa para la cena, o, en caso de que no coman la cena juntos, ¿A qué hora debe llegar a casa por la noche? Escriba su respuesta.

Finalmente, ¿A qué hora piensa que su hijo debe acostarse en las noches escolares? ¿Es su hora de acostarse 8:30, 9:00 o qué otra hora? Escriba su respuesta.

En esta hoja de trabajo sólo hemos considerado 4 acciones que podrían incluirse en las reglas. Hay probablemente muchas más acciones que usted podría incluir como parte de las reglas—como por ejemplo no mentir, no robar, no contestar de mala manera, no insultarse ni pegarse entre hermanos. Lo importante es pensar en lo que usted realmente quiere que su hijo haga, o no haga, con respecto a cada una de estas acciones y luego dejar que ellos lo sepan.

Es más fácil comenzar con reglas que usted puede hacer cumplir con relativa facilidad. Desde luego, algunos adolescentes tienen más dificultad para obedecer las reglas que otros. Es bueno recordar que, aunque actualmente su hijo sea obediente siempre es importante establecer reglas para evitar conductas problemáticas en el futuro.

### Usando afirmaciones en primera persona “Me siento”

#### Tiempo

15 minutos

#### Procedimiento

Explicamos al grupo:

Hemos estado escuchando acerca del uso de reglas en el hogar para fijar los límites para que los adolescentes sepan que se espera de ellos. Pero también sabemos que necesitamos amor junto con los límites. En otras palabras, tenemos que ayudar a los adolescentes a que sigan las reglas sin necesidad de tener que alzarles la voz, criticarles, o reprenderles, ya que los adolescentes pueden retraerse o volverse rebeldes. Aprendiendo a hacer afirmaciones en primera persona, puede darle a usted una oportunidad de recordarles a sus hijos las reglas sin necesidad de atacarlos. A continuación, se presentan una serie de escenas donde se construyen estas afirmaciones:

**Proyección de video - Diálogo 5:** *María le dice a Carlos: “Me siento desconcertada”.*

**Proyección de video - Diálogo 6:** *Adriana le dice a Emilia: “Me siento molesta”.*

**Proyección de video - Diálogo 7:** *Gina le dice a Rita: “Me siento desilusionada”.*

A veces algunas personas hacen mal uso de las afirmaciones en primera persona al decir cosas como: “siento que deberías trabajar mucho más”. El “siento” debería estar seguido de un sentimiento real. A continuación, usted tendrá la oportunidad de construir algunas afirmaciones compuestas.

## Actividad 2.3 “Me siento...”

### Materiales:

Cartel de situaciones

### Procedimiento

1. Lea las siguientes descripciones de situaciones presentadas en el cartel (que pueden ver los padres) donde se expresan afirmaciones que comienzan con “Me siento...” y pida a los padres que expresen sus sentimientos.
2. Haga que cada persona use la palabra “Me siento...” seguida de una palabra que expresa un sentimiento.
3. Dígale al grupo que no ofrezca soluciones, sino que sólo mencione sus sentimientos.

### Ejemplos:

- Situación - Su hija no ha vuelto a tiempo para la cena.  
Afirmación - “Me siento frustrado (desconcertado, desilusionado)”.
- Situación - Su hijo no ha cumplido con su tarea doméstica de sacar la basura.  
Afirmación - “Me siento molesto (furioso, enojado)”.
- Situación - Su hija le contestó con insolencia cuando usted le dijo que ella no podía ir a una fiesta muy lejos de casa.  
Afirmación - “Me siento herido (preocupado, triste)”.

## Usando afirmaciones en primera persona. “Me siento... cuándo...”

### Tiempo

15 minutos

### Procedimiento

Explicamos al grupo:

La siguiente parte de una afirmación en primera persona es describir la situación, tratando de ser lo más específico posible. Observemos cómo los padres describen la situación frente a la que están reaccionando.

**Proyección de video – dialogo 8** *Me siento enojada cuando juegas antes de terminar tus tareas*

**Proyección de video – dialogo 9** Adriana le dice a Emilia: “Me siento molesta cuando no haces la cama”.

**Proyección de video – dialogo 10** Gina le dice a Rita: “Me siento herida cuando me mientes y no me dices donde estuviste después de la escuela”

Es importante que al momento de completar la afirmación luego de “cuando”, evite culpar, sermonear, o regañar.

## Actividad 2.4 “Me siento... cuando...”

### Materiales:

Cartel de situaciones

### Procedimiento

1. Lea los ejemplos de la actividad anterior y pida a los participantes que repitan sus afirmaciones “Me siento...”
2. Pida al grupo que agregue a la oración el componente “cuando...” Recuérdeles que deben limitarse a describir la conducta o la situación específica.

Ejemplos:

- Situación - Su hija llega tarde para la cena.  
Afirmación - “Me siento frustrado (decepcionado, desilusionado) cuando no llegas a casa a tiempo para la cena”.
- Situación - Su hijo no ha cumplido con su tarea doméstica de sacar la basura.  
Afirmación - “Me siento molesto (furioso, enojado) cuando no sacas la basura”.
- Situación - Su hija le contestó con insolencia cuando usted le dijo que ella no podía ir a una fiesta muy lejos de casa.  
Afirmación - “Me siento herido (triste, preocupado) cuando me contestas con insolencia”.

## Usando afirmaciones en primera persona “Me siento... cuando... porque...”

Igual que en la primera parte de la afirmación en primera persona, es importante no echar la culpa o criticar cuando usted está describiendo la situación. Límitese a los hechos específicos. Esto impide que la discusión se convierta en una lucha de poder y disminuye la posibilidad de que su hijo se enoje y se ponga a la defensiva.

En la siguiente parte de la afirmación en primera persona usted explica por qué se siente así. Después de que usted diga cómo se siente y cuál es el problema específico, usted dará una razón por la cual es importante que ellos sigan las reglas. Los adolescentes tienen mayor probabilidad de hacer lo que usted les pide si les da una buena razón. Cuando son niños, puede ser suficiente decir “porque es una regla” pero en la adolescencia, necesitan saber el por qué.

**Proyección del video - Diálogo 11:** *María le dice a Carlos: “Me siento frustrada cuando juegas antes de terminar tus tareas porque estas son importantes para reforzar lo que has aprendido en tus clases.”*

**Proyección del video Diálogo 12** *Adriana le dice a Emilia: “Me siento molesta cuando no haces la cama, porque se me dificulta la limpieza de la casa.”*

**Proyección del video Diálogo 13** *Gina le dice a Rita: “Me siento herida cuando me mientes y no me dices donde fuiste después de la escuela porque siento que perdimos la confianza.”*

Ahora practique las situaciones diciendo: “Me siento...cuando...porque...”

## Actividad 2.5 “Me siento...cuando...porque”

### Materiales:

Cartel de situaciones

### Procedimiento

1. Lea los ejemplos de la actividad anterior y pida a los participantes que repitan sus afirmaciones agregando “porque” sin todavía ofrecer soluciones.
  - Situación - Su hija llega tarde para la cena.  
Afirmación - “Me siento frustrado (desconcertado, desilusionado) cuando no llegas a casa a tiempo para la cena porque nuestra familia acostumbra conversar durante la cena”.
  - Situación - Su hijo no ha cumplido con su tarea doméstica de sacar la basura.  
Afirmación - “Me siento molesto (furioso, enojado) cuando no sacas la basura porque la basura apesta”.
  - Situación - Su hija le contestó con insolencia cuando usted le dijo que ella no podía ir a una fiesta muy lejos de casa.  
Afirmación - “Me siento herido (triste, preocupado) cuando me contestas con insolencia porque merezco que me respetes”.

## Usando las afirmaciones en primera persona “Me gustaría que...”

La última parte de una afirmación en primera persona consiste en dejar claro lo que a usted le gustaría que su hijo haga ahora o en el futuro. En esta parte de la afirmación, es importante ser específico. Por ejemplo, decir “En el futuro me gustaría que seas más responsable” no es lo suficientemente específico.

Usted necesita nombrar con claridad lo que usted desea que el adolescente haga.

En los ejemplos a continuación los padres les darán el mensaje completo a sus hijos: “Me siento, cuando, porque y me gustaría que...”

**Proyección de video - Diálogo 14:** *María le dice a Carlos: “Me siento frustrada cuando juegas antes de terminar tus tareas, porque estas son importantes para reforzar lo que has aprendido en tus clases. Me gustaría que termines tus tareas ahora mismo”.*

**Proyección de video - Diálogo 15:** *Adriana le dice a Emilia: “Me siento molesta cuando no haces la cama, porque se me dificulta la limpieza de la casa.” Me gustaría que hagas tu cama antes de ir a la escuela.”*

**Proyección de video - Diálogo 16:** *Gina le dice a Rita: “Me siento herida cuando me mientes y no me dices donde fuiste después de la escuela porque siento que perdimos la confianza. Me gustaría que me digas que fue lo que verdaderamente sucedió”*  
Recuerde que las afirmaciones en primera persona le permiten decirle a su hijo cómo se siente usted cuando él o ella actúan de alguna manera específica, y le permiten comunicarle que es lo que usted espera que el haga y por qué. La parte más importante de la afirmación es que usted pueda comunicarse sin necesidad de culpar o criticar. Usted puede mostrar amor, respeto y al mismo tiempo marcar límites.

Ahora que la afirmación en primera persona está completa. Usted podría pensar que los padres en estos ejemplos deberían sancionar a sus hijos como consecuencia de su conducta inadecuada, por ejemplo, prohibiéndoles salir o encomendándoles una tarea extra en la casa. Las consecuencias de no obedecer las reglas son importantes y más adelante vamos a dedicar tiempo a hablar sobre las sanciones por una conducta inapropiada. Ahora revisaremos una vez más todos los pasos para completar una afirmación.

## Actividad 2.6 “Me siento... cuando... porque... me gustaría que...”

### Materiales:

Cartel de situaciones, hoja de Trabajo- Practicando las afirmaciones

## Procedimiento

1. Lea nuevamente las afirmaciones completas.
2. Pregunte al grupo:
  - ¿En qué situaciones en casa podrían usar afirmaciones que comiencen con “Me siento...”?
3. Escriba en un rotafolio: “Me siento...” “cuando...” “porque...” “Me gustaría que...”
4. Lea la descripción de las siguientes situaciones, una a la vez y pídale a un voluntario responder usando una afirmación completa “Me siento...cuando...porque...me gustaría que”

Elija uno de los siguientes ejemplos:

- Usted se entera de que su hijo respondió en forma irrespetuosa al maestro en la escuela. Usted dice...
  - Usted encuentra a su hijo viendo televisión (o jugando) en vez de hacer la tarea escolar. Usted dice ...
  - Usted descubre que su hijo le mintió acerca de dónde fue después de sus clases. Usted dice.
5. Pida a los padres que se junten en pareja para practicar las afirmaciones usando la hoja de trabajo.

## Cierre

### Tiempo

5 minutos

### Práctica en el hogar



Dícales a los padres lo siguiente: La tarea para esta semana consistirá en realizar al menos dos de las siguientes acciones:

- Practicar las afirmaciones: “me siento...cuando...porque...me gustaría que...”
- Turnarnos las tareas y responsabilidades de la casa
- Hacer una actividad juntos en familia.



### Sesión 3: Prevención de las conductas de riesgo y la importancia del apoyo de los padres para el ejercicio de los derechos de los jóvenes

#### Objetivos:

Proteger a sus hijos del consumo de tabaco y drogas, el abuso del alcohol y la desinformación acerca de las conductas sexuales de riesgo

Reconocer la importancia del apoyo de los padres en la participación de los hijos para el ejercicio de sus derechos en ciudadanía activa

#### Repaso de las prácticas en el hogar.

##### Tiempo

10 minutos

##### Procedimiento

Hágales a los padres las siguientes preguntas y analice las respuestas con el grupo:

- ¿Tuvo la oportunidad de usar las afirmaciones que comienzan con "Me siento..." y qué resultado dieron?
- ¿A qué reglas dio seguimiento?
- ¿Cómo se comportaron sus hijos en relación con las reglas de la casa?
- ¿Las reglas en casa son iguales para su hijo e hija?

#### Protegiendo a sus hijos del consumo de tabaco y drogas, el abuso del alcohol y la desinformación acerca de las conductas sexuales de riesgo.

##### Tiempo

10 minutos

##### Procedimiento

Explique al grupo

Una de las cosas que más nos preocupa como padres es que nuestros hijos adolescentes empiecen a consumir tabaco, drogas y abusar del alcohol, o que no tengan suficiente información sobre su pubertad, su sexualidad y las conductas sexuales de riesgo. Todo lo que hacemos para marcar límites claros, comunicarnos con ellos con

franqueza y hacerles saber que les queremos (usando recompensas y sanciones, afirmaciones en primera persona y escuchando su punto de vista) nos ayudará a mantener a nuestros hijos fuera de dificultades y conseguir que salgan adelante.

Pero para ayudar a nuestros hijos es necesario tener claro que conductas se consideran aceptables en nuestra familia. Cada familia tiene su propia perspectiva y maneja las conductas de riesgo de manera distinta. No existe una perspectiva que sea más o que sea menos apropiada. Lo importante es estar conscientes de que los adolescentes tienen el derecho de estar informados de los temas que les afecten para promover su bienestar y su salud. Las diferencias entre familias existen y se deben de considerar y respetar. Converse en su grupo acerca de sus ideas sobre el hecho de que los adolescentes deban estar informados, o no beber, fumar o consumir drogas, a qué edad, ¿cuánto y dónde? ¿Piensa usted que está bien que los adolescentes prueben alcohol en casa con la familia?

¿Qué piensa usted sobre la educación sexual en la adolescencia? ¿Ha considerado hablar con su hijo sobre los cambios en la pubertad o preguntarle que piensa sobre su sexualidad y sus preocupaciones (de autoestima, encontrar alguien que lo aprecie)? ¿Ha considerado dialogar con su hijo enfatizando el lado positivo de la sexualidad (el deseo, el placer, la proximidad, la dulzura y la relación de pareja) y proporcionándole información sobre los riesgos (las enfermedades sexualmente transmisibles, el embarazo no deseado y las decepciones sentimentales)? ¿Piensa usted que la abstinencia es una opción efectiva para su hijo o hija?

Vea cuántos criterios diferentes están representados en su grupo.

## Diferentes perspectivas en relación a las conductas de riesgo

### Tiempo

10 minutos

### Procedimiento

Realizar la actividad 3.1

### Actividad 3.1

1. Explique al grupo que usted va a trazar una línea imaginaria en el piso con dos extremos, un extremo representa a los padres que creen en la abstinencia total de la conducta que usted señalará (de la lista de conductas a continuación) y en el otro extremo corresponde a los padres que piensan que no debe haber ningún control sobre esa misma conducta de sus hijos.

2. Reúna a los padres y pídales que por cada conducta que usted leerá analicen dónde se ubicarían en el continuo de la línea.
3. Después de 1 minuto, solicite a los padres que ocupen la posición en la línea que representa sus creencias acerca de la conducta de sus hijos adolescentes. Repita el ejercicio con cada conducta.
4. Pida a los padres que expliquen por qué se ubicaron donde lo hicieron en la línea.

Lista de conductas:

- El consumo de alcohol
- El consumo de tabaco
- El consumo de drogas, por ejemplo, marihuana
- La actividad sexual responsable con uso de preservativos

Preguntas de discusión:

- ¿A qué edad consideran que los adolescentes son lo suficiente maduros para tener las conductas mencionadas (por ejemplo, consumir alcohol, tener relaciones sexuales)?
- ¿Es igual para sus hijas e hijos? Si la respuesta es no, ¿Por qué?
- ¿Cree que en su cultura la perspectiva sobre la sexualidad femenina ha cambiado en los últimos años? ¿Cree que las palabras orgullo, seguridad, extroversión, franqueza se pueden asociar de forma positiva con una adolescente sexualmente activa?

Observación para el facilitador: Haga hincapié en la importancia de dialogar con los adolescentes para brindarles información sobre los cambios en la pubertad y las formas de protegerse de las conductas sexuales de riesgo. Tanto los adolescentes como con las adolescentes deben de saber lo básico sobre el desarrollo físico de ambos sexos, como la menstruación y la erección, para establecer interacciones de madurez y respeto. Así mismo, debemos lograr que tanto los adolescentes como las adolescentes sepan y ejercer una sexualidad sana, informada y libre del temor. Más allá de la perspectiva que tenga como padre en el tema de la sexualidad adolescente el objetivo no es provocar miedo sino asegurarse de que su hijo sepa identificar los riesgos.

La sexualidad adolescente es diferente a la sexualidad adulta pues los adolescentes están pasando por la etapa de pubertad y empezando a manifestar de manera más evidente su deseo y expresión sexual y constantemente estarán probando los estándares e ideas con los que han crecido. Por lo tanto, en esta etapa de cambio necesitan de su apoyo para definir su identidad y autoestima. En el caso de tener hijas adolescentes, como padre o madre

haga de la primera menstruación un motivo de celebración. Durante la pubertad, algunos hombres adultos perciben los cambios en el cuerpo de las adolescentes y reaccionan retirando su afecto físico hacia ellas. Este mensaje indirecto puede avergonzarlas de un proceso totalmente normal y marcar su percepción de afecto incorrectamente. Recuerde que esta adolescente sigue siendo su hija y en esta etapa necesita de su cariño más que nunca.

Es importante que usted converse con su hijo sobre el acceso a los servicios de salud, haciendo visitas solas o con su compañía. Recuerde que los proveedores de salud son profesionales capacitados en los que usted puede confiar pero que para poder realizar diagnósticos correctos necesitan respuestas sinceras por parte de su hijo. Si su hijo se siente intimidado con usted en la habitación, es preferible que haga la visita a solas. Su hijo adolescente le pedirá consejos si sabe que puede confiar en usted. Respete, valore y escuche las opiniones de su hijo, haciéndole saber que sus decisiones cuentan. Usted es el mejor profesor de su hijo. Edúquese sobre el proceso de desarrollo y la salud sexual en la adolescencia para poder brindarle a su hijo respuestas y consejos informados. Contáctese con su centro de salud para conocer a los proveedores y obtener material apropiado para la edad de su hijo (trípticos, libros, etc.).

Los padres tienen ideas diferentes acerca del alcohol y las drogas. Sólo usted sabe cuáles son sus propios valores. Algunos de los padres de los amigos de sus hijos pueden tener ideas diferentes a las suyas.

Usted tiene derecho a tener sus propias opiniones, pero debe saber que los adolescentes tienen más posibilidades de tener problemas de drogas y alcohol si sus padres piensan que beber alcohol o usar drogas está bien. Observe el gráfico en la pantalla para que vea dónde es que los adolescentes corren riesgos. En el lado izquierdo tenemos a los padres que ejercen un control fuerte y piensan que sus hijos jamás deben probar alcohol. Otros piensan que probar vino o cerveza en algún evento especial está bien, y a algunos padres no les importa si sus adolescentes beben en casa. Algunos piensan que está bien que los adolescentes beban ocasionalmente en fiestas, mientras otros ignoran el problema y afirman que los “los adolescentes” siempre “serán los adolescentes”.

En el extremo derecho tenemos a los padres que no quieren tener control y piensan que tanto beber como consumir drogas es aceptable.

## Factores protectores del alcohol y las drogas

### Tiempo

5 minutos

### Procedimiento

Explicamos al grupo

Como padre usted debe saber cuáles son los efectos del abuso del alcohol y del consumo de drogas. Los estudios sobre adolescentes con problemas de abuso de alcohol y drogas han demostrado, una y otra vez, que mientras más temprano comienzan a experimentar con licor o narcóticos, mayores son las probabilidades de que abusen de sustancias psicotrópicas más adelante. Estos estudios revelan también que los adolescentes que abusan del alcohol o consumen drogas tienen mayor probabilidad de pertenecer a pandillas, de tener dificultades con la ley y de estar inmiscuidos en embarazos no deseados durante la adolescencia.

Por ello, es realmente importante que usted tenga muy claros los factores que ponen a sus hijos en riesgo de caer en el abuso de sustancias o conductas peligrosas, así como las medidas que usted puede tomar para reducir los riesgos. Los adolescentes que provienen de familias sin historial de alcoholismo presentan un riesgo menor. Pero, aunque usted no pueda cambiar el pasado de su familia, es importante que dialogue con su hijo, le informe y explique sobre los efectos negativos. Demuéstrele a su hijo que desapruueba el abuso de alcohol y el consumo de drogas con el ejemplo, que usted mismo no bebe/o bebe con medida y no usa drogas. Los adolescentes que tienen una actitud positiva con respecto a la escuela y que tienen amigos que no usan drogas o alcohol tienen menos probabilidades de tener dificultades. Los adolescentes informados que pueden intercambiar pensamientos y sentimientos con al menos un miembro de la familia corren menos riesgo.

## Peligros con el consumo de tabaco y drogas, el abuso del alcohol y la desinformación acerca de las conductas sexuales de riesgo

### Tiempo

10 minutos

### Procedimiento

Realizamos la actividad 3.2

## Actividad 3.2

### Materiales

Rotafolio, marcadores

1. Pídeles a los padres que enumeren las cosas que podrían ser graves problemas para sus hijos si beben, si usan drogas o si no tienen información sobre las conductas sexuales de riesgo.
2. Escriba sus ideas en un rotafolio.
3. Asegúrese de incluir lo siguiente:
  - Consecuencias emocionales, como ansiedad, depresión y paranoia.
  - Abandono de los estudios y menores oportunidades de inserción social
  - Sexo no deseado, embarazo en la adolescencia y contagio de ITS o VIH/SIDA
  - Delincuencia y actividades antisociales como participación en pandillas
  - Adicción (a drogas y otras conductas adictivas como juego compulsivo)

Como ya hemos mencionado, el abuso de alcohol y drogas no sólo puede conducir a la adicción, sino que también expone a los adolescentes a todo tipo de conductas de riesgo.

En el caso de la información correcta sobre la sexualidad es necesario partir del hecho que del sexo y la sexualidad se habla muy poco pues se les consideran temas complejos. ¿Qué temas sobre sexualidad son apropiados para discutir con adolescentes de 13-18 años? Recuerde que en este periodo los adolescentes están pasando por la etapa de cambios físicos y emocionales que se deben de discutir y reconocer como normales. Como padres, debemos preparar a nuestros hijos para llevar una pubertad saludable, hablar de la masturbación, la menstruación y la erección y apoyar el desarrollo emocional. Hablar sobre sexualidad con sus hijos los ayudará a tomar mejores decisiones y disminuirá los riesgos en su conducta sexual. Luego, cuando ellos se encuentren frente a la tentación o a la presión de tener sexo, no es suficiente que piensen: "Mis padres desapruaban y me meteré en problemas con ellos si tengo relaciones sexuales."

Los adolescentes deben tener la capacidad de decir: "Escojo por mi propia voluntad no tener relaciones sexuales." Lo mejor es encarar el tema de manera positiva sin recurrir a la vergüenza o el miedo.

Escuchemos a algunos padres hablar sobre la importancia de la convicción propia para afrontar el consumo de alcohol y drogas y de cómo justificar esta decisión consigo mismos. En el segundo dialogo escucharemos a otros padres hablar sobre lo que pueden hacer para ayudar a que sus hijos tengan una idea clara de lo que significa su sexualidad.

**Proyección de video - Dialogo 1** Dos padres (Francisco y Gina) hablan de sus temores con respecto a los problemas que tienen muchos adolescentes con el alcohol y las drogas

**Proyección de video - Dialogo 2** Teresa y Consuelo hablan sobre la enorme desinformación que hay sobre los adolescentes para ser sexualmente activos

La comunicación efectiva (asegurándose de que su hijo sepa que espera de él) y el establecimiento de reglas claras, a la vez que demuestran amor y respeto, protegen a nuestros hijos de toda clase de dificultades.

A veces pensamos que nuestros hijos adolescentes están conscientes del impacto de las conductas de riesgo. Pero seguramente no tengan toda la información ni convicción necesaria. Ellos pueden pensar que el licor es malo pero que la cerveza o el vino están bien. Antes de que podamos conversar con ellos, necesitamos tener la información correcta y definir nuestros propios valores.

Necesitamos pensar acerca de cuáles son nuestras normas específicas y asegurarnos de que nuestros hijos las entiendan y puedan justificarlas. Durante la próxima pausa, el facilitador del grupo repartirá una hoja de papel en la cual usted puede poner sus inquietudes y las reglas específicas para su hijo.

## Supervisando a los adolescentes

### Tiempo

10 minutos

### Procedimiento

Explicamos al grupo

Proporcionando información completa y correcta y dejando que su hijo conozca sus reglas específicas acerca del consumo de alcohol, tabaco, drogas y conductas sexuales de riesgo es una manera importante de mantenerlos alejados de los problemas. Pero hay otra responsabilidad importante de la que usted debe encargarse, prevenir a sus hijos de las conductas de riesgo durante la adolescencia. Varios estudios demuestran que los padres que saben dónde están sus hijos, lo que están haciendo y quiénes son sus amigos, tienen menos problemas con sus hijos adolescentes. Escuchemos la conversación entre dos padres acerca de cómo lograrlo.

**Proyección de video – Diálogo 3** Dos padres (Francisco y Gina) hablan de lo importante que es que los padres sepan dónde están sus hijos, lo que están haciendo, con quiénes están y a qué hora volverán a casa. Uno de los padres (Gina) dice que es demasiado difícil seguirles la pista a los adolescentes mayores, pero el otro (Francisco) dice que debemos tomarnos el tiempo para hacer preguntas específicas (quién, qué, dónde y cuándo), ya que es demasiado peligroso para nuestros hijos no seguirles la pista. La discusión finaliza con la idea de que también necesitamos confirmar que ellos estén donde dijeron que iban a estar y que, si no han cumplido con su palabra, hay que sancionarlos.

**Proyección de video – Diálogo 4** Dos madres (María y Teresa) están conversando y se ponen de acuerdo para ayudarse entre ellas para supervisar a sus hijos. Si alguna de las madres nota cualquier problema en la conducta de los adolescentes, ella se lo hará saber a la otra. Ambas coinciden en que los padres necesitan colaborar para proteger a sus hijos.

Esas madres nos dieron un buen consejo. Ser padre de adolescentes es un trabajo difícil y nuestros amigos y vecinos pueden ayudarnos a seguirles la pista a nuestros hijos. A continuación, practicaremos las preguntas que hará a sus hijos: quién, qué, dónde y cuándo. Recuerde que preguntarle a su hijo no significa que él o ella puedan elegir. Usted debe tener las reglas acerca de las salidas, pero siempre es bueno comprobar y asegurarse que sus las están cumpliendo.

### Actividad 3.3 Práctica para preguntar quién, qué, dónde, cuándo

#### Tiempo

10 minutos

#### Materiales:

Rotafolio, marcador

1. En un rotafolio o pizarra escriba en letras grandes las palabras:
  - Quién
  - Qué
  - Dónde
  - Cuándo
2. Lea la descripción de las siguientes escenas y pida a los padres que, uno por uno, traten de hacer preguntas usando “quién, qué, dónde y cuándo”.



Desempeñe el papel del hijo y dé las respuestas.

3. En al menos una escena, cuando desempeñe el papel del hijo, no le dé al padre o madre respuestas específicas. Este debe decir entonces: "Lo lamento.

No puedes salir a menos que respondas a mis preguntas".

Escena 1:

- José se le acerca y pregunta: "Ya hice mis tareas. ¿Puedo salir?"
- El padre debe decir: ¿Con quién estarás? ¿Qué harán? ¿Dónde estarán? ¿Cuándo regresarás?

Escena 2:

- Teresa dice: "Dijiste que podía ir a la casa de mi amiga este fin de semana, ¿no? Pues ya me voy".
- El padre debe decir: ¿Con quién vas a estar? ¿Qué harán? ¿Cuándo regresarás? (Aunque ella le diga que estará con su amiga, todavía es necesario preguntarle con quién estará.)

Escena 3:

- Bernardo va a salir y dice: "Hasta luego".
- El padre debe decir: ¿Con quién estarás? ¿Qué harán? ¿Dónde estarán? ¿Cuándo regresarán?

La idea es averiguar quién, qué, dónde, y cuándo, sin regañar o enojarse. Observe cómo estos padres obtienen la información necesaria sin parecer detectives.

**Proyección de video - Diálogo 5:** La adolescente (Jessica) dice que va a la casa de una amiga y la madre (Teresa) le pregunta de quién, a qué y cuándo de manera agradable

**Proyección de video - Diálogo 6** El hijo (Roberto) dice que va a salir a la cancha con algunos amigos. El padre (Mario) consigue la información apropiada

Estos padres pudieron determinar con quién, a qué, dónde y cuándo sin hacer que sus hijos piensen que no confían o que están enojados. Pero simplemente obteniendo las respuestas no significa que su hijo estará donde se supone. Permita que él o ella sepan que usted los controlará esporádicamente para ver si están haciendo lo que dijeron. Si usted encuentra que ellos están donde se supone, usted confiará gradualmente en ellos cada vez más. Si no, usted les aplicará una sanción y les dará menos libertad en el futuro.

## Importancia del apoyo de los padres en la participación de los hijos para el ejercicio de sus derechos en ciudadanía activa

Es importante tomar en cuenta que antes de realizar esta actividad el club de adolescentes o jóvenes debe organizarse para presentar esta en esta sesión el Plan de acción de su microproyecto en 10 minutos, que puede ser durante el refrigerio y al finalizar pueden participar del paso 5 de la actividad

### Tiempo

40 minutos

### Procedimiento

Explicamos al grupo:

Como madres y padres es importante que demos apoyo y motivación en las actividades sanas y positivas que realizan nuestros hijos, sentir el apoyo y el involucramiento de los padres y familiares es muy importante para los jóvenes puesto que esto les ayuda a seguir adelante impulsados por las personas más significativas para ellos.

Jugamos el Juego de "Tú eres mi guía"

### Materiales:

Tiras de tela, papelógrafos, marcadores.

El propósito de este juego es reforzar la idea que los adolescentes pueden alcanzar sus metas de manera efectiva si sus padres se involucran y comprometen.

### Paso 1



Conformamos parejas de padres de familia, asignando los números uno y dos respectivamente. Proveemos de una venda a las personas asignadas con el número uno, vendarse los ojos. La persona número dos, tomar de la mano a la persona 1 y la guíe por el salón sin tocarle sólo hablándole. A los cinco minutos pedimos que inviertan papeles: la persona dos debe vendarse y la uno guiar. Otorgamos cinco minutos más para esta actividad.

### Paso 2:



Una vez terminado el ejercicio preguntamos a las y los participantes:

- ¿Cómo se sintieron al estar vendados?
- ¿Podían confiar en la persona que los guiaba?
- ¿Se sentían seguros?

Anotamos en la pizarra en una primera columna las impresiones y comentarios de las y los participantes bajo el título de persona vendada.

Luego en su rol de guías preguntamos:

- ¿Cómo se sintieron?
- ¿Qué pensaban al guiar a otra persona?
- ¿Hubieran podido advertir a la persona vendada de los obstáculos, sin hablar?

Anotamos en la misma columna las impresiones y comentarios de los participantes bajo el título de persona que guía.

### Paso 3:



Resumimos y relacionamos los conceptos, las personas vendadas simbolizaban a los adolescentes que muchas veces para vencer obstáculos necesitan una guía y sentir que confían en esa persona que los guía; por otro lado, las personas guías simbolizan a los padres de familia que tienen la responsabilidad y la tarea maravillosa de guiar adecuadamente a sus hijos para vencer los obstáculos y para este fin necesitan practicar la comunicación clara y sincera con sus hijos para que éstos sientan confianza y se sientan seguros de poder avanzar en la vida.

### Paso 4:



Preguntamos:

- ¿Cómo los padres de familia podemos apoyar e involucrarnos en las actividades de clubes de nuestros hijos?
- Anotamos los comentarios en la pizarra.

### Paso 5



Resumimos y facilitamos la organización de los padres de familia para participar del plan de acción de los clubes de sus hijos (ver 5.2 Preparación del Plan de Acción del Kit de herramientas de Ciudadanía y Cambio), podemos realizar un cronograma o agenda de actividades con fechas y responsables.

## Cierre

### Tiempo

5 minutos

### Práctica en el hogar



*Dícales a los padres lo siguiente:*

- *La tarea para esta semana consistirá en realizar al menos dos de las siguientes acciones:*
- *Hablar con su hija/hijo sobre las cosas que podrían pasar si fuera a consumir alcohol durante la adolescencia*
- *Averiguar el nombre de dos amigos que frecuenta su hija/hijo.*
- *Preguntar a su hija/hijo qué le gusta hacer durante su tiempo libre.*

**ANEXO 1**  
ENCUESTA PARA PADRES DE FAMILIA  
"ACOMPAÑANDO A LOS HIJOS COMO AGENTES DE CAMBIO"  
Pre test

Nombre: ..... Edad: .....  
Socio local/unidad educativa: .....  
Sexo                      H ☐                      M ☐                      fecha:.....

		Nunca o rara vez	A veces	Casi Siempre
1	Yo demuestro a mi hijo(a) que realmente me importa			
2	Yo sé qué hace mi hijo(a) durante su tiempo libre			
3	Yo actúo de forma cariñosa con mi hijo(a).			
4	Yo sé quiénes son los amigos de mi hijo(a).			
5	Yo sé que tareas tiene mi hijo(a) en el colegio			
6	Yo estoy muy satisfecho(a) con la forma en que mi hijo(a) y yo conversamos			
7	Yo sé en que gasta mi hijo(a) su dinero			
8	Yo muestro aprecio por las ideas y las cosas que hace mi hijo(a).			
9	Los miembros de la familia consultaron con otros miembros de la familia en sus decisiones.			
10	Conozco de memoria el número de celular de mi hijo(a).			
11	Yo ayudo a hacer algo que es importante para mi hijo(a).			
12	Cuando yo hago preguntas, recibo respuestas honestas de mi hijo(a).			
13	Yo he hablado con mi hijo(a) sobre cómo podría contraer VIH/SIDA			
14	Nos turnamos las tareas y responsabilidades de la casa			
15	Siempre es muy fácil para mí expresar mis verdaderos sentimientos a mi hijo(a).			
16	Yo he hablado con mi hija/hijo sobre las cosas que podrían pasar si fuera a consumir alcohol durante la adolescencia			
17	Hacemos actividades juntos en familia al menos una vez por semana			
18	Le apoyo y soy comprensivo con mi hijo(a).			
19	Mi hijo(a) tiene que estar en casa en una hora determinada en la noche cuando al día siguiente tiene que ir a la escuela.			
20	Yo no le digo que tengo la razón y que él o ella no entienden bien como son las cosas			
21	Me gusta pasar con mi familia el tiempo libre.			
22	Le digo (expreso) a mi hijo(a) que lo quiero			
23	Yo dedico tiempo cada día para hablar con mis hijos			
24	Mi hijo(a) tiene que estar en casa en una hora determinada en la noche en fin de semana.			
25	Yo he iniciado la conversación sobre temas de Salud sexual y reproductiva con mi hijo(a)			
26	En mi familia compartimos al menos una comida cada día			
28	Yo sé dónde se reúne y que hace mi hijo(a) en su club			
29	Cuando estoy molesto con mi hijo(a) le digo calmadamente la razón de mi enojo y le digo lo que me gustaría que haga para resolver el problema			
30	Yo asisto a las reuniones escolares de mi hijo(a)			
31	Escucho sin interrumpir a mis hijas/hijos			
Total				

## Calificación del cuestionario:

Copiar el puntaje de la columna de *Casi siempre*: \_\_\_\_\_

A continuación, marca en el puntaje que corresponde:

- **De 1-10 la calificación Iniciando:** ¡Felicidades! Usted está iniciando en sus habilidades y actitudes de apoyo a los hijos como agentes de cambio, le animamos a continuar trabajando y esforzándose para fortalecer la comunicación y apoyo en su familia y logre prevenir conductas de riesgo de su hijo(a).
- **De 11-22 la calificación Mejorando** ¡Felicidades! Usted ha realizado un buen trabajo como papá y/o mamá, está mejorando en sus habilidades y actitudes de apoyo a los hijos como agentes de cambio, le animamos a continuar trabajando y esforzándose para fortalecer la comunicación y apoyo en su familia y logre prevenir conductas de riesgo de su hijo(a).
- **De 23-30 la calificación Capísimo** ¡Felicidades! Usted está capísimo en sus habilidades y actitudes de apoyo a los hijos como agentes de cambio, le animamos a continuar realizando esa labor tan importante con sus hijos y su familia y le animamos a seguir fortaleciéndose para mantener la comunicación y apoyo en su familia y logre prevenir conductas de riesgo de su hijo(a).

**ANEXO 2**  
**ENCUESTA PARA PADRES DE FAMILIA**  
**“ACOMPAÑANDO A LOS HIJOS COMO AGENTES DE CAMBIO”**  
**Post test**

Nombre: ..... Edad: .....  
 Socio local/unidad educativa: .....  
 Sexo                      H ☐                      M ☐                      fecha:.....

		Nunca o rara vez	A veces	Casi Siempre
1	Yo demuestro a mi hijo(a) que realmente me importa			
2	Yo sé qué hace mi hijo(a) durante su tiempo libre			
3	Yo actúo de forma cariñosa con mi hijo(a).			
4	Yo sé quiénes son los amigos de mi hijo(a).			
5	Yo sé que tareas tiene mi hijo(a) en el colegio			
6	Yo estoy muy satisfecho(a) con la forma en que mi hijo(a) y yo conversamos			
7	Yo sé en que gasta mi hijo(a) su dinero			
8	Yo muestro aprecio por las ideas y las cosas que hace mi hijo(a).			
9	Los miembros de la familia consultaron con otros miembros de la familia en sus decisiones.			
10	Conozco de memoria el número de celular de mi hijo(a).			
11	Yo ayudo a hacer algo que es importante para mi hijo(a).			
12	Cuando yo hago preguntas, recibo respuestas honestas de mi hijo(a).			
13	Yo he hablado con mi hijo(a) sobre cómo podría contraer VIH/SIDA			
14	Nos turnamos las tareas y responsabilidades de la casa			
15	Siempre es muy fácil para mí expresar mis verdaderos sentimientos a mi hijo(a).			
16	Yo he hablado con mi hija/hijo sobre las cosas que podrían pasar si fuera a consumir alcohol durante la adolescencia			
17	Hacemos actividades juntos en familia al menos una vez por semana			
18	Le apoyo y soy comprensivo con mi hijo(a).			
19	Mi hijo(a) tiene que estar en casa en una hora determinada en la noche cuando al día siguiente tiene que ir a la escuela.			
20	Yo no le digo que tengo la razón y que él o ella no entienden bien como son las cosas			
21	Me gusta pasar con mi familia el tiempo libre.			
22	Le digo (expreso) a mi hijo(a) que lo quiero			
23	Yo dedico tiempo cada día para hablar con mis hijos			
24	Mi hijo(a) tiene que estar en casa en una hora determinada en la noche en fin de semana.			
25	Yo he iniciado la conversación sobre temas de Salud sexual y reproductiva con mi hijo(a)			
26	En mi familia compartimos al menos una comida cada día			
28	Yo sé dónde se reúne y que hace mi hijo(a) en su club			
29	Cuando estoy molesto con mi hijo(a) le digo calmadamente la razón de mi enojo y le digo lo que me gustaría que haga para resolver el problema			
30	Yo asisto a las reuniones escolares de mi hijo(a)			
31	Escucho sin interrumpir a mis hijas/hijos			
Total				

## Calificación del cuestionario:

Copiar el puntaje de la columna de *Casi siempre*: \_\_\_\_\_

A continuación, marca en el puntaje que corresponde:

- **De 1-10 la calificación Iniciando:** ¡Felicidades! Usted está iniciando en sus habilidades y actitudes de apoyo a los hijos como agentes de cambio, le animamos a continuar trabajando y esforzándose para fortalecer la comunicación y apoyo en su familia y logre prevenir conductas de riesgo de su hijo(a).
- **De 11-22 la calificación Mejorando** ¡Felicidades! Usted ha realizado un buen trabajo como papá y/o mamá, está mejorando en sus habilidades y actitudes de apoyo a los hijos como agentes de cambio, le animamos a continuar trabajando y esforzándose para fortalecer la comunicación y apoyo en su familia y logre prevenir conductas de riesgo de su hijo(a).
- **De 23-30 la calificación Capísimo** ¡Felicidades! Usted está capísimo en sus habilidades y actitudes de apoyo a los hijos como agentes de cambio, le animamos a continuar realizando esa labor tan importante con sus hijos y su familia y le animamos a seguir fortaleciéndose para mantener la comunicación y apoyo en su familia y logre prevenir conductas de riesgo de su hijo(a).









