

Módulos del Programa Para Matrimonios Hispanos Saludables

Manual del Facilitador



Índice

Introducción

Prólogo	3
Perspectiva General de la Iniciativa de Matrimonios Hispanos Saludables y Antecedentes de los Módulos del Currículo	4
Agradecimientos Especiales	5

Guía para Usar los Módulos del Currículo	7
---	----------

Módulo Uno: Cultura Hispana y Relaciones

Introducción	10
Objetivo Clave	11
Metas Globales	11
Guía para la Presentación	12

Módulo Uno: Actividades

Actividad #1: ¿Cuál es Su Manera?	27
Actividad #2: Escudo Familiar	28

Módulo Dos: Género: ¿Qué Marca la Diferencia Entre Nosotros?

Introducción	31
Objetivo Clave	31
Metas Globales	32
Guía para la Presentación	33

Módulo Dos: Actividades

Actividad #1: Cuando Éramos Jóvenes	57
Actividad #2: Algo de Que Hablar: <i>Dichos</i>	58
Actividad #3: Cofre del Tesoro Familiar	59

Módulo Tres: Conversando Juntos

Introducción	61
Objetivo Clave	61
Metas Globales	62
Guía para la Presentación	63

Módulo Tres: Actividades

Actividad #1: Hablemos de Eso	78
Actividad #2: Juego de Rompecabezas	79
Actividad #3: Escribiendo y Compartiendo Declaraciones “Me Siento”	80

Referencias	82
--------------------------	-----------

Estimados amigos y colegas,

Como Director Nacional de la Iniciativa de Matrimonios Hispanos Saludables (*Hispanic Healthy Marriage Initiative*, o HHMI, por sus siglas en inglés), tengo el honor y privilegio de trabajar con numerosos programas y educadores de matrimonios saludables en todo el país. He visto el gran trabajo y la dedicación que todos ustedes han demostrado con las comunidades hispanas, y es algo que me llena de inspiración y reconocimiento. Sin embargo, aunque existen muchos esfuerzos para fortalecer las familias hispanas, aún queda mucho trabajo por hacer.



La Iniciativa de Matrimonios Hispanos Saludables se esfuerza por asistir a los programas de educación matrimonial que sirven a la comunidad hispana, mediante el desarrollo de herramientas de orientación y ofreciendo oportunidades para compartir retos y estrategias exitosas con la HHMI y otros proveedores de servicios. Mediante estos esfuerzos, los directores de programas y educadores de matrimonios han manifestado la necesidad de contar con un contenido del currículo desarrollado específicamente para tomar en cuenta la experiencia cultural de la población hispana que vive en los Estados Unidos. Aunque muchos de ustedes han adaptado los currículos actuales o han desarrollado sus propias actividades para salvar las lagunas en el contenido, ha habido una inmensa demanda para un material culturalmente apropiado que pueda ser incorporado a los programas de matrimonios saludables desarrollados para servir a las familias hispanas.

La HHMI ha escuchado sus solicitudes y ha trabajado diligentemente para desarrollar tres módulos complementarios del currículo, que tratan las cuestiones relacionadas específicamente con la cultura hispana. Esperamos que estos módulos ampliarán los programas de matrimonios saludables al tratar las necesidades y experiencias particulares de su comunidad hispana. La HHMI entiende que la entrega del currículo sólo es una parte de un programa culturalmente apropiado y receptivo de educación sobre matrimonios saludables, y esperamos que seguiremos siendo un recurso para ustedes en el futuro.

Tengo el placer de ofrecerles éstos módulos suplementarios como un recurso, y los elogio por su compromiso con la calidad de entrega de servicios educativos para los matrimonios saludables de las familias hispanas. Me siento muy honrado de tenerlos como colegas y guardo mucha ilusión por el trabajo que tenemos por delante.

Atentamente,

Frank Fuentes
Director Adjunto, Office of Head Start
Director Nacional, Iniciativa de Matrimonios Hispanos Saludables
Administración para Niños y Familias

Perspectiva General de la Iniciativa de Matrimonios Hispanos Saludables y Antecedentes de los Módulos del Currículo

La Iniciativa de Matrimonios Hispanos Saludables (HHMI, por sus siglas en Inglés) es una estrategia dirigida por la Administración para Niños y Familias (ACF por sus siglas en Inglés) creada para entablar un diálogo con la comunidad hispana y para entregar programas educativos sobre matrimonios y relaciones eficaces de una forma culturalmente apropiada. Su desarrollo viene a partir de la Iniciativa Federal de Matrimonios Saludables (“Healthy Marriage Initiative”), pero también enfoca las necesidades culturales, lingüísticas, demográficas y socioeconómicas particulares de los niños y de las familias hispanas. LA HHMI comenzó en el 2004, con una mesa redonda celebrada en Washington, D.C; desde entonces, la HHMI ha asumido un papel protagónico en numerosos eventos con líderes de la comunidad y proveedores de servicios en todos los Estados Unidos. La iniciativa sigue creciendo y apoyando los esfuerzos de educación matrimonial para las familias hispanas. Algunos de los eventos ofrecidos por la HHMI en los últimos cinco años incluyen:

- ❖ Mesas Redondas Hispanas
- ❖ Conferencias y Reuniones de Investigación Nacionales
- ❖ Exposiciones Matrimoniales
- ❖ Eventos sobre Mejora de Resultados/Asistencia Técnica
- ❖ Foros Paritarios

Los diferentes eventos de la HHMI ayudan a fomentar actividades de matrimonios saludables basadas en la comunidad, aumentan la conciencia de la iniciativa y apoyan la investigación continua de este grupo demográfico.

Asociaciones locales y nacionales han sido formadas para apoyar los objetivos de la HHMI. Una de esas asociaciones es con la Annie E. Casey Foundation, una organización que se dedica a la construcción de un mejor futuro para los niños y las familias en riesgo. Este manual, y los módulos relacionados del currículo de matrimonios saludables, surgieron de un compromiso común con esta Fundación para mejorar los servicios ofrecidos a las comunidades hispanas por todo el país.

Estos módulos están basados en la investigación realizada con las poblaciones hispanas en México y en los Estados Unidos, e incluyen conocimientos propios y consejos de educadores de matrimonios hispanos saludables. Estos módulos tienen un doble objetivo:

1. Responder a las necesidades de los proveedores de servicios que están adaptando los currículos de educación matrimonial “establecidos” para las parejas hispanas que viven en los Estados Unidos.
2. Proporcionar recursos para tratar las necesidades únicas de las parejas hispanas que hacen frente a normas culturales y expectativas cambiantes, incluyendo las influencias positivas y negativas de la cultura estadounidense y de la cultura hispana.

Los tres módulos tratan varias cuestiones que son pertinentes para los hispanos que viven en los Estados Unidos:

Módulo Uno: Cultura Hispana y Relaciones. Este módulo está diseñado para ayudar a las parejas a entender lo que es la cultura y la manera en que el proceso de armonización de las culturas hispana y americana puede hacer presión sobre una familia.

Módulo Dos: Género: ¿Qué Marca la Diferencia Entre Nosotros? Este módulo examina los efectos que tiene la cultura sobre quiénes somos como hombres y mujeres, y la manera en que estas actitudes y estos estereotipos afectan las expectativas de las parejas relacionadas con el matrimonio.

Módulo Tres: Conversando Juntos. A diferencia de la mayoría de los currículos de educación matrimonial, el tercer módulo le enseña a las parejas la manera en que la cultura y los roles de género influyen en la manera en que nos comunicamos. Este módulo es una excelente adición a los currículos “establecidos” y pone énfasis sobre la comunicación verbal entre los cónyuges.

Los módulos complementarios del currículo son parte de los numerosos recursos y herramientas de orientación desarrollados por la HHMI para mejorar los servicios de matrimonios saludables ofrecidos a las familias hispanas. Herramientas y recursos adicionales pueden ser encontrados en el sitio Web de la HHMI en: www.acf.hhs.gov/healthymarriage/about/Hispanic_hm_initiative.html.

Agradecimientos Especiales

La Iniciativa de Matrimonios Hispanos Saludables quisiera expresarle un agradecimiento especial a la **Annie E. Casey Foundation** por su continuo apoyo a la educación sobre matrimonios saludables, y específicamente, por su dedicación a la construcción de mejores futuros para los niños y las familias con antecedentes étnicamente diversos. La confianza que la Fundación ha mostrado en la HHMI para generar un producto tan importante es un gran honor, y la HHMI tiene mucha ilusión de continuar esta asociación en futuros esfuerzos.

También se expresa un agradecimiento especial a la **Oficina de Asistencia Familiar (OFA, por sus siglas en inglés) de la Administración para Niños y Familias** (*Administration for Children and Families*) por su continuo apoyo a la HHMI, y sus esfuerzos para desarrollar recursos y oportunidades de aprendizaje para los programas de matrimonios saludables que sirven a las parejas y a las familias hispanas. La HHMI le está muy agradecida a la OFA por su apoyo y espera futuras colaboraciones con ilusión.

Además, la HHMI quisiera agradecer al **Dr. Rolando Díaz Loving (PhD)** por su contribución al desarrollo de los módulos del currículo. El Dr. Díaz Loving es Profesor de Psicología y Jefe de la Unidad de Investigación Psicológica en la Universidad Nacional Autónoma de México. Siendo uno de los más eminentes psicólogos sociales de México y Latinoamérica, el Dr. Díaz Loving sirvió como Principal Asesor de la Investigación para la Iniciativa de Matrimonios Hispanos Saludables. La investigación del Dr. Díaz Loving ha enfocado las relaciones de las parejas y de las familias, los factores psicosociales relacionados con el VIH-SIDA, y la cultura y la personalidad.

La HHMI también desea reconocer a los miembros del personal de Public Strategies, Inc., Leah Rubio, Scott Roby y Ervin Lucero, por sus contribuciones a estos módulos.

Además, varios profesionales de educación e investigadores en materia de matrimonios saludables aportaron consejos y conocimientos propios durante el desarrollo de los módulos del currículo. Las siguientes personas tienen una amplia experiencia relacionada con la tarea de educación de los hispanos sobre los matrimonios saludables, y su participación en el proceso fue de valor inestimable.

Desde el 2003, **Néstor Delgado y su esposa Consuelo Rozo** han trabajado juntos como educadores de matrimonios con varios programas dentro de la comunidad Latina, incluyendo OMI y Family Expectations en Oklahoma. Delgado, originario de Colombia es un Psicólogo Social experimentado, y junto con Rozo han utilizado sus conocimientos como educadores para establecer *Aligning Our Dreams (AOD)*, una compañía que promueve la importancia de relaciones saludables dentro del lugar de trabajo. Tanto Delgado como Rozo han sido conferencistas para una gran variedad de organizaciones dentro los Estados Unidos.

La Dra. Mirta Flores Galaz (PhD) es una profesora en la Universidad Autónoma de Yucatán y ha recibido un Doctorado en Psicología Social de la Universidad Nacional Autónoma de México. Ella ha publicado numerosos artículos, capítulos y libros de investigación relacionados con la auto seguridad, y ha desarrollado un inventario multifactorial sobre la auto seguridad para adultos (y niños) que ha sido usado con frecuencia en el manejo de los diferentes estilos. La Dra. Flores Galaz ha servido como oficial y ex-presidente de la Asociación Mexicana de Psicología Social.

La Dra. Lorena González (PhD) es Directora Asociada de AVANCE, una organización sin fines de lucro que apoya a las familias hispanas con programas enfocados en la educación de los padres y el desarrollo de niñez temprana. La Dra. González posee una maestría en Estudios Bilingües Biculturales de la Universidad de Texas en San Antonio, y un doctorado en Estudios de Liderazgo de Our Lady of the Lake University en San Antonio. Es una ponente y asesora nacional.

La Dra. Alicia La Hoz (PhD) es una Psicóloga Clínica Licenciada y Directora de Family Bridges Chicagoland Healthy Marriage Initiative. La Dra. La Hoz colabora con la comunidad latina en la región de Chicago en numerosos esfuerzos comunitarios, incluyendo el desarrollo y la coordinación de Chicago Alliance for Latino Marriages (CALMA), una organización que ofrece múltiples programas preventivos sobre matrimonios y relaciones.

El Dr. Roque Méndez (PhD) es un profesor asociado de Psicología en Texas State University . Ha recibido una maestría en Salud Pública de Harvard University, y tiene un doctorado en Psicología Social de la Universidad de Texas en Austin. El Dr. Méndez es reconocido nacionalmente por su investigación de la psicología social y salud de la comunidad latina.

La Dra. Sofia Rivera Aragón (PhD) es una profesora en el Programa Psicología Social de la Universidad Nacional Autónoma de México, donde también obtuvo su maestría y su doctorado. Ella ha sido distinguida con el Premio a la Excelencia como Docente en Ciencias Sociales, y es la ex-presidente de la Asociación Mexicana de Psicología Social. Las obras de la Dra. Rivera Aragón sobre las relaciones de las parejas, especialmente aquellas relacionadas con las cuestiones de conflicto y poder, han sido ampliamente publicadas.

La Dra. Tania Rocha Sánchez (PhD) es una profesora asociada en la Universidad Nacional Autónoma de México, donde también recibió su licencia, maestría y doctorado con matrícula de honor. Ha publicado dos libros y varios artículos sobre el género, la salud y la identidad de género. La Dra. Rocha Sánchez es actualmente la representante de Latinoamérica para la Asociación Internacional de Psicología Intercultural (*International Association of Cross Cultural Psychology*).

Carlos Salgado y su esposa, Rocío Tarfur Salgado, son los fundadores de EnFamilia, una organización sin fines de lucro que proporciona servicios de educación matrimonial y crianza de los hijos a los inmigrantes latinos en la región de Miami. El Sr. Salgado es un educador y facilitador para talleres sobre la paternidad, las parejas y la crianza de los hijos. La Sra. Tarfur Salgado es una terapeuta de salud mental y una instructora en programas de prevención con experiencia en talleres sobre violencia doméstica, violencia sexual, así como sobre las parejas y la crianza de los hijos.

La Dra. Rozzana Sánchez Aragón (PhD) es una profesora en el programa universitario de Psicología Social en la Universidad Nacional Autónoma de México. Ella ha escrito varios libros sobre el rol de la 'pasión' en las relaciones, así como múltiples artículos y capítulos sobre la autorregulación. La Dra. Sánchez Aragón ha escrito conjuntamente la teoría bio-psico-socio-cultural de las relaciones de pareja con la Dra. Díaz Loving. Ha recibido la Distinción para Jóvenes Académicos en Ciencias Sociales de su universidad y es la ex-presidente de la Asociación Mexicana de Psicología Social.

Guille Sastre es la Directora Ejecutiva de Creciendo Unidos, una organización sin fines de lucro que proporciona servicios culturalmente competentes a la comunidad hispana en Phoenix. La Sra. Sastre dirige el programa de matrimonios saludables de la agencia para las parejas, el cual ha desarrollado un currículo específico para los hispanos, basado en el concepto de la familia fuerte. La Sra. Sastre ha apoyado activamente la Iniciativa de Matrimonios Hispánicos Saludables y ha presentado varios temas relacionados con la implementación de los programas de matrimonios saludables y la mejora de los servicios para hispanos en las conferencias de la HHMI.

El Dr. Luis Zayas, PhD es el Distinguido Profesor "Shanti K. Khunduka" de Trabajo Social y un Profesor de Psiquiatría en la Facultad de Medicina de Washington University. El Dr. Zayas es natural de Coamo, Puerto Rico, y sus trabajos de investigación examinan la salud mental de los niños y de los adolescentes, la salud mental de las madres durante el embarazo, las relaciones padres-hijos, los factores interculturales del comportamiento en la crianza de los niños y el funcionamiento familiar. Es un participante activo en varios simposios de investigación relacionados con la labor llevada a cabo en la comunidad hispana en materia de matrimonios saludables y es miembro del equipo de investigación que lleva a cabo la Evaluación de la Implementación de Programas de la Iniciativa de Matrimonios Hispánicos Saludables, financiada por la Administración para los Niños y las Familias.

GUÍA PARA USAR LOS MÓDULOS DEL CURRÍCULO

El manual y los módulos han sido desarrollados para responder a las solicitudes de los educadores de matrimonios saludables que buscan un contenido culturalmente apropiado, desarrollado específicamente para las parejas y las familias hispanas. Estos documentos captan los consejos y los conocimientos propios de educadores de matrimonios hispanos en todos los Estados Unidos, así como años de investigación sobre la psicología de la dinámica de las parejas.

Estas presentaciones (módulos) *no* pretenden reemplazar los currículos sobre los matrimonios saludables y las relaciones que ya son utilizados, sino que están diseñadas para ayudar a los facilitadores y a las parejas a explorar las influencias especiales que la cultura, los roles de género y la comunicación tienen en las relaciones hispanas. Se recomienda usar cada uno de los tres módulos como una introducción a la educación matrimonial para las organizaciones que sirven a la comunidad hispana y que están interesadas en implementar programas de matrimonios saludables.

Los módulos proporcionan antecedentes apropiados para que las parejas entiendan la influencia de la cultura hispana sobre las relaciones. Durante la presentación de cualquier currículo de educación matrimonial (i.e. PREP®, PAIRS®, Relationship Enhancement®, Couple Communication®, etc.), el facilitador puede hacer referencia a los conceptos fundamentales de estos módulos, incluyendo la aculturación, el familismo, el machismo y el marianismo.

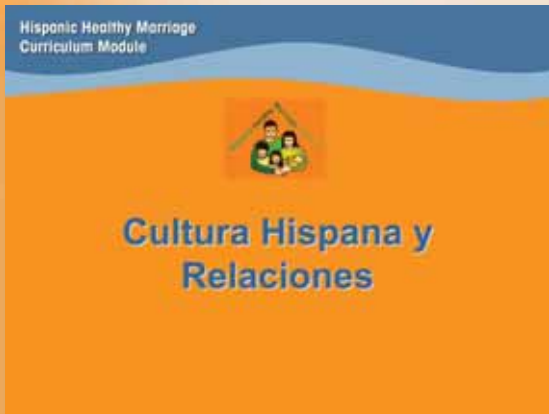
Consideraciones:

1. Aunque los módulos pueden ser usados como una serie, animamos a los facilitadores a que los presenten en el orden que corresponda mejor a la secuencia de su programa específico.
2. Los autores animan a los educadores matrimoniales a que encuentren oportunidades para incorporar los materiales de la HHMI dentro de su programa a medida que se sienten seguros con los currículos principales y los materiales suplementarios.
3. Los facilitadores deberían sentirse seguros al presentar porciones de los módulos que pongan énfasis sobre los conceptos o las cuestiones que guarden mayor relación con su comunidad hispana local. Por ejemplo, el Módulo Dos trata de la manera en que la familia influye en quiénes somos como hombres y mujeres; este tema puede ser incorporado a una lección de educación matrimonial sobre la familia de origen.

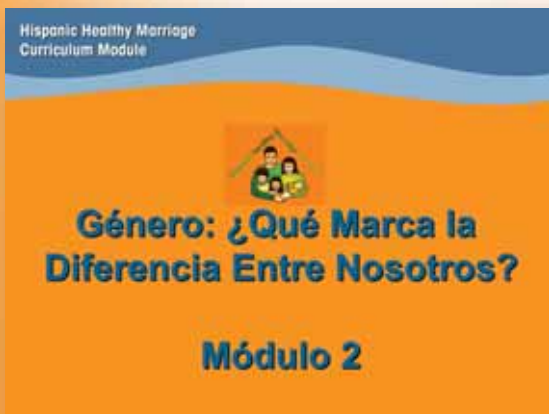
Cada módulo contiene diapositivas de presentación cuyo contenido es educativo. Los módulos también incluyen actividades para pequeños grupos o parejas, que destacan los puntos principales y fomentan una discusión sobre temas específicos. Los facilitadores deberían consultar de vez en cuando a las parejas para asegurarse de que entienden perfectamente el material presentado. Los educadores matrimoniales también deberían solicitar ejemplos o historias relacionados con la manera en que las lecciones pueden ser aplicadas.

Con respecto a las actividades, los facilitadores deberían modificar libremente el formato para adaptarlo a la dinámica de los participantes. Por ejemplo, si las parejas no se sienten seguras para compartir con un pequeño grupo, el facilitador puede pedirle a las parejas que hablen uno a uno, y luego puede pedir voluntarios para que compartan con el resto del grupo. De manera similar, los facilitadores deberían tomar en cuenta los niveles de alfabetismo de los participantes (tanto hispanohablantes como de habla inglesa). Introduzca verbalmente cada actividad y proporcione alternativas para las actividades que suponen leer y escribir. Cada módulo (incluyendo las actividades) requiere de una a dos horas.

Módulos del Programa Para Matrimonios Hispanos Saludables



Módulo Uno: Cultura Hispana y Relaciones. El Módulo Uno es ideal para ser usado como introducción a los programas de educación matrimonial para las parejas hispanas. Proporciona un marco de referencia a la manera en que las creencias y las expectativas del matrimonio y de la familia son formadas por la cultura. Este módulo también sirve de herramienta útil para la capacitación del personal para los programas que recién empezaron a servir a la comunidad hispana.



Módulo Dos: Género: ¿Qué Marca la Diferencia Entre Nosotros? Este módulo puede ser incorporado antes o después del otro contenido del currículo relacionado con las expectativas, en particular con respecto a los roles de las parejas y la interacción con la familia extensa. El Módulo Dos proporciona información específica sobre la influencia de la cultura hispana sobre las expectativas relacionadas con los roles de género y la manera en que esas expectativas afectan la relación de la pareja. Se aconseja presentar este módulo después de una lección sobre las técnicas de comunicación, porque es probable que genere discusiones entre las parejas acerca de temas delicados.



Módulo Tres: Conversando Juntos. El último módulo completa cualquier discusión enfocada en la comunicación y la interacción dentro de la pareja. Este módulo proporciona una oportunidad para que las personas identifiquen su propio estilo de interacción mientras practican aptitudes para convertirse en mejores comunicadores dentro del contexto de su matrimonio o de su relación de pareja.

El manual del facilitador está formateado para incluir los siguientes elementos para cada módulo

- ❖ *Perspectiva general* – antecedentes relacionados con el tema; les proporciona a los facilitadores un contexto y una base sobre el tema.
- ❖ *Objetivo Clave y Metas Globales* – esboza la intención y los componentes importantes del módulo.
- ❖ *Guía para la Presentación* – incluye cada diapositiva y las correspondientes notas para el facilitador. Estas notas tienen por objeto identificar y ampliar los puntos principales de cada diapositiva. Las notas ayudarán a generar una discusión de grupo y a entablar un diálogo con el grupo.

NOTA: *El módulo propiamente dicho (o la presentación) es un documento PowerPoint aparte y se accederá al mismo por separado.*

Debido a la diversidad dentro de la población hispana, se anima a los facilitadores a que:

- ❖ Revisen las diapositivas de la presentación y agreguen ejemplos y/o actividades adicionales que sean específicos de su comunidad hispana local.
- ❖ Utilicen música, videoclips, tiras cómicas, fotografías, etc., para ilustrar los diferentes conceptos presentados y permitir que los participantes se identifiquen con su comunidad hispana.
- ❖ Incorporar la cultura hispana local lo más posible durante toda la presentación (i.e. tipo de refrescos servidos, ambiente/marco, música puesta durante los descansos, etc.).

Teniendo en cuenta que algunos facilitadores pueden optar por no usar PowerPoint (y que algunas instalaciones no tienen acceso a una computadora y a un proyector), las presentaciones de los módulos pueden imprimirse en forma de transparencias para el retroproyector o en forma de notas para que los participantes puedan seguir la presentación a medida que el facilitador dirige la discusión. De manera similar, podría resultar práctico a los facilitadores enumerar los puntos principales de la presentación sobre un tablero de hojas móviles utilizado como guía, en vez de usar PowerPoint. Animamos a cada facilitador a que use un formato de presentación con el que se sienta seguro.

La HHMI espera que estos módulos ayudarán a los educadores de matrimonios generando discusiones con los participantes, ayudándolos a entender el impacto que la cultura, los roles de género y los estilos de comunicación tienen sobre las relaciones de los hispanos que viven en los Estados Unidos.

Módulo 1

Cultura Hispana y Relaciones

POR QUÉ ES IMPORTANTE...

La discusión que gira alrededor de la cultura y de su influencia sobre los valores, las actitudes y los comportamientos personales es compleja. Este módulo trata de arrojar luz sobre esta cuestión dentro de la cultura hispana y proporciona oportunidades para discusión y reflexión.

El Módulo Uno puede ser usado como introducción a un programa de matrimonios saludables para los participantes hispanos. El propósito del módulo de **Cultura Hispana y Relaciones** es proporcionar un marco cultural para los hispanos y la manera en que enfocan las relaciones, la identidad, la interacción, el amor y el matrimonio. Este módulo anima a los participantes a considerar la manera en que somos influenciados por la cultura y la manera en que esto afecta nuestras interacciones.

Este módulo no sólo proporciona información sobre la manera en que la cultura forma nuestros valores, sino que también explora la “aculturación” y la manera en que afecta las expectativas que todos tenemos con respecto al matrimonio y a la familia.

Aculturación: El comportamiento, las actitudes y los cambios psicológicos que ocurren cuando grupos de individuos procedentes de diferentes culturas entran en contacto continuo directo entre ellos. (*Sinónimos: adaptarse, acomodarse, ajustarse*)

Muchos investigadores no están de acuerdo sobre la razón por la cual los individuos en diferentes grupos culturales se comportan de ciertas maneras. Parece haber un acuerdo de que hay ciertos principios universales básicos, pero *la manera* en que son expresados (i.e. características personales, patrones conductuales, actitudes y valores) tiende a ocurrir a un nivel más local. El desarrollo local de estas características es lo que conocemos comúnmente como “cultura”. Los estudios entre los hispanos muestran que la conducta personal es guiada por la medida en que un individuo adopta y cree en reglas culturales específicas.

Para los hispanos que viven en los Estados Unidos, las reglas culturales adoptadas de su patrimonio cultural hispano serán diferentes según su nivel de aculturación (o adaptación). El nivel de adaptación de un individuo tiene un efecto directo sobre la manera en que éste se relaciona con su cónyuge y los otros miembros de su familia. Por ejemplo, si el esposo ha estado viviendo y trabajando en los Estados Unidos por varios meses (o incluso años), es probable que esté más aculturado que su esposa, y como tal, que haya adoptado los valores y las costumbres de la cultura dominante. Esta diferencia puede crear un conflicto si la esposa no ha adoptado los mismos valores.

Asimismo, los hijos de crianza que están muy aculturados a la cultura estadounidense pueden aumentar el nivel de estrés para las parejas que mantienen ciertas costumbres y creencias tradicionales.

Módulo 1

Cultura Hispana y Relaciones

OBJETIVOS CLAVES

1. El objetivo para el **Módulo Uno: Cultura Hispana y Relaciones** es proporcionarle a los facilitadores y participantes un marco cultural para las lecciones y las aptitudes presentadas en ambientes de educación sobre matrimonios saludables. Se espera que los participantes hispanos aplicarán estas ideas de una manera que sea significativa desde el punto de vista cultural.
2. Otro uso para el Módulo Uno es como una herramienta de capacitación para personal dentro de organizaciones que tal vez no tienen una larga trayectoria trabajando con la comunidad hispana. Se puede usar el módulo para introducir la cultura hispana a los miembros del personal, con el fin de crear un contexto respecto a las creencias culturales y a la conducta dentro de la comunidad hispana.

METAS GLOBALES

- Incrementar la conciencia de la influencia de la cultura sobre el comportamiento individual.
- Mejorar la comprensión de los valores y de las creencias hispanas, y de la manera en que influyen en las relaciones entre los cónyuges y entre los miembros de la familia.
- Incrementar los conocimientos sobre los valores culturales y las creencias, y la manera en que varían debido al proceso de aculturación.
- Lograr que los participantes tomen mayor conciencia de su nivel de aculturación y consideren su efecto sobre sus relaciones.
- Aumentar la capacidad de los participantes para:
 - Identificar las influencias culturales (tanto de la cultura tradicional como de la cultura dominante) que afectan sus relaciones.
 - Determinar los valores y las creencias hispanas tradicionales que ellos consideran importante mantener.
 - Entablar una discusión con los cónyuges y las parejas sobre los valores familiares que ellos consideran importante conservar y transmitir a sus hijos, y la manera en que esos valores pueden ser mantenidos mientras viven en los Estados Unidos.

ESTRATEGIAS DE ENSEÑANZA

- El módulo de *Cultura Hispana y Relaciones* puede ser utilizado conjuntamente con los módulos dos y tres, pero también puede ser una herramienta independiente de enseñanza para los miembros del personal de las organizaciones que tal vez no tienen una larga trayectoria sirviendo a la comunidad hispana.
- Algunos de los términos utilizados en este módulo no les serán familiares a los participantes. Por ejemplo, las palabras “enculturación” y “aculturación” son palabras complejas que se refieren al proceso de adaptación a una nueva cultura. Aunque no esperamos que los facilitadores usen esos términos durante toda la presentación (pueden usar términos más familiares como acomodarse o adaptarse a la nueva cultura), consideramos que es importante identificar los términos de ‘investigación/académicos’ por lo menos una vez, porque esos términos validan el proceso que han experimentado los participantes.
- Utilice técnicas de aprendizaje activo – no se limite a dictar clase. Hemos incluido en este módulo varias actividades que deberían fomentar la comunicación entre las parejas sobre la cultura hispana y la manera en que afecta las relaciones. Aproveche estas actividades, pero asegúrese de que el objetivo principal y las metas del programa sean tratados.

Módulos del Programa Para Matrimonios Hispanos Saludables



Introducción del Módulo: **Cultura Hispana y Relaciones**

Nota al Facilitador: En este módulo, se proporciona un texto sugerido para el facilitador para cada diapositiva. Los comentarios y/o las notas para el facilitador están en cursiva.

Después de darle la bienvenida a cada participante, empiece su clase dándoles una idea de lo que pueden esperar de este módulo, así como del rol que usted espera que ellos desempeñen.

Lecciones a aprender de este módulo:

- Cómo aprendemos lo que se espera de nosotros como hombres y mujeres de la gente que nos enseña y nos forma.
- Qué es la cultura y cómo influye en nuestras creencias, nuestros valores e incluso nuestros comportamientos; y lo que esto significa con respecto a la manera en que cada uno de nosotros nos relacionamos con nuestros cónyuges y con nuestra familia.
- Cómo puede influir el proceso de aculturación (adaptación a una nueva cultura) en las relaciones entre los cónyuges y entre los miembros de la familia.

Expectativas de los participantes:

- *Se espera que ambos cónyuges participen en la discusión y en las actividades.*

Cultura Hispana y Relaciones

Texto Sugerido para el Facilitador:

- La cultura es una cosa interesante. Existen diferencias culturales drásticas en los países alrededor del mundo, pero también hay diferencias culturales sutiles dentro de una misma ciudad, según la parte de la ciudad donde se encuentre uno.
- Si nos detenemos a pensar, todos podemos identificar elementos de nuestra cultura, pero a veces puede resultar más difícil comprender la manera en que nos afecta la cultura.
- Durante esta sesión, pasaremos un tiempo hablando acerca de la cultura.
 - ♦ Hablaremos de lo que es la cultura y de la manera en que influye en nuestras creencias, nuestros valores e incluso nuestros comportamientos; y lo que esto significa con respecto a la manera en que se relacionan los cónyuges y los miembros de la familia.

(Pase a la siguiente diapositiva)

Módulos del Programa Para Matrimonios Hispanos Saludables

¿Qué es la Cultura?

¿Qué es la Cultura?

Texto Sugerido para el Facilitador:

- Como seres humanos, es inevitable crear y comunicar la cultura en nuestras vidas diarias. Esto incluye nuestro sistema de creencias como la moralidad, las leyes, las costumbres e incluye nuestra base de conocimientos.
- Por lo tanto, ¿qué es la cultura?
 - ♦ *Deje un tiempo para que los participantes proporcionen ejemplos de lo que constituye la cultura. Puede que el facilitador tenga que proporcionar uno o dos ejemplos para ayudar a iniciar la discusión. Los ejemplos pueden incluir:*
 - *Comida, música, arte, poesía, literatura, tradiciones de fiestas/estacionales*

(Pase a la siguiente diapositiva)

¿Qué es la Cultura?

- *Música
- *Comida
- *Costumbres
- *Tradiciones
- *Valores y Creencias

¿Qué es la Cultura? Música, Comida, Costumbres, Tradiciones, Valores y Creencias

Texto Sugerido para el Facilitador:

- Nosotros reflejamos nuestra cultura mediante lo que sabemos, lo que creemos, nuestras leyes, nuestras costumbres, y las otras maneras de pensar y actuar que aprendemos como miembros de una sociedad. Parece que la cultura está presente en todas partes alrededor de nosotros. De hecho, nosotros creamos y comunicamos la cultura en nuestras vidas de todos los días.
- Por lo tanto, ¿cómo es la cultura para los hispanos? ¿Cómo afecta las relaciones entre esposos/esposas/novios/novias/hijos?

- En las cuatro diapositivas que siguen, hablaremos de algunas creencias tradicionales que están comúnmente relacionadas con la cultura hispana.
- *Facilitador, por favor ponga énfasis en el siguiente punto: **Puede que ustedes estén de acuerdo con algunas de estas creencias culturales, pero no con otras. No estamos promoviendo ninguna creencia en particular como buena o mala. Estas son creencias generales y puede que las creencias de familias individuales no estén descritas aquí.***
- Además, puede que ustedes ya conozcan algunos de los términos mencionados, pero otros pueden ser nuevos para ustedes. Vamos a ver lo que los investigadores sociales pasan mucho tiempo estudiando y luego hablaremos de esos términos y de la manera en que están relacionados con nuestras propias vidas.

(Pase a la siguiente diapositiva)

Módulos del Programa Para Matrimonios Hispanos Saludables



- Un ejemplo del familismo podría ser una familia entera (incluyendo la familia extensa) que trabajan juntos para que un niño pueda estudiar en la universidad. Otro ejemplo podría ser un hijo adulto que opta por trabajar en la misma comunidad donde vive su familia (y no en otro estado) para poder vivir cerca del hogar y contribuir a las necesidades de su familia.
 - ♦ ¿Qué otros ejemplos se les ocurren que puedan ilustrar el familismo?
 - *Permita uno o dos ejemplos de los participantes.*

(Pase a la siguiente diapositiva)



- Acuérdense que puede que algunos de ustedes estén de acuerdo con estas creencias generales y otros no. O puede que estén de acuerdo con algunas y no con otras. Estamos simplemente destacando las **creencias culturales** relacionadas con la cultura hispana.
- Más adelante, hablaremos de la manera en que esas creencias pueden haber formado nuestras expectativas sobre el matrimonio y la familia.

(Pase a la siguiente diapositiva)

Creencias Culturales – Familismo

Texto Sugerido para el Facilitador:

- La creencia cultural que vamos a examinar ahora es el familismo. ¿Alguno de ustedes ha oído este término antes?
- El familismo es la creencia de que lo más importante es hacer algo que beneficia a la familia y esto es, aún más importante que hacer algo que podría beneficiar a una sola persona.
 - ♦ ¿Qué piensan de esto? ¿Piensan que esto es cierto para la cultura hispana?
 - *Deje un tiempo breve para que contesten esas preguntas.*

Creencias Culturales – Machismo

Texto Sugerido para el Facilitador:

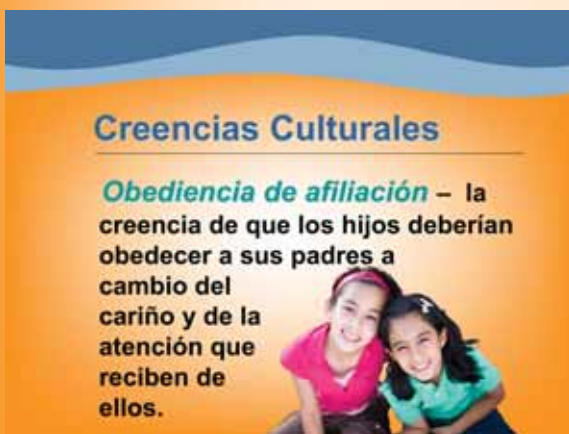
- Otra creencia comúnmente relacionada con la cultura hispana es el machismo benevolente. Se trata de la creencia de que el hombre es el jefe de la familia y es responsable de proteger y atender a todas las necesidades de la familia.
 - ♦ ¿Qué piensan de esto? ¿Piensan que esto es cierto para la cultura hispana?
 - *Deje un tiempo breve para que contesten esas preguntas.*

Módulos del Programa Para Matrimonios Hispanos Saludables



- ♦ ¿Qué opinan? ¿Piensan que ésta es una buena descripción de las expectativas que existen para las mujeres?
 - Deje un tiempo breve para que contesten esas preguntas.

(Pase a la siguiente diapositiva)



- ¿Qué opinan? ¿Están de acuerdo de que hay la expectativa de que los hijos deben obedecer a sus padres? ¿Piensan que esto contribuye al concepto de familismo debido a que se espera que los hijos obedezcan a sus padres (o ancianos) 1) para recibir su cariño, 2) porque beneficia a la familia, y 3) porque mantiene la paz?
 - ♦ Deje un tiempo breve para que contesten esas preguntas.

(Pase a la siguiente diapositiva)

Creencias Culturales – Marianismo

Texto Sugerido para el Facilitador:

- De manera similar al término “machismo” para los hombres, el marianismo es el término usado para describir la idea general que se tiene de las mujeres en la cultura hispana.
- El marianismo es la creencia de que las mujeres deberían casarse antes de tener relaciones sexuales y que deberían concentrarse en ser buenas madres y esposas fieles.
 - ♦ Como con las diapositivas anteriores, el marianismo es una creencia tradicional relacionada con la cultura hispana, pero puede que no sea aplicable a todas las familias hispanas.

Creencias Culturales – Obediencia de Afiliación / Hijos Obedientes

Texto Sugerido para el Facilitador:

- Esta es la creencia de que los hijos deberían obedecer a sus padres a cambio del cariño y de la atención que reciben de ellos. La palabra “afiliación” significa que hay una relación, y en este caso hay una relación entre un hijo que es obediente y el cariño y la atención que proporcionan los padres.
- Por lo tanto, la expectativa de los padres es que sus hijos obedecerán lo que ellos digan, y la expectativa para los hijos es que deberían obedecer a sus padres para que éstos los sigan queriendo.

Módulos del Programa Para Matrimonios Hispanos Saludables

Dos Tipos de Cultura

Dos Tipos de Culturas

Texto Sugerido para el Facilitador:

- Hemos hablado de algunas creencias comunes relacionadas con la cultura hispana. Ahora vamos a examinar dos maneras diferentes de considerar las relaciones.
- Hablaremos de una cultura de “nosotros” y de una cultura de “yo”.

(Pase a la siguiente diapositiva)

‘Nosotros’ y ‘Yo’

La mejor descripción de una cultura de “**nosotros**” es: **cooperativa, orientada al grupo, mutua**



“Nosotros” y “Yo” – Nosotros

Texto Sugerido para el Facilitador:

- Una cultura de “nosotros” es una combinación de creencias culturales sobre la protección de la unidad familiar. Está diseñada para promover la salud y la seguridad de los miembros de la familia.
- *Revise la diapositiva:* Se puede describir una cultura de “nosotros” como siendo cooperativa, orientada al grupo y mutua.
- ¿Piensan ustedes que las creencias que acabamos de examinar (familismo, machismo benévolo, marianismo y obediencia de los hijos) caben dentro de una cultura de “nosotros”?
 - ♦ *Deje un tiempo para que respondan los participantes.*
- En la cultura de “nosotros”, el bienestar global de la familia es más importante que el de cualquier individuo (incluyendo la relación matrimonial).

(Pase a la siguiente diapositiva)

Módulos del Programa Para Matrimonios Hispanos Saludables

'Nosotros' y 'Yo'

La mejor descripción de una cultura de "yo" es: independiente, segura y competitiva



(Pase a la siguiente diapositiva)

"Nosotros" y "Yo" – Yo

Texto Sugerido para el Facilitador:

- Una cultura de "yo" es una combinación de creencias que favorecen un estilo de vida independiente, seguro y competitivo.
- Una cultura de "yo" considera el matrimonio como un medio para lograr una satisfacción personal.
- La cultura de "yo" también considera la relación entre el esposo y la esposa como los cimientos de la familia – y como la relación más importante.

'Nosotros' y 'Yo'

Cómo se reflejan las culturas de "nosotros" y "yo" en:

- ❖ Las relaciones
- ❖ Lo que pensamos de nosotros mismos
- ❖ Nuestro comportamiento hacia los demás
- ❖ El amor y el matrimonio

"Nosotros" y "Yo" – Continuación

Texto Sugerido para el Facilitador:

- Siempre hay excepciones, pero vamos a examinar y comparar las características de cada una de estas culturas – "nosotros" y "yo" – con respecto a la manera en que afectan nuestras relaciones y la manera en que nos relacionamos con los demás.
 - *Revise los puntos en la diapositiva:* Hablaremos de la manera en que las culturas de "nosotros" y "yo" están reflejadas en:
 - ♦ Las relaciones
 - ♦ Lo que pensamos de nosotros mismos
 - ♦ Cómo nos relacionamos con los demás
 - ♦ El amor y el matrimonio
- Debemos acordarnos que sólo estamos hablando de diferencias. **No estamos promoviendo ninguna de estas culturas como siendo buena o mala.** Simplemente destacaremos algunas de las distinciones entre los puntos de vista de "nosotros" y de "yo". Ambos tienen aspectos positivos y negativos.

(Pase a la siguiente diapositiva)

Módulos del Programa Para Matrimonios Hispanos Saludables

Nosotros	Yo
La relación entre los padres y los hijos es lo más importante	La relación entre el esposo y la esposa es lo más importante
Lo que pensamos de nosotros mismos se basa en las reglas y en los compromisos familiares	Lo que pensamos de nosotros mismos se basa en intereses personales
La gente busca la felicidad en los demás	La gente habla más de sus propios intereses
El amor es considerado dentro del contexto de la familia	El amor está más relacionado con la satisfacción de las necesidades personales

“Nosotros” y “Yo” – Grafica

Texto Sugerido para el Facilitador:

- Revisemos.

- ♦ En una cultura de “nosotros”, lo más importante es la **relación** entre los padres y los hijos. Los padres son responsables de la educación correcta de los hijos basándose sobre relaciones íntimas y valores de amor, respeto y obediencia.
- ♦ En una cultura de “yo”, la **relación** entre el esposo y la esposa es considerada como lo más importante. La familia enfoca reglas individuales y la satisfacción de las necesidades afectivas personales.

- ♦ Con respecto a **lo que pensamos de nosotros mismos**, en una cultura de “nosotros”, la identidad está basada en estrictas reglas sociales, una obligación de devolver y el compromiso con el grupo, la familia y la comunidad.
 - ♦ En una cultura de “yo”, la identidad está basada en individuos independientes y seguros cuyo principal enfoque son los intereses personales, el individualismo, la competición, y el crecimiento y los objetivos personales.
 - ♦ En una cultura de “nosotros”, la **gente** tiende a ser más consciente de las necesidades de los demás y se concentra en hacer que los demás sean felices.
 - ♦ En una cultura de “yo”, es más probable que la **gente** hable con los demás acerca de sus propias necesidades y deseos.
 - ♦ En una cultura de “nosotros”, **el amor y el matrimonio** son considerados dentro del contexto de la familia (hijos, padres y hermanos). El amor y el matrimonio van de la mano, y hay grandes diferencias entre los géneros con respecto a las expectativas y los roles. Existe una fuerte presión social de no considerar el divorcio como una opción.
 - ♦ En una cultura de “yo”, **el amor y el matrimonio** están relacionados con la satisfacción de las necesidades personales. Una relación es satisfactoria si se satisfacen las necesidades de ambas parejas. Se pone el acento sobre los sentimientos, los cuales determinan el nivel de satisfacción. Es más probable que las parejas del tipo “yo” consideren el divorcio como una opción.
- ¿Qué opinan de cada una de estas culturas en relación con los temas tratados aquí?
 - ¿Cuáles son las virtudes de cada punto de vista?
 - ¿Cómo pueden estas creencias constituir un reto o una barrera para cada una de las culturas?
 - ¿Pueden identificarse con alguna de estas cultura? ¿Alguno de ustedes se considera en ambas?
 - *Deje un tiempo para que los participantes traten estas cuestiones.*

(Pase a la siguiente diapositiva)

Módulos del Programa Para Matrimonios Hispanos Saludables

¿Cómo llega la cultura a ser parte de nosotros?

- ♦ Los investigadores dirían que la gente adopta la cultura (o aplican la cultura a sus propias vidas) de tres maneras diferentes. Estos investigadores usarían los términos socialización, enculturación y aculturación.
 - Éstas son palabras que suenan muy académicas. Por lo tanto, lo primero que haremos es descomponer estos complicados términos en algo que sea más común en el lenguaje de todos los días.

(Pase a la siguiente diapositiva)

¿Cómo llega la cultura a ser parte de nosotros?

Socialización –

La manera en que nos criamos



- ♦ Deje un tiempo para que los participantes proporcionen ejemplos. Puede que los facilitadores tengan que proporcionar un par de ejemplos para iniciar la discusión. Los ejemplos pueden incluir:
 - Lo que aprendemos de nuestros padres.
 - Lo que aprendemos de nuestro ambiente, como la familia, la escuela, la comunidad, el estado y el país.
 - Lo que aprendemos acerca del comportamiento aceptable o inaceptable.
 - Lo que pensamos de nosotros mismos basándonos en las opiniones de los demás.
- Básicamente, aprendemos lo que se espera de nosotros de la gente que nos enseña y nos forma.

(Pase a la siguiente diapositiva)

¿Cómo llega la cultura a ser parte de nosotros?

Texto Sugerido para el Facilitador:

- ¿Cómo llega la cultura a ser parte de nosotros?
 - ♦ Los facilitadores deberían hacer referencia a las preguntas anteriores si los participantes indicaron que se identificaban con la cultura de “nosotros” o la cultura de “yo”.
 - ♦ Algunos de ustedes mencionaron que se identificaban con la cultura de “nosotros” o la cultura de “yo” – o con ambas. Por lo tanto, ¿cómo llega la cultura a ser parte de nosotros?

¿Cómo llega la cultura a ser parte de nosotros? La manera en que nos criamos: Socialización

Texto Sugerido para el Facilitador:

- La gente que trabaja en la esfera de investigación habla de la manera en que la gente se cría usando el término “socialización” – básicamente, esto significa aprender cómo socializar e interactuar con los demás.
 - ♦ El punto principal de esta diapositiva es que aprendemos lo que se espera de nosotros como hombres y mujeres de la gente que nos enseña y nos forma.
- ¿Dónde aprendemos a interactuar con los demás? ¿De dónde vienen estas lecciones?

Módulos del Programa Para Matrimonios Hispanos Saludables

¿Cómo llega la cultura a ser parte de nosotros?

Enculturación – con el tiempo, familiarizarse con y probar las creencias y tradiciones de una nueva cultura

¿Cómo llega la cultura a ser parte de nosotros? Enculturación

Texto Sugerido para el Facilitador:

- La segunda manera en que las creencias culturales llegan a ser parte de nosotros es probándolas. Los investigadores llaman esto “enculturación”, pero nosotros diremos que este proceso consiste en familiarizarse con y probar las creencias y tradiciones de una nueva cultura.
 - ♦ Las familias que se han mudado a otro país pueden verse en una situación en la que están probando la nueva cultura.
 - ♦ Recordemos un momento las culturas de “nosotros” y “yo”, y supongamos que una familia del tipo “nosotros” ahora está viviendo en una cultura de “yo”. ¿Cuáles serían algunos ejemplos de la familia “nosotros” probando una cultura de “yo”?
 - *Deje que los participantes compartan algunos ejemplos. Vea otros ejemplos en la página siguiente.*
- ♦ ¿Qué les parece el ejemplo de los padres que asisten a un evento social sin sus hijos? Recuerden que la cultura de “yo” considera la relación de la pareja como los cimientos de la familia; por lo tanto, el tiempo que la pareja pasa sola es importante.
- ♦ ¿O qué tal si se permite que los niños participen en un “sleepover”? Otra vez, la cultura de “yo” es calificada de independiente y segura, y le da importancia a los intereses personales y al crecimiento personal.
- Recuerden que **sólo estamos hablando de las familias “nosotros”** que, con el tiempo, empiezan a probar algunas de las tradiciones de la nueva cultura en la que están viviendo. Las tradiciones y las creencias culturales de la cultura de “nosotros” son igual de válidas, y la familia seguirá considerándolas importantes.
- Para muchas familias hispanas en los Estados Unidos (y tal vez incluso su familia), el hecho de probar nuevas ideas, experimentar las costumbres y adaptar nuevas tradiciones es un proceso muy real que han experimentado con el tiempo.
- El reto para esas familias (y los niños en particular) es encontrar un equilibrio entre los valores familiares que honran y reconocen la riqueza de su patrimonio, al mismo tiempo que se familiarizan con y prueban las creencias de una nueva cultura.

(Pase a la siguiente diapositiva)

Módulos del Programa Para Matrimonios Hispanos Saludables

¿Cómo llega la cultura a ser parte de nosotros?

Aculturación – la armonización de las creencias y tradiciones de una nueva cultura con las de nuestra propia cultura

¿Cómo llega la cultura a ser parte de nosotros? Aculturación

Texto Sugerido para el Facilitador:

- La tercera manera en que la cultura llega a ser parte de nosotros es armonizando las creencias y tradiciones de una nueva cultura con las nuestras. Esto es lo que los investigadores llaman aculturación. Para los efectos de nuestra clase de hoy, diremos que este proceso significa 'acomodarse' o 'adaptarse'.
 - ♦ Hay tres niveles diferentes de aculturación (adaptación). Cualquier individuo que pasa un tiempo en otra cultura experimentará estos niveles de diferentes maneras. De hecho, es común que los miembros de la misma familia estén en niveles diferentes en un momento dado.
- ♦ También es común que la gente oscile entre los diferentes niveles. Pueden pasar de un nivel a otro, o pueden optar por quedarse donde están sin experimentar los otros niveles.
 - Cada uno experimenta la aculturación de diferentes maneras y no hay ninguna manera correcta o errónea de hacerlo.

Ahora examinaremos más detenidamente lo que esto significa en las siguientes diapositivas, siguiendo a Juanito Díaz, un inmigrante mexicano que ahora vive en los Estados Unidos. *(Nota para el facilitador: Para este ejemplo, también se puede usar a Juanita Díaz si es más apropiado para su grupo.)*

(Pase a la siguiente diapositiva)

Niveles de Aculturación

La historia de un inmigrante mexicano

Juanito Díaz – “De Ningún Modo”

- ❖ Sólo habla español
- ❖ Prefiere quedarse dentro de su propia comunidad
- ❖ Sólo celebra el 16 de septiembre e ignora el 4 de julio

Niveles de Aculturación, Nivel Uno: De Ningún Modo

Texto Sugerido para el Facilitador:

- El primer nivel de aculturación es “De Ningún Modo”.
 - ♦ *Revise los puntos en la diapositiva:*
 - Aquí podemos ver que al nivel “De Ningún Modo”, Juanito rechaza la nueva cultura donde está viviendo. Sigue hablando español casi el 100 por cien del tiempo, se queda dentro de su propia comunidad y sólo reconoce las fiestas y las tradiciones de su país de origen.

(Pase a la siguiente diapositiva)

Módulos del Programa Para Matrimonios Hispanos Saludables

Niveles de Aculturación

Juanito Day – “A Medias”

- ❖ Habla tanto español como inglés
- ❖ Reconoce los ambientes multiculturales
- ❖ Celebra el 16 de septiembre y el 4 de julio



Niveles de Aculturación, Nivel Dos: A Medias

Texto Sugerido para el Facilitador:

- El segundo nivel es “A Medias”.
 - ♦ Primero podrán observar que Juanito Díaz prefiere que lo llamen Juanito Day.
 - ♦ *Revise los puntos en la diapositiva:*
 - Juanito habla español e inglés y se siente seguro en un ambiente multicultural. Le gusta celebrar las fiestas y tradiciones **tanto de** su país de origen como de la nueva cultura en la que está viviendo.
 - Juanito está “probando” la nueva cultura - ¡tal vez le guste poner chile poblano sobre su perro caliente!

(Pase a la siguiente diapositiva)

Fases de Aculturación

Johnny Day – “Nueva Manera”

- ❖ Pierde sus raíces étnicas y acepta la nueva cultura
- ❖ Ignora los días festivos étnicos y celebra el 4 de julio



Niveles de Aculturación, Nivel Tres: Nueva Manera

Texto Sugerido para el Facilitador:

- A este nivel, podemos ver que Juanito Díaz ha cambiado su nombre a Johnny Day.
 - ♦ *Revise los puntos en la diapositiva:*
 - Ha perdido sus raíces étnicas y acepta completamente las costumbres y las tradiciones de la nueva cultura.
 - Ignora las fiestas y tradiciones de su patrimonio cultural y sólo celebra y practica las de su nueva cultura (como el Cuatro de Julio).
- A este punto, Juanito Díaz (alias: Johnny Day) ha adoptado completamente su nueva cultura y la ha elegido sobre su cultura anterior.
- Recuerden que cada persona que vive en una nueva cultura optará por armonizar las costumbres y creencias a su manera. Ninguno de los ejemplos que hemos examinado son buenos o malos; estamos simplemente destacando cómo puede ser este proceso en la vida de todos los días.

(Pase a la siguiente diapositiva)

Módulos del Programa Para Matrimonios Hispanos Saludables

ACTIVIDAD 1:

¿Cuál Es Su Manera?

ACTIVIDAD #1: ¿Cuál es Su Manera?

- **TIEMPO: 15-20 minutos**
(según el número de participantes)
- **Materiales necesarios:**
 - ♦ Hojas blancas y un tablero o “Flipchart”
(incluir Hoja #1 con instrucciones para la actividad)
 - ♦ Marcadores gruesos
 - ♦ Cinta adhesiva (tape)

Texto Sugerido para el Facilitador:

- Entonces, ¿cuál es su manera? Algunas personas aceptan ciertas partes de una nueva cultura más que otras. Por ejemplo, una persona puede celebrar los días festivos estadounidenses (como Thanksgiving) pero sigue prefiriendo la comida de su país de origen.
- Vamos a hacer una actividad en la cual cada uno de ustedes pensarán en los tres niveles de aculturación (adaptación/armonización) que acabamos de examinar – De Ningún Modo, A Medias y Nueva Manera. Ustedes decidirán cual de estos niveles los describe mejor en términos generales. **RECUERDEN:** muchas veces este proceso se produce de manera diferente entre las parejas y los miembros de la familia. Por lo tanto, no es nada inusual que el esposo y la esposa (así como los otros miembros de la familia) estén a niveles diferentes.
- Ustedes pueden identificarse con cada nivel según su situación, pero para esta actividad, les pedimos que elijan el nivel que los describe mejor la mayoría del tiempo.
- Esta actividad está diseñada para ayudarlos a:
 - ♦ Ver donde están en el proceso de aculturación (o adaptación).
 - ♦ Ver y entender donde está su pareja en el proceso de aculturación.
 - ♦ Hablar de este proceso con otras parejas.

Instrucciones para la Actividad:

- ♦ Divida a los participantes en grupos más pequeños de dos o tres parejas.
- ♦ Proporcione una hoja del tablero de hojas móviles (preparada por adelantado) a cada pequeño grupo.
 - Cada tablero debería tener tres columnas con el siguiente texto:
 - ▶ Juanito Díaz/De Ningún Modo
 - ▶ Juanito Day/A Medias
 - ▶ Johnny Day/Nueva Manera
- ♦ Proporcione rotuladores y cinta de enmascarar a cada grupo.
- ♦ Explique los pasos de la actividad.
 - Anoten sus nombres en la columna que los describe mejor.
 - Luego, anoten los nombres de los miembros de su familia donde ustedes piensan que cada miembro de su familia se pondría él/ella mismo/a.
 - Observen donde están los miembros de su familia y hablen de las posibles razones de las diferencias.
- Cuando los participantes hayan terminado la actividad, pida voluntarios para compartir ciertas observaciones y luego examine las preguntas de la siguiente diapositiva.

(Pase a la siguiente diapositiva)

Módulos del Programa Para Matrimonios Hispanos Saludables

¿Cuál Es Su Manera?

- ❖ ¿Cómo fue afectada su relación por estos niveles de aculturación?
- ❖ ¿Qué efecto ha tenido otra cultura sobre su matrimonio?
- ❖ Compartan algunos ejemplos de la manera en que han visto otras familias equilibrar varias culturas.

ACTIVIDAD #1, Continuación: ¿Cuál es Su Manera?

Texto Sugerido para el Facilitador:

- Preguntas para el grupo:
 - ♦ ¿Cómo fue afectada su relación por estos niveles de aculturación (adaptación)?
 - ♦ ¿Qué efecto ha tenido otra cultura sobre su matrimonio?
 - ♦ Compartan algunos ejemplos de la manera en que han visto otras familias equilibrar varias culturas.
- Los facilitadores deberían dejar un tiempo para que los participantes hablen acerca de estas cuestiones y puedan pasar un tiempo hablando de otros temas que puedan surgir.
 - ♦ Por ejemplo, es más probable que los niños aparezcan en la categoría de "Nueva Manera". Pídale a los participantes que hagan comentarios sobre la manera en que esto puede afectar su relación.

- Anime a los participantes a que se tomen el tiempo de hablar de eso entre ellos.
 - ♦ Si una pareja descubre que cada persona está a un nivel diferente, es especialmente importante que reconozcan estas diferencias y que sigan hablando al respecto.

(Pase a la siguiente diapositiva)

Módulos del Programa Para Matrimonios Hispanos Saludables

ACTIVIDAD 2:

Escudo Familiar



ACTIVIDAD #2: Escudo Familiar

- **TIEMPO:** 30-40 minutos (según el número de participantes)
- **Materiales necesarios:**
 - ♦ Marcadores gruesos de varios colores en cada mesa
 - ♦ Hojas de Cartulina (24"x36") para imprimir los escudos. Un escudo por cada pareja. (ejemplo proporcionado)
 - ♦ Goma y tijeras en cada mesa
 - ♦ Varios materiales decorativos (brillantes, fieltro, tela, botones, imágenes como un sombrero/vestido o cruces, letras del alfabeto, varios tipos de cintas, revistas para cortar, etc.)

- ♦ Lápices o de color
- ♦ Un reproductor CD para poner música culturalmente apropiada durante la actividad (CD player)
- ♦ Copias de la lista de valores (proporcionadas)
- ♦ Copias de la hoja del escudo (proporcionadas)

Texto Sugerido para el Facilitador:

- Hemos hablado de las diferentes culturas ("nosotros" y "yo"), de las características de las culturas, y de la manera en que la gente puede mezclar las culturas. Ahora, piensen en su familia y en la discusión que acabamos de tener acerca de Juanito Díaz – y la aculturación – y tomen el tiempo de diseñar un escudo familiar que represente los valores de su propia familia.
 - ♦ Estos valores son las creencias que ustedes (en pareja) quieren que sean esenciales para su familia, y que quieren transmitir a sus hijos. Podrán descubrir que están combinando valores y tradiciones de su propio patrimonio cultural con las nuevas ideas y creencias que consideran importante incluir.
 - ♦ Este es el momento ideal para que usted y su cónyuge se diviertan mientras animan los valores de su familia.

Instrucciones para la actividad:

- ♦ Distribuya el escudo prediseñado sobre cartón para carteles a cada pareja.
- ♦ Distribuya la lista de valores preimpresa a cada pareja (también proporcionada).
- ♦ Pídale a las parejas que escriban el nombre de su familia en la banda superior del cartel.
 - Por ejemplo: The Vasquez Family o La Familia Vasquez
- ♦ Pídale a las parejas que hablen de e identifiquen cuatro valores familiares que constituyen los cimientos de la armonía de la familia. Escriba uno de los valores en cada una de las cuatro secciones del escudo, de manera llamativa.
- ♦ Luego, pídale a cada pareja que elija elementos de los materiales decorativos y/o que hagan dibujos (o corten imágenes de las revistas) para animar cada valor de acuerdo con lo que cada valor significa para su relación y su familia.
- ♦ Anime las parejas a agregar fotografías de sus bolsos o carteras, así como cualquier otro objeto de interés.

(Pase a la siguiente diapositiva)

Módulos del Programa Para Matrimonios Hispanos Saludables

Escudo Familiar

Hora de Compartir

ACTIVIDAD #2, Continuación: Hora de Compartir

Texto Sugerido para el Facilitador:

- *Después de la actividad, invite cada pareja (o pida voluntarios) a presentar su escudo familiar.*
 - ♦ *Anime a todas las parejas a que se lleven su arte a casa para compartirlo con sus hijos y que lo cuelguen en un lugar especial.*
- *Para los grupos con parejas recién inmigradas, usted debería preguntar acerca de las diferencias que ellos ven en la manera en que los valores de su familia son vividos en los Estados Unidos comparado con su país de origen, junto con cualesquier retos que puedan estar enfrentando. Otros participantes pueden dar consejos, conocimientos propios y ánimo a esas parejas, mientras éstas consideran los problemas de aculturación a los que podrán enfrentarse.*

Módulo 1

Cultura Hispana y Relaciones

Instrucciones para la Actividad

Actividad 1 - ¿Cuál es Su Manera?

La aculturación ocurre de diferentes maneras para cada individuo, pareja o familia. Puede ser un proceso fluido en el cual la gente se ve más aculturada de ciertas maneras y menos aculturada de otras. De hecho, no es nada inusual que los esposos, las esposas y los miembros de la familia se encuentren en diferentes niveles de aculturación. Aunque los individuos pueden identificarse con cada nivel de aculturación de acuerdo con la situación, para esta actividad los participantes deben elegir el nivel general que los describe mejor.

Esta actividad está diseñada para ayudar a los individuos a:

- Ver donde están en el proceso de aculturación.
- Ver y entender donde está su pareja en el proceso de aculturación.
- Hablar abiertamente de la experiencia de aculturación con otras parejas.

TIEMPO

15-20 minutos según el número de participantes.

INSTRUCCIONES

- Divida a los participantes en grupos más pequeños de dos o tres parejas.
- Proporciones un tablero o “Flipchart” a cada grupo pequeño (preparar hojas por adelantado):

- ◆ **Juanito Diaz/De Ningún Modo**
- ◆ **Juanito Day/A Medias**
- ◆ **Johnny Day/Nueva Manera**

- Proporcione marcadores y cinta adhesiva (tape) a cada grupo.
- Pídale a los participantes que anoten sus nombres en la columna que los describe mejor.
- Pídale a los participantes que anoten los nombres de los miembros de su familia que viven en su hogar donde piensan que ellos se pondrían.
- Pídale a los participantes que observen donde están los miembros de su familia.
- Pídale a los participantes que hablen de las posibles razones de las diferencias.

En el grupo más grande, pida voluntarios para compartir las observaciones derivadas de la actividad. Luego, examine las siguientes preguntas (también en la diapositiva):

- ¿Cómo fue afectada su relación por estos niveles de aculturación?
- ¿Qué efecto ha tenido otra cultura sobre su matrimonio?
- Compartan algunos ejemplos de la manera en que han visto otras familias equilibrar varias culturas.

Juanito Diaz De Ningún Modo	Juanito Day A Medias	Johnny Day Nueva Manera

NOTA: El facilitador debería identificar algunos temas comunes entre todos los grupos pequeños (i.e. es más probable que los niños aparezcan bajo la categoría de Nueva Manera) y pedirle a los participantes que hagan comentarios sobre la manera en que esto puede afectar su relación.

El Módulo 1 trata de las diferentes culturas, las características de las culturas y la manera en que la gente mezcla las culturas. Esta actividad es una oportunidad para que los participantes piensen en su propia familia y en la discusión acerca de *Juanito Díaz*, y diseñen un escudo familiar que represente los valores de su propia familia.

Esta actividad práctica e interactiva está diseñada para ayudar a las parejas a:

- Divertirse mientras animan los valores de su familia.
- Hablar de e identificar los valores para su relación y su familia.
- Ilustrar la manera en que sus valores familiares pueden ser diferentes en los Estados Unidos que en su país de origen.

TIEMPO

30-40 minutos según el número de participantes.

MATERIALES NECESARIOS:

- Marcadores gruesos de varios colores en cada mesa.
- Goma y tijeras en cada mesa.
- Varios materiales decorativos (brillantes, fieltro, tela, botones, palitos, imágenes como un sombrero y vestido o cruces, y letras del alfabeto, varios tipos de cintas, limpiadores de tubos, etc.).
- Lápices o pinturas de color.
- Un CD player para poner música culturalmente apropiada durante la actividad.
- Copias de la lista de valores.
- Copias de la hoja del escudo (proporcionadas).

INSTRUCCIONES

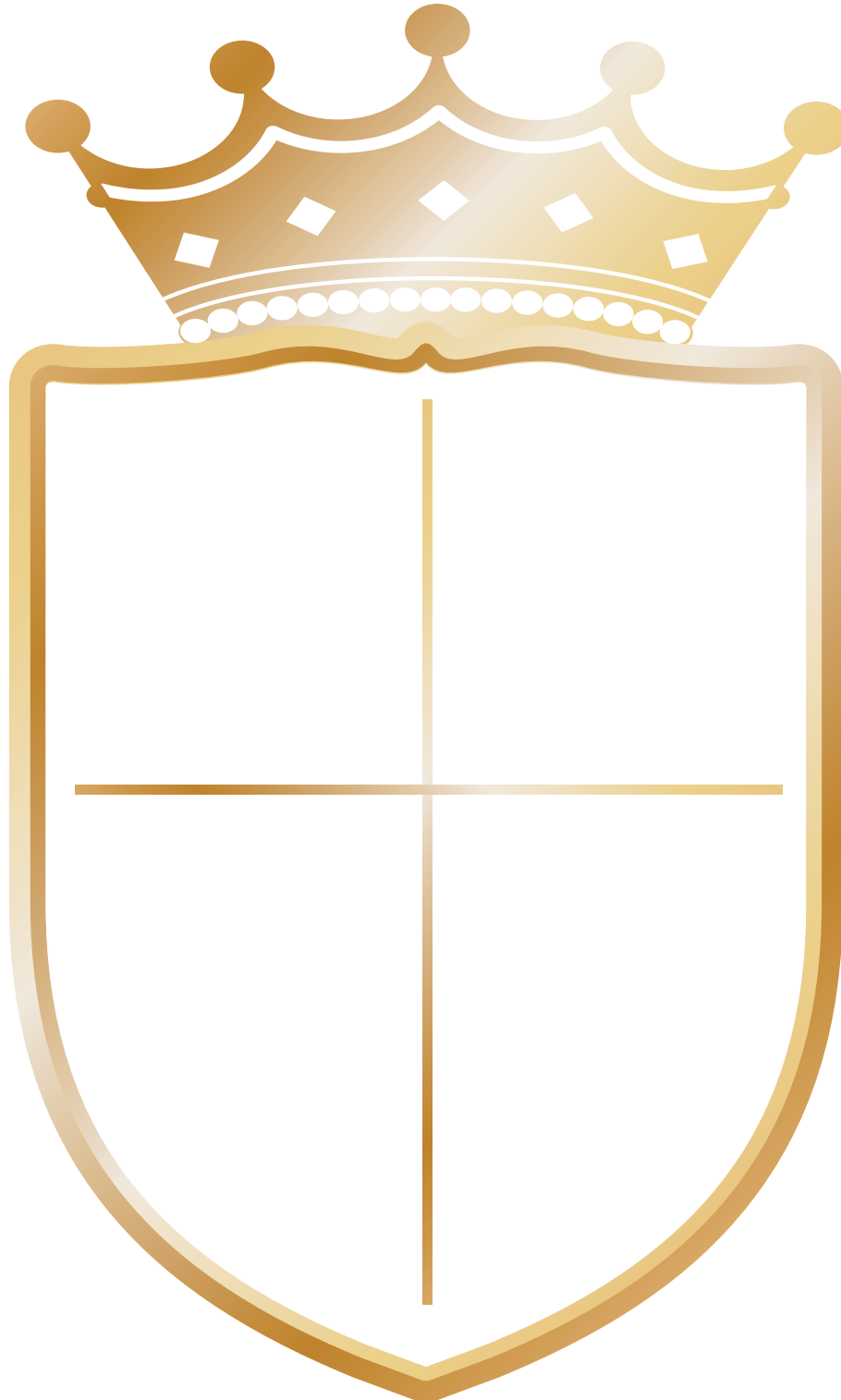
- Distribuya un escudo a cada pareja (plantilla proporcionada).
- Distribuya la lista de valores preimpresa a cada pareja (proporcionada).
- Pídale a las parejas que escriban el nombre de su familia en la banda superior del cartel.
(i.e. *The Vasquez Family / La Familia Vasquez*)
- Pídale a las parejas que hablen de e identifiquen cuatro valores familiares que constituyen los cimientos de la armonía de la familia y que escriban uno de los valores en cada una de las cuatro secciones del escudo, de manera llamativa.
- Pídale a cada pareja que elija elementos de los materiales decorativos y/o que hagan dibujos para animar cada valor de acuerdo con lo que cada valor significa para su relación y su familia.
- Anime las parejas a agregar fotografías de sus bolsos o carteras, u otros objetos de interés.

CONCLUSIÓN

- Pídale a las parejas que presenten sus escudos familiares ante el grupo y que incluyan lo que ha significado para ellos esta actividad.
- Se anima a cada pareja a que se lleven su escudo familiar a casa y que lo cuelguen en un lugar especial para que los valores familiares puedan ser vistos con frecuencia y cumplidos todos los días.

Module 1
Hispanic Culture & Relationships

Activity Instructions
Activity 2 – Family Crest



A continuación proporcionamos una lista de los rasgos y valores comunes que mucha gente adoptan en sus propias familias. Esta lista no es exhaustiva y puede que usted quiera agregar otros valores. No dude en usar estos ejemplos (así como los suyos) para construir su escudo familiar..

Quiero que mi familia sea:

- educada
- religiosa
- amigable
- honrada
- obediente
- ambiciosa
- cooperativa
- motivada
- ordenada o prolija
- confiable
- independiente
- humilde
- respetuosa
- buen “compañero de equipo”
- tranquila
- leal
- buen comportamiento
- prudente con el dinero
- cariñosa
- disciplinada
- creativa
- responsable
- afectuosa
- protectora
- reservada
- fiel
- trabajadora
- cooperativa
- valiente
- competitiva
- flexible
- sociable
- servicial
- dogmática
- educación
- sin prejuicios

Módulo 2

Género - ¿Qué Marca la Diferencia Entre Nosotros?

POR QUÉ ES IMPORTANTE...

La cultura hispana a veces puede definir los roles y comportamientos del hombre y de la mujer mediante los términos tradicionales de “machismo” y “marianismo”. En general, cada uno de estos términos puede ser considerado positivo y una virtud de la cultura hispana; sin embargo, cuando son llevados al extremo, pueden convertirse en una barrera para una relación sana y satisfactoria.

- El **Machismo** caracteriza la virilidad, independencia y fuerza de un hombre, así como la expectativa de que protege y mantiene a la familia.
- El **Marianismo**, por otro lado, califica a las mujeres de débiles, sumisas, castas y dependientes, y las mujeres se definen como madres y cuidadoras – valorando mucho más su rol de madre que el de esposa.

Las características de estos roles de género sirven de factor protector y de reto para las parejas hispanas. Los programas para matrimonios sanos se encuentran en una situación única para ayudar a las parejas hispanas a medir sus propias expectativas relacionadas con los roles de género y la manera en que dichas expectativas 1) influyen en la manera en que los cónyuges se relacionan y 2) pueden cambiar con el tiempo.

Los cambios en las expectativas de los roles de género son comunes entre las parejas que recién inmigraron a los Estados Unidos. El proceso de adaptación a una nueva cultura se llama “aculturación” y puede afectar la interacción y las expectativas de las parejas. A medida que las parejas empiezan a adoptar las costumbres de una nueva cultura, puede surgir un conflicto ya que estas nuevas costumbres dominantes pueden ser diferentes de los roles que son típicamente desempeñados por el hombre o por la mujer.

También es importante prestar atención a lo rápido que cada pareja se acultura (se adapta). Los hombres tienen tendencia a adaptarse más rápidamente porque muchos han vivido en los Estados Unidos más tiempo que sus cónyuges, y tienen generalmente mayor exposición a la cultura dominante a través del sitio de trabajo. Sin embargo, el efecto a largo plazo de la aculturación sobre las expectativas de los roles de género puede ser más obvio en las mujeres. El trabajo fuera del hogar tal vez no fuera el rol de las mujeres en su país de origen, pero muchas parejas inmigrantes consideran necesario que tanto el hombre como la mujer trabajen y mantengan a la familia. A medida que las mujeres empiezan a trabajar y contribuyen a los ingresos del hogar, pueden cambiar las expectativas relacionadas con la facultad de toma de decisiones y la división de las tareas del hogar. Esto puede crear conflicto e insatisfacción matrimonial si una o ambas parejas no están dispuestas a adaptarse.

OBJETIVO CLAVE

El objetivo clave para el módulo *Género - ¿Qué Marca la Diferencia Entre Nosotros?* es ayudar a las parejas a decidir por sí mismas cuáles son los roles de género que deberían ser sostenidos en su relación y cuáles son los que pueden constituir un obstáculo para una relación sana y satisfactoria. Se anima a los instructores a que hagan entrar a los participantes en discusiones sobre las asignaciones de roles de género y la manera en que pueden afectar su propia relación, así como el rol – en su caso – que desempeñan en la formación de la identidad de género de sus propios hijos.

Módulo 2

Género - ¿Qué Marca la Diferencia Entre Nosotros?

METAS GLOBALES

- Incrementar el entendimiento de los roles de género y la manera en que son desarrollados.
- Ayudar a las parejas a reconocer las expectativas de sus roles de género individuales, la manera en que dichas expectativas se formaron y cómo afectan a su relación.
- Hacer que los participantes tomen mayor conciencia en la forma en que las diferentes culturas pueden influir en los roles de género y afectar las relaciones familiares
- Hacer que las parejas identifiquen los mensajes y las experiencias específicos que ellos quisieran transmitir a sus hijos con respecto a los roles de género.

ESTRATEGIAS DE ENSEÑANZA

- El módulo *Género - ¿Qué Marca la Diferencia Entre Nosotros?* puede ser utilizado antes o después de otros materiales del programa relacionados con las expectativas – especialmente en relación con los roles de las parejas y la interacción con la familia extensa.
- Se aconseja presentar este módulo después de que las parejas aprendan una técnica de comunicación, porque es probable que genere discusiones entre las parejas acerca de temas delicados.
- Algunos de los términos utilizados en este módulo no les serán familiares a los participantes. Por ejemplo, la palabra “aculturación” es una palabra compleja que se refiere al proceso de adaptación a una nueva cultura. Después de identificar este término (y su significado) para las parejas de su clase, usted puede decir simplemente, “pero para los efectos de nuestra clase, diremos simplemente que significa acomodarse”.

Creemos que es importante identificar un término real de ‘investigación’, porque puede validar para los participantes el hecho de que el proceso de adaptación (aculturación) es normal y común. Sin embargo, es perfectamente aceptable mencionarlo una vez y luego usar un término más común.

- Utilice técnicas de aprendizaje activo – no se limite a dictar clase. Hemos incluido en este módulo varias actividades que deberían fomentar la comunicación entre las parejas sobre las cuestiones relacionadas con el género. Aproveche estas actividades, pero asegúrese de que el objetivo principal y las metas del programa sean tratados.

Módulos del Programa Para Matrimonios Hispanos Saludables

Hispanic Healthy Marriage
Curriculum Module



Género: ¿Qué Marca la Diferencia Entre Nosotros?

Módulo 2

Introducción del Módulo:

Género - ¿Qué Marca la Diferencia Entre Nosotros?

Nota al Facilitador: En este módulo, se proporciona un texto sugerido para el facilitador para cada diapositiva. Los comentarios y/o las notas para el facilitador están en cursiva.

Después de darle la bienvenida a cada participante, empiece su clase dándoles una idea de lo que pueden esperar de este módulo, así como del rol que usted espera que ellos desempeñen.

Lecciones a aprender de este módulo:

- *El propósito de este módulo es hacer que los participantes piensen en las lecciones que aprendieron al criarse acerca de la manera en que se espera que un hombre y una mujer actúen y se identifiquen con otras personas, así como en los eventos y estereotipos que influyeron en sus propias impresiones/expectativas para los hombres y las mujeres.*
- *Información sobre valores y creencias tradicionales comunes de la cultura hispana será compartida durante el módulo para ayudar a los participantes a entender cómo (con el tiempo) esas creencias acerca de los hombres y las mujeres pueden ser transmitidas de generación en generación.*
- *Estos modos más tradicionales de pensar en los hombres y en las mujeres – lo que aprendemos de nuestra familia y las cosas a las cuales somos expuestos a través de los medios de comunicación (televisión, películas, música, Internet) – tienen un impacto sobre nuestros pensamientos, creencias y expectativas de la manera en que se relacionan los hombres y las mujeres.*

Expectativas de los participantes:

- *Se espera que ambos cónyuges participen en la discusión y en las actividades.*

Género: ¿Qué marca la diferencia entre nosotros?

Texto Sugerido para el Facilitador:

- **Bueno, ¿qué marca la diferencia entre niños/niñas, hombres/mujeres?**
 - ♦ La mayoría estamos de acuerdo en que los hombres y las mujeres son diferentes.
 - ♦ Pero más allá de las obvias diferencias físicas, ¿han pensado alguna vez en cómo nos diferenciamos con respecto a lo que pensamos de nosotros mismos, la manera en que nos relacionamos con otras personas y las cosas que otras personas esperan de nosotros?
 - ♦ Algunos incluso podemos pensar que estas diferencias determinan la manera en que la gente espera que actuemos como hombres o mujeres, y los tipos de actividades a las que deberíamos dedicarnos.
 - ♦ Las expectativas que tenemos unos de otros como hombres y mujeres tienen mucho que ver con la cultura en la cual nos criamos y lo que hemos aprendido de la gente en nuestro entorno.
 - ♦ Durante esta sesión, pasaremos un tiempo hablando de lo que nos define como hombres y mujeres, y de la manera en que lo que hemos aprendido acerca de ser un hombre o una mujer, tiene un impacto sobre nuestras relaciones como esposos/esposas, novios/novias, hijos/hijas, etc.
 - ♦ También hablaremos de lo que ustedes (como padres) quieren enseñarles a sus hijos sobre lo que significa ser un hombre o una mujer.

Módulos del Programa Para Matrimonios Hispanos Saludables



¿Cómo aprenden nuestros hijos a ser hombres y mujeres?

- ¿Qué le enseña a nuestros hijos lo que se espera de ellos?
Pídale a los participantes que hagan comentarios sobre la manera en que ellos piensan que se desarrolla este proceso y sobre el rol que ellos pueden desempeñar como padres.
 - ♦ ¿Cómo se comportan los niños y las niñas? ¿De dónde obtienen los niños la información sobre cómo han de comportarse como un niño o una niña?
- *Pídale a los participantes que contesten a la pregunta que aparece en la diapositiva.*
- Extiéndase sobre las respuestas de los participantes, pero no se olvide de cubrir estos puntos clave durante la discusión sobre la manera en que los niños aprenden a ser hombres o mujeres, tales como:
 - ♦ Lo que nos dicen nuestros padres y el ejemplo que nos dan afectan la manera en que nos convertimos en hombres y mujeres.
 - ♦ Lo que vemos en las películas o en la televisión (medios en general) nos dice algo acerca de la manera en que se comportan los hombres y las mujeres.
 - ♦ Las tradiciones que seguimos: por ejemplo, ¿qué ocurre en las reuniones familiares? ¿Qué roles desempeñan los hombres y las mujeres durante esas reuniones?
 - ♦ La influencia de las escuelas, los maestros, los entrenadores, etc.
 - ♦ Todos estos factores son parte de nuestra cultura y forman nuestras creencias y expectativas acerca de la manera en que cada género piensa, siente y se comporta.

(Pase a la siguiente diapositiva)

Módulos del Programa Para Matrimonios Hispanos Saludables



¿Cómo ocurre esto?

Texto Sugerido para el Facilitador:

- Acabamos de hablar de la manera en que nuestra cultura puede afectarnos (*haga referencia a todas las cosas señaladas por los participantes durante la discusión y a los puntos clave anteriores*). Bueno, básicamente, estamos todos de acuerdo en que la cultura afecta la manera en que nos criamos. Pero incluso dentro de la misma cultura, cada persona se cría de manera un tanto diferente.
- Como ya lo dijimos, los niños aprenden algunas de las lecciones más poderosas por la manera en que se crían, lo que observan, cómo son tratados y lo que los miembros de su familia esperan de ellos.
- Llamaremos esta ‘formación doméstica’ - socialización.

- Socialización – la manera en que nos criamos
 - ♦ Algunos, como los investigadores, hablan de la manera en que la gente se cría usando el término “socialización”. Esto es, esencialmente, aprender a socializar o interactuar con la gente en nuestro entorno.
 - ♦ Me imagino que cada persona en esta sala ha tenido una experiencia única al criarse, ¿no?
 - ♦ Como todos hemos tenido diferentes experiencias al criarnos, ¿cuáles son algunos ejemplos de su propia infancia que le enseñaron cómo ser un hombre o una mujer? ¿Qué (o quién) lo influyó al criarse?
 - ♦ *Se puede pasar un tiempo dejando que los participantes compartan ejemplos y luego hablando brevemente de la manera en que estos ejemplos influyeron en la idea que ellos tienen de los hombres y de las mujeres.*
 - ♦ Lo principal que hay que señalar en esta diapositiva es que nosotros aprendemos lo que esperan de nosotros como hombres y mujeres, aquellos que nos enseñan y nos forman.

(Pase a la siguiente diapositiva)

Módulos del Programa Para Matrimonios Hispanos Saludables

Influencia de la Familia

Para los niños jóvenes de 0-12 años, la **familia** es el principal factor que influye en la manera en que los niños aprenden a ser hombres y mujeres.

Influencia de la familia

Texto Sugerido para el Facilitador:

- Para los niños jóvenes (aproximadamente hasta los 12 años de edad), la familia tiene el mayor impacto sobre lo que aprenden acerca del mundo alrededor de ellos. ¿Están de acuerdo con eso?
- Por lo tanto, cuando hablamos de ser hombres y mujeres, deberíamos saber que, durante esos primeros años, la familia es el principal factor que influye en la manera en que los niños aprenden a ser hombres y mujeres.
- ¿Piensan ustedes que los niños aprenden más por lo que sus padres les dicen o por lo que hacen – el ejemplo que les dan?

(Usted puede hacer referencia a los ejemplos que fueron proporcionados para la diapositiva anterior, si algunos participantes mencionan a ciertos miembros de su familia que fueron influyentes para ellos, etc.)

- Los niños observan a sus padres e imitan lo que ven.

(Pase a la siguiente diapositiva)

Módulos del Programa Para Matrimonios Hispanos Saludables

Mensajes De Nuestra Familia

- ❖ Lo que hacen los padres
- ❖ Los mensajes que recibimos de la familia
- ❖ Las tradiciones familiares

NOTA al facilitador: esta diapositiva sólo aparece inicialmente con el título “Mensajes de nuestra familia”. Una vez que los participantes proporcionan ejemplos, usted puede hacer avanzar la diapositiva para revelar ejemplos de la influencia de una familia sobre la identidad de género.

Mensajes de nuestra familia

Texto Sugerido para el Facilitador:

- Acabamos de aprender que durante los primeros años de nuestra infancia, la familia es el factor más influyente para enseñarle a los niños lo que significa ser niños y niñas, y luego hombres y mujeres.
- Por lo tanto, ¿cuáles son algunos de los mensajes que los niños reciben de sus familias? ¿Qué tipos de cosas dentro de la familia podrían enviar mensajes a los niños acerca de la manera en que se espera que se comporten los niños/niñas y hombres/mujeres?

- *Deje un tiempo para que los participantes proporcionen ejemplos y luego haga avanzar la diapositiva para revelar otros ejemplos generales.*
- ¿Qué hacen los padres?
- *Deje un tiempo para que los participantes proporcionen algunos ejemplos para las siguientes preguntas y luego proporcione ejemplos adicionales, si aún no han sido mencionados, tal como:*
 - ♦ ¿Cuáles son algunas de las maneras en que los padres envían mensajes a los niños?
 - La manera en que muestran el cariño que se tienen
 - Los juguetes que nos compran de niños
 - La manera en que nos visten de niños
 - ♦ ¿Cuáles son algunos de los mensajes que recibimos de la familia?
 - ¿Cómo se relacionan los miembros mayores de la familia?
 - Los abuelos cuentan historias sobre la manera en que los hombres y las mujeres se comportaban/se relacionaban antes – como lección para cómo deberían comportarse ahora.
 - ♦ Tradiciones familiares
 - Piensen en algunas tradiciones que tienen en su familia. ¿Han derivado alguna lección de esas tradiciones sobre la manera en que se espera que se comporten los hombres y las mujeres?
 - Celebraciones/cenas familiares, etc.: ¿Había diferentes roles para los hombres y las mujeres? ¿Había expectativas con respecto a quién cocinaba/servía la comida? ¿Consumían alcohol tanto los hombres como las mujeres? ¿Había ciertas actividades reservadas para los hombres o para las mujeres (i.e. fumar cigarros, tomar alcohol, jugar a las cartas/dominó, bailar, cuidar de los niños, etc.)?

Módulos del Programa Para Matrimonios Hispanos Saludables

- ♦ ¿Qué otros mensajes aprendimos de nuestra familia sobre lo que se espera que sean los hombres y las mujeres?
 - ¿Había diferentes tareas para los niños y para las niñas?
 - ¿Y qué de los deportes? ¿Recibimos mensajes acerca de quién debería participar en deportes o los tipos de deportes que eran adecuados para los niños y para las niñas?
 - ¿Y qué de las reglas, toques de queda y límites? ¿Qué nos dicen éstos?
 - ¿Y qué de la educación y de las carreras? ¿Recibimos mensajes acerca de los trabajos o las profesiones que son considerados adecuados para los hombres y otros que son adecuados para las mujeres?
- ♦ Sólo hemos hablado de algunos de los ejemplos de la manera en que la familia le envía mensajes a los niños acerca de lo que significa ser un hombre y una mujer. Estoy seguro de que hay más. Pero fuera de la familia, y conforme un niño va creciendo, hay otros factores que influyen en su idea de lo que significa ser un hombre o una mujer.
- ♦ ¿Cuáles son otros factores que influyen en los niños?
- ♦ *Deje un tiempo para que los participantes proporcionen algunos ejemplos. Luego, haga avanzar la diapositiva para proporcionar los ejemplos en la siguiente diapositiva.*

Otras Influencias

Durante la adolescencia, a las edades de 13+, los **amigos, medios de comunicación y otras influencias** forman la manera en que los adolescentes piensan que deberían comportarse los hombres y las mujeres.

Otras Influencias

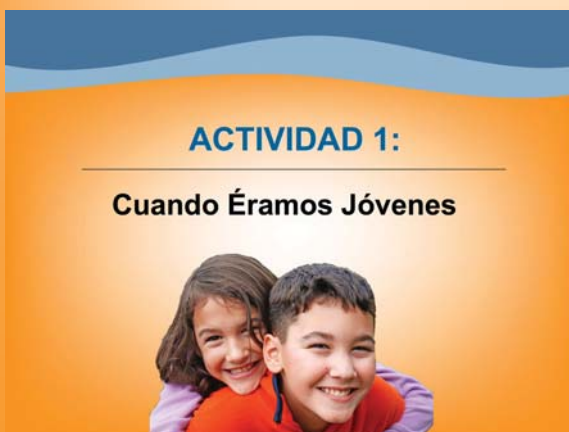
Texto Sugerido para el Facilitador:

- Además de lo que aprendemos de nuestra familia, la “identidad de género” – o la determinación de la manera en que deberían comportarse los hombres y las mujeres – se forma a través de las interacciones con los demás en una cultura y sociedad. A medida que los niños van creciendo, empiezan a prestar mayor atención a otras cosas que influirán en su manera de ver lo que significa ser un hombre o una mujer.
 - ¿Cuáles son algunas de las maneras específicas en que los amigos y los medios de comunicación influyen en los adolescentes?
- ♦ Los amigos y pares influyen en los adolescentes por: su comportamiento y su manera de vestir, el grupo en el que el adolescente se siente más aceptado (atletas, artistas, músicos, estudiosos, etc.).
 - ♦ Los medios de comunicación influyen en los jóvenes a través de las revistas, la música, los videos de TV, la Internet, los mensajes de texto, el correo electrónico, las películas, MySpace, Facebook, los teléfonos celulares, etc.

Módulos del Programa Para Matrimonios Hispanos Saludables

- ¿Qué tipos de cosas piensan ustedes que los jóvenes adolescentes aprenden de los medios de comunicación acerca de lo que significa ser un hombre o una mujer? ¿En qué se diferencian éstos comparado con cuando nosotros éramos niños?
- *Deje que los participantes hagan brevemente comentarios sobre las preguntas anteriores.*
- *Pídale a los participantes que den ejemplos de dos o tres factores adicionales, además de los amigos y de los medios de comunicación, que influyen en la “identidad de género” – la manera en que se espera que se comporten los hombres y las mujeres.*
- *Otros ejemplos a los cuales el facilitador puede hacer referencia incluyen:*
 - ♦ Los tipos de actividades que atraen a los hijos y a las hijas - ¿Hay actividades que son consideradas más apropiadas para los niños que para las niñas (i.e. deportes, bailar, cantar, pintar, escribir, cocinar, etc.)?
 - ♦ Las actitudes de la gente hacia una cultura diferente. Puede que tengan diferentes expectativas para los hombres y las mujeres.
 - ♦ Nivel de ingresos. Los ejemplos de los roles para los hombres y las mujeres pueden ser diferentes según el nivel de ingresos de una familia. Por ejemplo, ¿hace falta que trabajen ambos padres? En tal caso, el mensaje podría ser que tanto los hombres como las mujeres pueden/deberían trabajar fuera del hogar.
 - ♦ Hemos hablado un poco de algunos factores influyentes fuera de la familia que influyen en lo que los niños aprenden sobre lo que significa ser un hombre o una mujer, y estos otros factores son importantes. Pero la mayor parte de esta presentación, y nuestra discusión y las actividades que realizaremos, enfocarán la influencia principal – la familia.

(Pase a la siguiente diapositiva)



Actividad #1: Cuando Éramos Jóvenes

- **TIEMPO: 10-15 minutos**
- **Materiales necesarios: ninguno**

Texto Sugerido para el Facilitador:

- Durante esta actividad, vamos a pensar en cuando éramos niños y trataremos de recordar cuáles eran las expectativas para los niños y las niñas, y para los hombres y las mujeres.
 - ♦ Esta actividad nos dará la oportunidad de pensar en lo que puede haber formado nuestras ideas de los hombres y de las mujeres, identificar las áreas en las cuales nuestras expectativas pueden haber cambiado con el tiempo y tener una mejor idea de la manera en que los miembros de la familia que son (eran) importantes para nosotros, afectaron realmente nuestras ideas de los hombres y de las mujeres.
- *Divida el grupo en grupos más pequeños de tres o cuatro parejas cada uno.*

Módulos del Programa Para Matrimonios Hispanos Saludables

- ♦ Esta discusión de pequeños grupos tiene por objeto:
 - Ayudarlos a recordar y compartir cómo eran las cosas cuando ustedes eran niños.
 - Permitir que hablen con los demás acerca de la manera en que han cambiado sus expectativas.
 - Ayudarlos a ver los roles importantes desempeñados por los miembros de su familia en la definición de las ideas que ustedes tienen de los hombres y de las mujeres.

NOTA al facilitador: Después de dividir a los participantes en grupos más pequeños de tres o cuatro parejas, pase a la siguiente diapositiva y pídale que hablen acerca de las preguntas que aparecen en la siguiente diapositiva.

Cuando Éramos Jóvenes

- ¿Cuáles fueron los roles en mi familia cuando yo era pequeño(a)?
- ¿Qué trabajos/tareas hacían mi madre y mi padre cuando you era pequeño(a)?
- ¿Qué se esperaba de los niños?

Cuando Éramos Jóvenes

Texto Sugerido para el Facilitador:

Pídale a los participantes que hablen acerca de las siguientes preguntas, pero ayude a las parejas a iniciar la discusión proporcionándoles ejemplos de cada pregunta a debatir, tal como:

- ¿Cuáles fueron los roles en mi familia cuando yo era pequeño(a)?
 - ♦ ¿Quién en la familia tenía la responsabilidad de disciplinar a los hijos?
 - ♦ ¿Quién tenía la última palabra en las decisiones importantes?
 - ♦ ¿Quién se encargaba de las finanzas de la familia?
- ¿Qué trabajo/tareas hacían mi madre y mi padre cuando yo era pequeño(a)?
 - ♦ ¿Quién se encargaba de las tareas de la casa?
 - ♦ ¿Había alguna diferencia entre el tipo de tareas que hacían su madre y su padre? (Por ejemplo: sacar la basura, cocinar y limpiar, hacer reparaciones).
- ¿Qué se esperaba de los niños?
 - ♦ ¿Eran diferentes las expectativas para los niños y las niñas?
 - ♦ ¿Había reglas diferentes para los niños y las niñas? ¿Y qué tal a medida que fue creciendo?
- *Pídale a los participantes que compartan algunos ejemplos de lo que fue discutido con el grupo más grande.*
- Todos éstos son excelentes ejemplos de la manera en que la idea que nosotros tenemos de lo que significa ser un hombre y una mujer fue afectada por nuestra experiencia como niños y por nuestra familia. Sabemos que nuestra familia, nuestros amigos y los medios de comunicación siguen influyendo en nuestra manera de ver las cosas en la edad adulta. Todos estos elementos forman la manera en que las culturas desarrollan ideas comunes sobre la manera en que se espera que se comporten los hombres y las mujeres.
- Ahora vamos a pasar unos cuantos minutos hablando acerca de lo que son algunas de estas ideas en la cultura hispana.

(Pase a la siguiente diapositiva)

Módulos del Programa Para Matrimonios Hispanos Saludables

Estereotipos – ideas comunes que pueden o no ser ciertas y que pueden llegar a formar parte de lo que nosotros creemos.

Estereotipos

Texto Sugerido para el Facilitador:

- Es importante que recordemos que muchas veces, cuando hablamos de ideas comunes, estamos hablando de “estereotipos”, es decir ideas comunes que pueden o no ser ciertas pero que tienden a formar parte de lo que nosotros creemos. Examinemos este concepto más detenidamente.

NOTA al facilitador: Las dos siguientes diapositivas demuestran la manera en que los padres, que tal vez creen en estos típicos estereotipos, pueden reforzar inadvertidamente algunas de estas creencias sin darse cuenta de la manera en que los estereotipos pueden afectar a los niños más tarde.

Creencias Comunes Sobre los Niños



Los Niños

- ❖ Son fuertes y activos
- ❖ Son independientes y merecen más libertad
- ❖ Son menos sensibles y afectuosos
- ❖ Quieren ser el jefe

Creencias Comunes Sobre los Niños

Texto Sugerido para el Facilitador:

- Estas son algunas de las **creencias comunes (o estereotipos) sobre los niños**. Algunos pueden pensar que estas ideas son ciertas, mientras que otros, tal vez, no.
- *Lea los puntos en la diapositiva. Los niños:*
 - ♦ Son fuertes y activos.
 - ♦ Son independientes y merecen más libertad.
 - ♦ Son menos sensibles y afectuosos.
 - ♦ Quieren ser el jefe.
- ¿Qué piensan ustedes de estas creencias? ¿Son justas y ciertas?

(Pase a la siguiente diapositiva)

Módulos del Programa Para Matrimonios Hispanos Saludables

Creencias Comunes Sobre las Niñas

Las Niñas

- ❖ Son delicadas, débiles y requieren mayor atención
- ❖ Requieren más cariño y protección
- ❖ Son más sensibles y afectuosas
- ❖ Les gusta hacer cosas para los demás



Creencias Comunes Sobre las Niñas

Texto Sugerido para el Facilitador:

- Y éstas son algunas de las **creencias comunes (o estereotipos) sobre las niñas.**
- *Lea los puntos en la diapositiva. Las niñas:*
 - ♦ Son delicadas, débiles y requieren mayor atención.
 - ♦ Requieren más cariño y protección.
 - ♦ Son más sensibles y afectuosas.
 - ♦ Les gusta hacer cosas para los demás.
- ¿Qué opinan ustedes de estos estereotipos?
- ¿Qué tal les parece? ¿Son ciertos?
- Otra vez, algunos pueden pensar que estos estereotipos son ciertos, mientras que otros, tal vez, no.

(Pase a la siguiente diapositiva)

¿Qué aprendemos?

Los Niños

Cuando los padres son menos afectuosos y cariñosos con los niños que con las niñas, los niños aprenden a ser menos emotivos y más distantes.

¿Qué aprenden los niños?

Texto Sugerido para el Facilitador:

- Cuando los padres son menos afectuosos y cariñosos con los niños que con las niñas (debido a la creencia de que los niños son fuertes, independientes y menos sensibles/afectuosos), los niños pueden aprender a distanciarse de los sentimientos de afección.
 - ♦ ¿Cómo podría esto afectar al niño más tarde en su vida? ¿Piensan ustedes que eso podría afectar sus relaciones futuras? ¿Piensan ustedes que el hecho de distanciarse de los sentimientos de afección podría afectar a su relación con su futura esposa? ¿Sus propios hijos? ¿De qué manera? ¿Qué expectativas podría tener su futura esposa con respecto a lo que ella espera de él como hombre?
 - ♦ *Deje un tiempo para que los participantes contesten algunas de estas preguntas antes de pasar a la siguiente diapositiva.*

(Pase a la siguiente diapositiva)

Módulos del Programa Para Matrimonios Hispanos Saludables

¿Qué aprendemos?

Las Niñas

Cuando los padres son más afectuosos y tienen mayor interacción y una relación física más estrecha con sus hijas que con sus hijos, las niñas aprenden acerca de la intimidad y de la comunicación.

¿Qué aprenden las niñas?

Texto Sugerido para el Facilitador:

- Cuando los padres son más afectuosos y tienen mayor interacción con las niñas que con los niños (debido a la creencia de que son débiles, necesitan mayor atención y más afectación), las niñas aprenderán a comunicarse, demostrar sus sentimientos y ser más seguras con la intimidad física.
 - ♦ ¿Cómo podría esta lección afectar a la niña más tarde en su vida? ¿Piensan ustedes que eso podría afectar sus relaciones futuras? ¿De qué manera? ¿Qué expectativas podría tener su futuro esposo con respecto a la manera en ella debería comportarse? ¿Qué podría suceder si ella llegara a casarse con un hombre que aprendió a distanciarse de los sentimientos de afectación?
 - ♦ *Deje un tiempo para que los participantes contesten algunas de estas preguntas antes de pasar a la siguiente diapositiva.*

(Pase a la siguiente diapositiva)

Puntos Clave

- ❖ La familia y la cultura influyen en quiénes somos como niños y niñas, y en quiénes nos convertiremos como hombres y mujeres.
- ❖ Las diferentes expectativas para los niños y las niñas luego afectan lo que esperamos unos de otros como hombres y mujeres.

Puntos clave -

Texto Sugerido para el Facilitador:

- Aunque no nos demos cuenta, nuestra familia y nuestra cultura forman la manera en que nos relacionamos con los niños y con las niñas, lo cual, a su vez, influye en la manera en que ellos se desarrollan en hombres y mujeres.
- Deberíamos tomar el tiempo de pensar en y entender lo que influyó en cada uno de nosotros, para que nos ayude a entender mejor nuestras interacciones dentro de nuestras propias relaciones.
- Además, cuando podemos identificar lo que ha afectado nuestra manera de pensar acerca de los hombres y de las mujeres, podemos evaluar si hay otras opciones. Lo que es considerado “normal” no significa necesariamente que es la única manera de hacer las cosas.

(Pase a la siguiente diapositiva)

Módulos del Programa Para Matrimonios Hispanos Saludables

ACTIVIDAD 2:

Algo de Que Hablar "Dichos"

¿Qué frases, o "dichos", conocen ustedes que describen la manera en que se espera que se comporten los hombres y las mujeres?

Actividad #2: Algo de Que Hablar - "Dichos"

- **TIEMPO:** 10-15 minutos
- **Materiales necesarios:** ninguno

Texto Sugerido para el Facilitador:

- Hemos pasado un tiempo hablando de las creencias comunes (o estereotipos) acerca de los hombres y las mujeres, y ahora vamos a examinar la manera en que esas creencias pueden ser observadas en la vida de todos los días.
- Nos vamos a dividir en dos grupos – hombres y mujeres. Luego, trabajaremos dentro de nuestros grupos para pensar en las expresiones/frases o "dichos" que hemos oído en relación con la manera en que se espera que se comporten los hombres y las mujeres.

- *El facilitador debería dividir a los participantes en un grupo de hombres y un grupo de mujeres. El facilitador puede decidir que los hombres identifiquen proverbios o dichos comunes sobre los hombres y que las mujeres identifiquen proverbios/dichos comunes sobre las mujeres, o que los hombres identifiquen proverbios o dichos comunes sobre las mujeres y que las mujeres identifiquen proverbios/dichos comunes sobre los hombres. Ambos casos deberían producir una variedad de expresiones o proverbios comunes que forman parte de nuestra cultura y que afectan (positiva o negativamente) nuestra idea de cómo deberían ser los hombres y las mujeres.*
 - ♦ *Puede que el facilitador tenga que proporcionar ejemplos de los tipos de expresiones que los grupos deberían identificar. Conviene recordarle a los participantes que pueden proporcionar ejemplos en español y/o en inglés.*
 - *Ejemplos en español:*
 - *Más calladita, más bonita. (The quieter you are, the prettier you are.)*
 - *Todo por la felicidad de tus hijos. (Everything for the happiness of your children.)*
 - *El hombre es la cabeza del hogar y la mujer es el cuello. (The man is the head of the household and the woman is the neck.)*
 - *El hombre tiene la última palabra, "sí mi amor." (The man always has the last Word, "Yes, dear.")*
 - *A la mujer ni todo el amor, ni todo el dinero. (Never give a woman all of your love or your money.)*
 - *En boca cerrada no entra mosca. (A fly cannot enter a closed mouth.)*
 - *Ejemplos en inglés:*
 - *Girls are made of sugar and spice and everything nice.*
 - *Boys are made of snips and snails and puppy dog tails.*
 - *Separate the men from the boys.*
 - *The old ball and chain.*
 - *Boys don't make passes at girls who wear glasses.*
 - *Don't buy the cow when you can get the milk for free.*
- *Una vez que los grupos han tenido la oportunidad de identificar algunos dichos, pídale a un voluntario de cada grupo que lea los "dichos" que fueron identificados por su grupo.*
- *Luego, pida voluntarios para que compartan la manera en que algunos de esos dichos los afectaron.*
- *Estas expresiones forman parte de nuestra cultura – sean ciertas o falsas (o graciosas); ayudan a formar nuestras creencias sobre los niños y las niñas, y los hombres y las mujeres.*
- *Ahora hablaremos de algunas de las creencias comunes sobre los hombres y las mujeres que pueden ser representadas por esos proverbios o "dichos" culturales.*

(Pase a la siguiente diapositiva)

Módulos del Programa Para Matrimonios Hispanos Saludables

Creencias Comunes Sobre los Hombres



- ❖ El rol principal en la familia es proteger y mantener.
- ❖ Se ven como:
 - ❖ Independientes
 - ❖ No emotivos
 - ❖ Productivos
 - ❖ Responsables de las decisiones

Creencias Comunes Sobre los Hombres

Texto Sugerido para el Facilitador:

- Acuérdense que cuando hablamos de las creencias comunes sobre los niños y las niñas, mencionamos que se trataba de ideas comunes o estereotipos que podían o no ser ciertos. Sin embargo, como se trata de estereotipos, éstos han llegado a formar parte de lo que nosotros – por ‘nosotros’ se pretende decir ‘todos nosotros’ en una sociedad o cultura – creemos. Se puede decir lo mismo para las siguientes diapositivas. Hablaremos de algunas de las creencias o características comúnmente aceptadas para los hombres y las mujeres hispanos. Puede que ustedes no estén de acuerdo con alguna o todas éstas, y no son presentadas como si fueran buenas o malas. Estamos simplemente ilustrando la manera en que algunos de los elementos corrientes de nuestra cultura (los “dichos” que todos hemos oído) pueden afectar las creencias globales sobre los hombres y las mujeres. Cada uno de ustedes deberá decidir por sí mismo si está o no está de acuerdo con algo.
- *Revise cada punto de la diapositiva. Las creencias comunes sobre los hombres incluyen:*
 - ♦ Su rol principal en la familia es proteger y mantener.
 - ♦ Se ven como independientes, no emotivos, productivos y responsables de las decisiones.

(Pase a la siguiente diapositiva)

Módulos del Programa Para Matrimonios Hispanos Saludables

¿Verdadero o Falso?

Los Hombres

- ❖ Los hombres se toman en serio sus roles de sostén económico, protector y responsable de las decisiones.
- ❖ Los hombres le dan más importancia al éxito en el trabajo que a la necesidad de pasar tiempo con la familia.

(Pase a la siguiente diapositiva)

Mensajes Comunes Sobre los Hombres

- ❖ No seas un debilucho.
- ❖ Debes ser importante.
- ❖ Debes ser fuerte siempre.
- ❖ Debes ser audaz, un “ganador” y valiente.
- ❖ ¿Otros?

- ❖ **Debes ser audaz, un “ganador” y valiente:** se espera que un hombre muestre valor y convicción.

- ❖ ¿Otros?

- Puede que le convenga al facilitador hacer referencia a “dichos” de la actividad que representen cualquiera de los mensajes sobre los hombres.
- Todas las creencias comunes y todos los mensajes que acabamos de examinar sobre los hombres pueden ser agrupados bajo un término con el que puede que muchos de ustedes ya estén familiarizados. En realidad, la cultura hispana tiene una palabra para describir a este tipo de hombre.

(Pase a la siguiente diapositiva)

¿Verdadero o Falso?

Texto Sugerido para el Facilitador:

- *Revise cada punto de la diapositiva:*
 - ♦ Los hombres se toman en serio sus roles de sostén económico, protector y responsable de las decisiones.
 - ♦ Los hombres le dan más importancia al éxito en el trabajo que a la necesidad de pasar tiempo con la familia.
- *Pídale a los participantes que respondan a los puntos de la diapositiva.*
 - ♦ ¿Qué opinan?
 - ♦ ¿Piensan que éstas son creencias/características ciertas sobre los hombres?
 - ♦ ¿Discrepan de cualquiera de estos puntos?
- *Deje un tiempo para la discusión sobre las creencias comunes sobre los hombres.*

Mensajes Comunes Sobre los Hombres

Texto Sugerido para el Facilitador:

- ¿Qué opinan de estas declaraciones? ¿Piensan que estos mensajes facilitan o dificultan el proceso por el que los hombres aprenden lo que significa ser un hombre?
 - ♦ **No seas un debilucho:** no eres viril si tienes actitudes o comportamientos que pueden sugerir algo femenino.
 - ♦ **Debes ser importante:** tu nivel de ‘virilidad’ es proporcional a tu situación económica, política o social.
 - ♦ **Debes ser fuerte siempre:** se espera que los hombres toleren las dificultades de la vida sin quejarse y hagan frente a los problemas sin mostrar ninguna debilidad ni expresar ningún sentimiento.

Módulos del Programa Para Matrimonios Hispanos Saludables

Mensajes Comunes Sobre los Hombres

Machismo – la creencia de que el hombre es el jefe de la familia y es responsable de proteger y atender a todas las necesidades de la familia.

Machismo

Texto Sugerido para el Facilitador:

- La idea real del machismo es que el hombre es:
 - ♦ El jefe de la familia; el responsable de las decisiones. *(remítase a la diapositiva sobre las creencias comunes)*
 - ♦ Responsable de proteger a la familia; es fuerte en todo momento; es valiente. *(remítase a la diapositiva sobre los mensajes)*
 - ♦ Responsable de mantener a la familia; es productivo; es importante y un ganador. *(remítase a las diapositivas anteriores)*
- El machismo es una creencia cultural muy positiva cuando usamos esta definición, porque muestra el compromiso y la dedicación que tienen los hombres hispanos en relación con su familia.
- Pero, a veces, lo que sucede es que esta creencia cultural positiva puede ser llevada al extremo, creando una barrera para las parejas y las familias, y muchas veces dándole un significado negativo al machismo.
 - ♦ ¿Cómo se puede llevar al extremo la idea del machismo? ¿Cómo podría afectar eso la relación de la pareja y la familia?
 - ♦ *Facilitador: Ejemplos de la manera en que el Machismo puede ser llevado al extremo convirtiéndose en una debilidad para una pareja/familia, tal como:*
 - *El esposo piensa que le corresponde a él ser el jefe de la familia y le prohíbe a cualquier otra persona tomar decisiones.*
 - *Un hombre puede sentirse fracasado como hombre (y como esposo y padre) si pierde su trabajo y no puede mantener suficientemente a su familia.*
- **PUNTO CLAVE:** Lo que es importante recordar aquí – y al examinar las siguientes diapositivas – es que hay varios aspectos positivos cuando hablamos de creencias culturales sobre los hombres y las mujeres, pero que cualquier cosa que es llevada a un extremo puede crear un reto o una barrera para las parejas.

(Pase a la siguiente diapositiva)

Módulos del Programa Para Matrimonios Hispanos Saludables

Creencias Comunes Sobre las Mujeres

- ❖ El rol principal en la familia es el de ser cariñosas, atender a los demás y proveer apoyo emocional.
 - ❖ Sacrificadas
 - ❖ Pulso de la familia
 - ❖ Responsables de las tareas del hogar y de los niños

- *Los facilitadores deberían pedirle a las mujeres que respondan a las declaraciones que aparecen en la diapositiva. ¿Piensan ellas que esas declaraciones dan una imagen acertada de lo que la gente opina que deberían ser las mujeres?*

(Pase a la siguiente diapositiva)

¿Verdadero o Falso?

Las Mujeres

- ❖ Todas las mujeres piensan que la maternidad es importante para sentirse realizadas.
- ❖ Todas las mujeres se preocupan por mantener el equilibrio entre el trabajo y la familia.
- ❖ Para tener éxito en el trabajo, una mujer debe poner a su familia en segundo lugar.

(Pase a la siguiente diapositiva)

Creencias Comunes Sobre las Mujeres

Texto Sugerido para el Facilitador:

- Ahora, cambiemos nuestro enfoque y examinemos algunas de las ideas comunes sobre las mujeres. Acuérdense que puede que ustedes no estén de acuerdo con alguna o todas éstas, y que no son presentadas como si fueran buenas o malas. Estamos simplemente examinando la manera en que las cosas que experimentamos en nuestra cultura todos los días pueden afectar nuestras creencias globales sobre los hombres y las mujeres.
- *Revise las declaraciones en la diapositiva. Creencias sobre las mujeres:*
 - ♦ Sacrificadas
 - ♦ Pulso de la familia
 - ♦ Responsables de las tareas del hogar y de los niños

¿Verdadero o Falso?

Texto Sugerido para el Facilitador:

- *Revise las declaraciones en la diapositiva:*
 - ♦ Todas las mujeres piensan que la maternidad es importante para sentirse realizadas.
 - ♦ Todas las mujeres se preocupan por mantener el equilibrio entre el trabajo y la familia.
 - ♦ Para tener éxito en el trabajo, una mujer debe poner a su familia en segundo lugar.
- ¿Qué opinan de estas declaraciones? ¿Están o no están de acuerdo con ellas? En general, ¿piensan que son creencias acertadas que la gente tiene sobre las mujeres?
 - ♦ *Deje unos cuantos minutos para que los participantes hablen acerca de estas preguntas.*

Módulos del Programa Para Matrimonios Hispanos Saludables

Mensajes Comunes a las Mujeres

- ❖ No seas una machona.
- ❖ "El hombre propone y la mujer dispone."
- ❖ El camino al corazón de un hombre pasa por.... su estómago o ... la cocina.
- ❖ ¿Otros?

Mensajes Comunes a las Mujeres

Texto Sugerido para el Facilitador:

- *Revise las declaraciones en la diapositiva:*

- ♦ **No seas una machona.** No eres femenina si tienes comportamientos o actitudes que podrían sugerir algo masculino.
- ♦ **"El hombre propone y la mujer dispone."** El hombre puede sugerir algo, pero la mujer toma la decisión final. (Aunque los hombres pueden pensar que han tomado la iniciativa, son las mujeres quienes toman la decisión final.)
- ♦ **El camino al corazón de un hombre pasa por su estómago (o la cocina).** Esto da a entender que los hombres responden a la buena comida y que se espera que las mujeres aspiren a ser grandes cocineras.
- ♦ **¿Otros?**

- ¿Qué opinan de estas declaraciones? ¿Piensan que estos mensajes representan la manera en que las mujeres aprenden lo que significa ser una mujer?
- ¿Han experimentado alguno de ustedes cualquiera de estas ideas en su propia vida? ¿Han afectado esas ideas sus propias relaciones?
- **PUNTO CLAVE:** No se olviden que no estamos hablando de estas declaraciones porque decimos que son buenas o malas, o que son ciertas o falsas; las hemos planteado simplemente para darles ejemplos de la manera en que, durante toda la vida, recibimos mensajes acerca de la manera en que se espera que se comporten las mujeres. Muchas veces ni siquiera nos damos cuenta de que estamos recibiendo esos mensajes; simplemente son parte de nuestra cultura.

(Pase a la siguiente diapositiva)

Creencias Culturales



Marianismo – creencia de que las mujeres deberían casarse antes de tener relaciones sexuales y que deberían concentrarse en ser buenas madres y esposas fieles.

Creencias culturales - Marianismo

Texto Sugerido para el Facilitador:

- De manera similar al término "Machismo", la cultura hispana tiene una palabra que suele ser usada para describir las características de este tipo de mujer. Algunos de ustedes ya habrán oído esa palabra, otros no. Este término es "Marianismo".
- El concepto del Marianismo es que la satisfacción y la realización personal de una mujer proviene principalmente de la familia. Ella deriva dicha satisfacción y realización personal al ser la mejor madre posible y al esforzarse por ser una esposa fiel y leal.
- Los conceptos que definen el término de Marianismo muestran una verdadera fortaleza dentro de la cultura hispana y la importancia que le dan a la familia y a la necesidad de brindar cariño y estabilidad para los niños.

Módulos del Programa Para Matrimonios Hispanos Saludables

- Como el Machismo, los conceptos que definen el Marianismo pueden constituir un reto o una barrera para las parejas y las familias si son llevados al extremo.
 - ♦ ¿Cómo se puede llevar el concepto de Marianismo a un extremo donde podría convertirse en un punto débil en vez de una virtud? ¿Qué efecto podría tener eso sobre la relación de la pareja? ¿Cómo podría afectar eso a los niños ahora y en el futuro?
 - ♦ *Facilitador: Piense en algunos ejemplos de la manera en que este concepto puede ser llevado al extremo, tal como:*
 - *Una madre sacrifica todos sus deseos/necesidades por sus hijos y su esposo, lo cual hace que se sienta frustrada y amargada/apenada.*
 - *Una mujer se siente fracasada como mujer (y como esposa y madre) porque trabaja fuera de la casa y no cuida de sus hijos a tiempo completo.*
- **PUNTO CLAVE:** Otra vez, tanto el Machismo como el Marianismo muestran una gran fortaleza dentro de la cultura hispana. El objetivo es reflexionar sobre la manera en que los hombres y las mujeres pueden utilizar los aspectos positivos de cada una de estas creencias culturales para fortalecer su relación y su familia, y al mismo tiempo crear un equilibrio de manera que ninguno de estos conceptos represente una barrera para un matrimonio y una familia sanas.

(Pase a la siguiente diapositiva)

Cambio de las Expectativas

Aculturación – la combinación de las creencias y tradiciones de una nueva cultura con las nuestras

Cambio de las Expectativas

NOTA al facilitador: Esta diapositiva aparecerá en dos partes. La primera diapositiva mostrará el título “Cambio de las Expectativas”. Haga avanzar la diapositiva una vez que haya explicado el término “aculturación”.

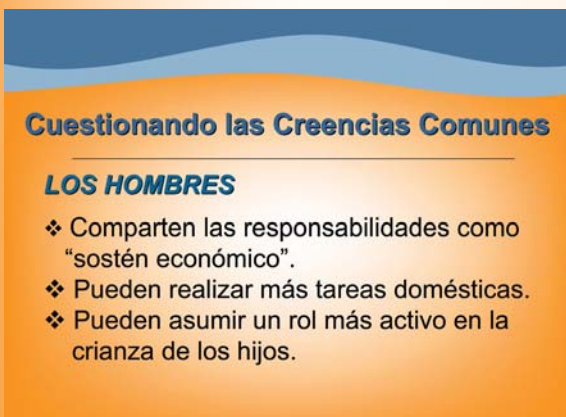
Texto Sugerido para el Facilitador:

- Hemos pasado un tiempo hablando de algunas creencias culturales comunes sobre los hombres y las mujeres, la manera en que aprendemos esas creencias/ideas y el impacto que tienen sobre nuestras expectativas sobre la manera en que se espera que se comporten los hombres y las mujeres.
 - ¿Qué sucede si ponemos en duda estas creencias que hemos aprendido? ¿Piensan ustedes que puede llegar un momento en que nuestras expectativas puedan cambiar con respecto a la manera en que los hombres y las mujeres deberían comportarse?
- La idea del cambio de expectativas relacionadas con el comportamiento y los roles que tenemos para cada género (hombres/mujeres) puede ser observada con el tiempo a medida que una pareja y su familia mezclan las creencias y costumbres de una nueva sociedad dominante (los Estados Unidos) con aquellas de su propio patrimonio cultural – un proceso llamado “aculturación”. Para aquellos de este grupo que son hispanos de segunda o incluso de tercera generación, les podría resultar interesante hablar con sus padres, abuelos u otros miembros de su familia que tengan conocimientos directos de la experiencia relacionada con la adaptación a la cultura estadounidense cuando inmigraron inicialmente.

Módulos del Programa Para Matrimonios Hispanos Saludables

- *Haga avanzar la diapositiva para que incluya “aculturación”.* Aculturación es una palabra académica que se refiere a este proceso, pero para los efectos de nuestra clase de hoy, diremos simplemente que significa “acomodarse” o “adaptarse”.
- Las parejas y familias recién inmigradas que viven en los Estados Unidos pueden darse cuenta de que las creencias comunes de su cultura sobre los hombres y las mujeres son diferentes de las creencias de la cultura dominante de los Estados Unidos.
- Las parejas pueden descubrir que, a medida que van adaptándose (aculturándose), las expectativas que tienen el uno del otro y de ellos mismos pueden cambiar.

(Pase a la siguiente diapositiva)



Questionando las Creencias Comunes

LOS HOMBRES

- ❖ Comparten las responsabilidades como “sostén económico”.
- ❖ Pueden realizar más tareas domésticas.
- ❖ Pueden asumir un rol más activo en la crianza de los hijos.

Questionando las Creencias Comunes Sobre los Hombres

Texto Sugerido para el Facilitador:

- ¿Cuáles son algunas maneras en que las creencias culturales comunes que examinamos antes serían cuestionadas cuando se vive en una cultura diferente?
- La mezcla del sistema de creencias y de las tradiciones de una cultura dominante puede afectar las creencias que se tienen respecto a los hombres. Por ejemplo, examinemos el rol tradicional de ‘sostén económico único’:
 - ♦ Muchas parejas en los Estados Unidos consideran necesario que ambos cónyuges trabajen fuera de la casa para mantener a la familia. Por lo tanto, la expectativa de que el hombre desempeñe el rol de sostén económico único para la familia tal vez no sea realista y esta expectativa puede cambiar. Para muchos hombres recién inmigrados, esta experiencia puede hacer que se sientan inadecuados o que no “están a la altura” de su rol como esposo y padre.
 - ♦ Cuando ambos cónyuges trabajan fuera de la casa, los hombres pueden descubrir que realizan más tareas domésticas – cambiando la expectativa de que las tareas domésticas están generalmente reservadas para las mujeres.
 - ♦ Los hombres pueden desempeñar un rol más activo en la crianza de los hijos si ambos padres comparten la carga de trabajo fuera y dentro del hogar.
 - ♦ Examinemos la manera en que algunas creencias y expectativas comunes para las mujeres pueden cambiar con el tiempo si una pareja está viviendo en otra cultura.

(Pase a la siguiente diapositiva)

Módulos del Programa Para Matrimonios Hispanos Saludables

Cuestionando las Creencias Comunes

LAS MUJERES

- ❖ Pueden optar por trabajar fuera de la casa.
- ❖ Pueden recibir una educación y capacitación adicional.
- ❖ Pueden esperar un tiempo antes de casarse y/o tener hijos.

Cuestionando las Creencias Comunes Sobre las Mujeres

- Como lo mencionamos anteriormente, las mujeres pueden optar por (o considerar necesario) trabajar fuera de la casa para mantener a la familia. También puede haber oportunidades para que una mujer continúe su educación que no estaban disponibles antes (clases de ESL, programas de GED, cursos universitarios, etc.).
- Además, las expectativas relacionadas con la facultad para tomar decisiones, la división de las tareas domésticas y las responsabilidades de crianza de los hijos también pueden cambiar cuando ambos cónyuges están trabajando y atendiendo a las necesidades de la familia.

- **PUNTO CLAVE:** Aunque muchas parejas aprenden a adaptarse a nuevos roles y nuevas responsabilidades, así como al cambio de las expectativas, este cambio puede crear mayores conflictos para algunas parejas. Muchas veces los problemas se deben a que los dos miembros de la pareja no cambian sus perspectivas al mismo tiempo. Tengan presente que esto puede ocurrir, y si/cuando sea el caso, pongan en práctica las técnicas de comunicación que aprendieron en un programa de matrimonio sano. Esto los ayudará a enfrentar y resolver los conflictos y a acercarse más.

(Pase a la siguiente diapositiva)

Efectos sobre las Parejas

- ❖ Un cónyuge puede culpar al otro de los cambios.
- ❖ Al compartir nuevas experiencias culturales, puede que la pareja se sienta más unida.
- ❖ La pareja puede llegar a compartir más las responsabilidades relacionadas con la crianza de los hijos.

Efectos sobre las parejas

- *Sólo para referencia de los facilitadores: Hay algunos efectos negativos de la aculturación que pueden afectar a las parejas. Por ejemplo, existe la posibilidad de un aumento en el número de separaciones/divorcios y relaciones disfuncionales, además de la posibilidad de mayor presión, tensión e incluso peleas o violencia en el hogar entre parejas que se están adaptando a la vida en una nueva cultura.*

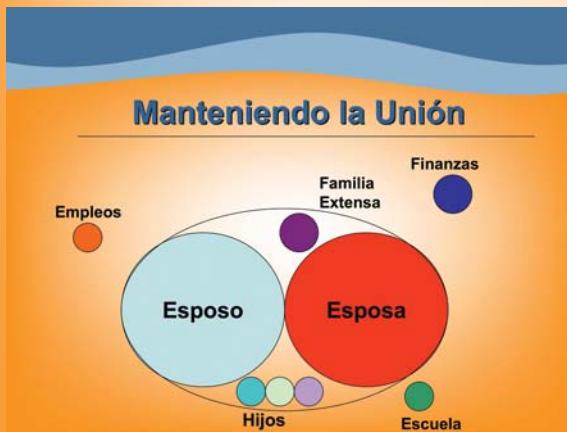
Texto Sugerido para el Facilitador:

- Por lo tanto, ¿cuáles son algunos de los efectos de la mezcla de creencias culturales existentes con nuevas creencias (o de la aculturación) sobre la relación de una pareja?
- Un cónyuge puede culpar al otro de los cambios, especialmente si uno de ellos estaba más a favor de mudarse al nuevo país, o si tuvieron que mudarse debido a un empleo. Culpar a alguien del estrés o de los retos actuales es una respuesta corriente para las personas que están aprendiendo a adaptarse a un nuevo ambiente. Lo importante es acordarse de que deben trabajar juntos para hacer frente a estos retos.

Módulos del Programa Para Matrimonios Hispanos Saludables

- Otro efecto podría ser que, en realidad, las parejas fortalecen su unión y se acercan más porque están compartiendo nuevas experiencias. Hay una sensación de descubrimiento y de creación de un futuro juntos que puede acercar aún más a las parejas.
- Otro efecto podría ser que las parejas deben compartir las responsabilidades de la crianza de los hijos. **Éste es un tema realmente importante** porque muchas parejas (que están criando a sus hijos y tratan de lograr un equilibrio entre dos culturas) dicen que la mayoría de los conflictos que surgen en su relación están relacionados con la crianza y los problemas de disciplina de los niños. Como puede que los padres aún estén tratando de criar a sus hijos basándose en las normas de su país de origen, surgen conflictos porque sus hijos están experimentando algo completamente diferente en los Estados Unidos. Esto puede poner a los padres en desventaja porque sienten que no pueden seguirle el ritmo a sus hijos. Al hacer un esfuerzo adicional para hablar de los estilos de crianza, la disciplina y la manera de trabajar juntos, una pareja puede reducir un poco la tensión creada al criar hijos en una cultura diferente de la cultura a la cual los padres pueden estar acostumbrados.
- **PUNTO CLAVE:** *El facilitador debería tomar el tiempo de recalcar que, aunque los efectos de la aculturación pueden aumentar el nivel de estrés sobre las parejas y las familias, el hecho de que los participantes estén aprendiendo lo que pueden esperar y la manera de hacer frente a los retos, los coloca en una situación de ventaja para una relación exitosa y satisfactoria.*

(Pase a la siguiente diapositiva)



Manteniendo La Unión

Texto Sugerido para el Facilitador:

- La imagen que aparece en esta diapositiva ilustra a una familia (esposo, esposa, hijos y familia extensa) y luego muestra algunos de los elementos “exteriores” que podrían causar problemas para las parejas. La mayoría de estos elementos son retos que todas las parejas deben enfrentar, como los empleos, las finanzas y la escuela.
 - Hace sólo unos cuantos minutos, estábamos hablando del estrés y de la tensión que pueden surgir cuando uno vive en una cultura diferente.
 - Este proceso de aculturación (o la mezcla de nuevas ideas y creencias con las suyas) puede exagerar e intensificar los retos comunes que las parejas deben enfrentar.
- *Anime a las parejas a que tomen el tiempo de hablar acerca de la manera en que harán frente a estos retos.*

Módulos del Programa Para Matrimonios Hispanos Saludables

- *Los facilitadores que trabajan con comunidades de inmigrantes o con parejas recién inmigradas deberían hacer las siguientes preguntas:*
 - ♦ ¿Cómo cambia esta idea o este objetivo de “mantener la union” cuando un miembro de la pareja está separado de la familia por razones de trabajo o inmigración?
 - ♦ ¿Cómo hacen ustedes para “mantener la union” sobre largas distancias?
- Los retos pueden ser diferentes para las parejas que están separadas. Es importante que hablen con regularidad y tendrán que esforzarse por mantener una comunicación. Establezcan objetivos de ‘charla’ y:
 - ♦ Hablen de su futuro juntos.
 - ♦ Hablen a menudo como amigos.
 - ♦ Manténganse involucrados en las decisiones del hogar.
 - ♦ Hablen de sus planes futuros para cuando estén juntos otra vez (si están separados actualmente).
 - ♦ Describa su nuevo ambiente; háblele a su pareja acerca de donde está y lo que está sucediendo.
 - ♦ Concéntrese en mantener firme la confianza que tienen el uno con el otro, manteniendo una comunicación constante.

(Pase a la siguiente diapositiva)

Consejos para las Parejas

- ❖ Sean pacientes y apóyese al vivir y adaptarse a una nueva cultura.
- ❖ Hablen acerca del cambio de las expectativas.
- ❖ Prométanse que nadie ni nada podrá separarlos.
- ❖ Recuérdense el cariño y la lealtad que tienen el uno con el otro.

Consejos para las Parejas

Texto Sugerido para el Facilitador:

- Por lo tanto, ¿qué podemos hacer para asegurarnos de que los factores de estrés y los retos exteriores no obstaculizarán el compromiso que tenemos el uno con el otro?
- Estos son algunos excelentes consejos. *Revise los puntos en la diapositiva:*
 - ♦ Sean pacientes y apóyense al vivir y adaptarse a una nueva cultura.
 - ♦ Hablen acerca del cambio de las expectativas.
 - ♦ Prométanse que nadie ni nada podrá separarlos.
 - ♦ Recuérdense (a menudo) el cariño y la lealtad que tienen el uno con el otro.
- *Pídale a los participantes que den otros ejemplos de lo que han hecho/se han dicho para hacer frente al reto de la adaptación/aculturación, O las cosas que han visto hacer por otras parejas (amigos, miembros de la familia, etc.).*

(Pase a la siguiente diapositiva)

Módulos del Programa Para Matrimonios Hispanos Saludables

ACTIVIDAD 3:

“El Cofre del Tesoro Familiar”



Actividad #3: “El Cofre del Tesoro Familiar”

- **TIEMPO:** 15-20 minutos O 20-30 minutos si se elige la ampliación opcional
- **Materiales Necesarios:**
 - ♦ Folleto del Cofre del Tesoro (uno por pareja)
 - ♦ Plumas / Lápices
- *Actividad opcional:* Puede que el facilitador amplíe la actividad pidiéndole a las parejas que decoren una pequeña caja para usarla como su cofre del tesoro.
- *Esta actividad práctica está diseñada para:*
 - ♦ Darle un tiempo a las parejas para que hablen de y anoten las tradiciones preciadas que ayudaron a formar su identidad.
 - ♦ Darle a las parejas la oportunidad de mezclar las tradiciones con nuevas ideas para crear su propio cofre del tesoro de su familia.

Texto Sugerido para el Facilitador:

- El cofre del tesoro es una imagen de las creencias fundamentales de su familia – lo que tiene mucho valor para ustedes y/o lo que valoran como familia.
- Algunas creencias resultan de su educación y de la cultura en que se criaron; otras pueden derivarse de la nueva cultura de la que ustedes forman parte ahora. Su cofre del tesoro será probablemente una mezcla de su patrimonio cultural y de nuevos valores y tradiciones.
- Este cofre del tesoro incluye mensajes positivos, tradiciones y experiencias que tuvieron al criarse.
- *Distribuya las páginas del Cofre del Tesoro:*
 - ♦ Piensen en y anoten (o hablen de) las experiencias y los recuerdos que los ayudaron a convertirse en las personas que son ahora.
 - ♦ Luego, trabajando en pareja, revisen y analicen la lista de experiencias de cada uno y decidan juntos qué tradiciones y experiencias quieren transmitir a sus hijos.
 - ♦ Anoten las tradiciones y experiencias (o hablen al respecto) en la sección del folleto titulada “Lo Que Queremos Transmitir”.

“El Cofre del Tesoro Familiar”



Decidan en pareja lo que quieren poner dentro de su cofre del tesoro.

Módulos del Programa Para Matrimonios Hispanos Saludables

Pídale a los participantes que compartan su “Cofre del Tesoro Familiar” y que agreguen cualquier comentarios finales que puedan tener con respecto a la actividad.

Texto sugerido para el facilitador:

En resumen, lo que hemos aprendido hoy es que, empezando temprano en nuestra vida, todos recibimos mensajes acerca de lo que se espera que sean los niños/niñas y los hombres/mujeres, en base a la manera que la gente tiene de tratarnos y a las cosas que nos dicen. Algunos de estos mensajes son positivos y otros son negativos. Pero como acabamos de ver en la actividad del cofre del tesoro, ustedes pueden decidir para su familia los tipos de mensajes que quieren compartir con sus hijos acerca de lo que significa ser un hombre o una mujer, así como los mensajes que optan por dejar en el pasado.

Algunas de estas cuestiones pueden plantearse de nuevo cuando revisemos otras partes del programa. Cuando hablamos de la manera de enfocar los problemas en nuestras relaciones, todas estas cuestiones desempeñan un papel. Por lo tanto, tengan presente esta discusión y volveremos a consultarla a medida que avanzamos.

Esta actividad les da a los participantes la oportunidad de recordar cuáles eran las expectativas para los niños y las niñas y para los hombres y las mujeres en su familia al criarse. También animará a los participantes a pensar en lo que influyó en lo que ellos piensan de la manera en que deberían comportarse los hombres y las mujeres.

Esta pequeña discusión de grupo está diseñada para:

- Ayudar a los participantes a recordar y compartir cómo eran las cosas cuando eran niños.
- Dejar que los participantes hablen acerca de cómo han cambiado las expectativas.
- Ayudar a los participantes a ver los roles importantes desempeñados por los miembros de su familia en la definición de las ideas que tienen de los hombres y de las mujeres.

TIEMPO

10-15 minutos

MATERIALES NECESARIOS

Ninguno

INSTRUCCIONES

- Divida el grupo en grupos más pequeños de tres o cuatro parejas.
- Introduzca las preguntas a debatir relacionadas con la manera en que las familias de los participantes influyeron en su identidad de género y sus expectativas. (Las preguntas a debatir serán presentadas para los participantes en una diapositiva de PowerPoint.)

Los facilitadores deberían ayudar a las parejas durante esta actividad, proporcionándoles algunos ejemplos para cada pregunta a debatir.

Los ejemplos para cada pregunta a debatir puede incluir:

- **¿Cuáles fueron los roles en su familia cuando eran pequeños?**
 - ¿Quién en la familia tenía la responsabilidad de disciplinar a los hijos?
 - ¿Quién tenía la última palabra en las decisiones importantes?
- **¿Qué trabajo o tareas hacían su madre y su padre cuando eran pequeños?**
 - ¿Quién se encargaba de las tareas de la casa?
 - ¿Había alguna diferencia entre el tipo de tareas que hacían su madre y su padre? (Por ejemplo: sacar la basura, cocinar y limpiar, hacer reparaciones)
- **¿Qué se esperaba de los niños?**
 - ¿Eran diferentes las expectativas para los niños y las niñas?

Los facilitadores deberían estar dispuestos a agregar otras preguntas a debatir y/o pedirle a los participantes que compartan otras maneras en que su familia original influyó en su identidad de género y sus expectativas con respecto a su cónyuge y a sus hijos.

CONCLUSIÓN

Pídale a los participantes que compartan algunos ejemplos de lo que hemos discutido en el grupo más grande.

Módulo 2

Género - ¿Qué Marca la Diferencia Entre Nosotros?

Instrucciones para la Actividad

Actividad 2 - Algo de Que Hablar “Dichos”

Ahora que el grupo ha pasado un tiempo hablando de las creencias comunes acerca de los hombres y de las mujeres, ha llegado el momento de trabajar en grupos para identificar la manera en que esas creencias pueden ser observadas en la vida diaria.

Esta actividad separada para hombres y mujeres está diseñada para:

- Ayudar a los participantes a recordar y hablar de los mensajes que muestran la manera en que se espera que se comporten los hombres y las mujeres.
- Ayudar a los participantes a hablar de si han sido o no afectados como adultos por haber oído estos proverbios, o dichos, al criarse.

TIEMPO

10-15 minutos

MATERIALES NECESARIOS

Ninguno

INSTRUCCIONES

- Separe los hombres y las mujeres en dos grupos.
- Pídale a los dos grupos que hablen de algunos de los dichos que puedan recordar.

Nota: El facilitador debería proporcionar algunos ejemplos para iniciar la discusión.

Ejemplos en español

Más calladita, más bonita. (The quieter you are, the prettier you are.)

Todo por la felicidad de tus hijos. (Everything for the happiness of your children.)

El hombre es la cabeza del hogar y la mujer es el cuello. (The man is the head of the household and the woman is the neck.)

El hombre tiene la última palabra, “sí mi amor.” (The man always has the last Word, “Yes, dear.”)

A la mujer ni todo el amor, ni todo el dinero. (Never give a woman all of your love or your money.)

En boca cerrada no entra mosca. (A fly cannot enter a closed mouth.)

Ejemplos en inglés

Girls are made of sugar and spice and everything nice.

Boys are made of snips and snails and puppy dog tails.

Separate the men from the boys.

The old ball and chain.

Boys don't make passes at girls who wear glasses.

Don't buy the cow when you can get the milk for free.

CONCLUSIÓN

Pídale a los participantes que compartan algunos ejemplos con todo el grupo y que hablen de la manera que fueron afectados por los *dichos*.

“**El Cofre Del Tesoro**” es una metáfora para las creencias fundamentales de las familias de los participantes: lo que tiene mucho valor para ellos, lo que valoran como familia. Algunas de estas creencias resultan de la educación de los participantes y de la cultura en la que se criaron. Otras pueden derivarse de la nueva cultura de la que forman parte ahora. “**El Cofre del Tesoro Familiar**” la familia de cada participante será probablemente una mezcla.

Esta actividad práctica está diseñada para darles a los participantes el tiempo de:

- Hablar de y anotar las tradiciones apreciadas que ayudaron a formar su identidad.
- Hablar de las tradiciones que se mezclan bien con las nuevas ideas para su propia familia.
- Decidir, en pareja, lo que quieren poner dentro de su cofre del tesoro para transmitirlo a sus hijos.

TIEMPO

15-20 minutos O

20-30 minutos (si se elige la ampliación opcional)

MATERIALES NECESARIOS

- Folleto del Cofre del Tesoro (uno por pareja)
- Plumas / Lápices

Actividad opcional: Puede que el facilitador amplíe la actividad pidiéndole a las parejas que decoren una pequeña caja para usarla como su cofre del tesoro.

INSTRUCCIONES

- Distribuya las páginas del Cofre del Tesoro.
- Pídale a los participantes que piensen en y anoten las experiencias y los recuerdos que los ayudaron a convertirse en las personas que son ahora.
- Luego, *trabajando en pareja*, revisen y analicen la lista de experiencias de cada uno y *decidan juntos* qué tradiciones y experiencias quieren transmitir a sus hijos.
- Anoten las tradiciones y experiencias en la sección del folleto titulada *Lo Que Queremos Transmitir*.

CONCLUSIÓN

Pídale a los participantes que compartan el Cofre del Tesoro de Su Familia y que agreguen cualesquier comentarios finales que puedan tener con respecto a la actividad.



Cofre del Tesoro Familiar

Lo Que He Aprendido

Tradiciones familiares que ayudaron a formar cada uno de nosotros

Él

Ella

Lo Que Queremos Transmitir (Nuestro Cofre del Tesoro)

Tradiciones y experiencias que nosotros, como pareja, queremos transmitir a nuestros hijos

Módulo 3

Conversando Juntos

POR QUÉ ES IMPORTANTE...

La comunicación exitosa es esencial para la salud y la satisfacción de las relaciones. A través de la comunicación verbal y no verbal, las parejas se intercambian información sobre los sentimientos, temores y percepciones acerca de su relación y su familia. En este módulo, hablaremos de dos dinámicas de la comunicación de las parejas: contenido y estilo. Tanto el contenido (lo que usted dice) y el estilo (cómo lo dice) juegan un papel en la formación de las relaciones, el fortalecimiento de las visiones comunes y la protección de las vulnerabilidades individuales.

Es importante recordar que tanto el contenido como el estilo de la comunicación son afectados por la experiencia cultural de un individuo. Teniendo esto en cuenta, varios estudios han sido dedicados a entender la dinámica de la comunicación entre los hispanos. Estos estudios presentan los temas más discutidos entre las parejas hispanas, así como varios estilos mediante los cuales se producen las interacciones. El significado de estos resultados para los programas de matrimonios hispanos saludables es que abren la puerta a los facilitadores de los programas para que ayuden a las parejas a identificar lo que consideran importante comunicar (contenido), además de discutir como influye la manera en que se comunican (estilo) entre ellos

Por ejemplo, las parejas hispanas con valores culturales más tradicionales pueden descubrir que el contenido de su comunicación está definido claramente por las expectativas tradicionales del género (i.e. las mujeres comunican en relación con las emociones, los niños y los asuntos del hogar, mientras que los hombres tienen tendencia a enfocar el trabajo, la vida diaria y las finanzas). De manera similar, las parejas hispanas tradicionales pueden descubrir que su estilo de comunicación tiende a hacer que un miembro de la pareja actúe como un comunicador pasivo mientras que el otro asume un rol más fuerte. La experiencia de las parejas hispanas inmigrantes también debería ser considerada en relación con el contenido y los estilos de comunicación. Por ejemplo, los agentes de estrés adicionales relacionados con la vida en los Estados Unidos pueden cambiar los temas enfocados por las parejas y la manera en que se comunican entre ellos.

OBJETIVO CLAVE

El Módulo Tres ayuda a las parejas a entender lo que consideran como temas importantes de comunicación y a reconocer los diferentes estilos de comunicación dentro del contexto de la cultura hispana. Al hacerlo, los facilitadores de educación de matrimonios saludables pueden ayudar a las parejas a desarrollar aptitudes para comunicarse de manera más eficaz, lo cual crea un ambiente más seguro y de mayor confianza en el cual ambos miembros de la pareja pueden comunicarse libremente. A la larga, esto conduce a una relación más saludable y más satisfactoria.

Module 3

Talking Together

METAS GLOBALES

- Ayudar a los individuos a ser más conscientes del contenido de su comunicación
- Ayudar a los participantes a identificar las partes descuidadas de contenido en su relación
- Ayudar a los participantes a entender los diferentes estilos de comunicación
- Ayudar a los participantes a reconocer su propio estilo de comunicación y la manera en que afecta su interacción con su pareja
- Ayudar a los participantes a comunicarse más eficientemente

ESTRATEGIAS DE ENSEÑANZA

- El módulo *Conversando Juntos* completará cualquier discusión enfocada en la comunicación y en la manera en que los miembros de una pareja se relacionan entre ellos. Este módulo proporciona una oportunidad para que los individuos reconozcan su estilo de comunicación y practiquen las maneras de ser mejores comunicadores dentro de su matrimonio.
- Utilice técnicas de aprendizaje activo – no se limite a dictar clase. Hemos incluido en este módulo varias actividades que deberían animar a las parejas a hablar de la cultura hispana y de la manera en que afecta las relaciones. Aproveche estas actividades, pero asegúrese de que el objetivo principal y las metas del programa sean tratados.
- La última actividad (Escribiendo y Compartiendo Declaraciones “Me Siento”) puede ser especialmente emotiva para los participantes. Requerirá que el facilitador preste particular atención a la dinámica en la aula y haga ajustes basados en la manera en que las parejas responden a la actividad.

Módulos del Programa Para Matrimonios Hispanos Saludables



Introducción del Módulo: Conversando Juntos

Nota al Facilitador: En este módulo, se proporciona un texto sugerido para el facilitador para cada diapositiva. Los comentarios y/o las notas para el facilitador están en cursiva.

Después de darle la bienvenida a cada participante, empiece su clase dándoles una idea de lo que pueden esperar de este módulo, así como del rol que usted espera que ellos desempeñen.

Lecciones a aprender de este módulo:

- *Identificar los tipos de cosas sobre los cuales se pasan el tiempo hablando con su pareja, y qué áreas podrían requerir mayor atención para fortalecer su relación.*
- *Aprender acerca de varios estilos de interacción e identificar cuál es su propio estilo natural.*
- *Determinar la manera en que sus estilos de comunicación naturales pueden afectar su relación.*
- *Desarrollar capacidades de comunicación eficaz para crear un ambiente más seguro y de mayor confianza en la relación.*

Expectativas de los participantes:

- *Se espera que ambos cónyuges participen en la discusión y en las actividades.*



Conversando Juntos

Texto Sugerido para el Facilitador:

- La comunicación es uno de los más importantes componentes de una relación. La comunicación de pensamientos y sentimientos crea un vínculo entre las parejas. Este vínculo es reforzado cuando se mantiene una comunicación saludable y eficaz con el tiempo.
- Durante esta sesión, nos tomaremos el tiempo de pensar acerca de la manera en que nos comunicamos entre nosotros y con nuestras familias, así como para identificar las áreas importantes sobre las cuales las parejas tal vez no hablen lo suficiente.
- También aprenderemos acerca de ciertos estilos comunes de

comunicación y la manera en que nuestros estilos individuales (y naturales) pueden impedir que comuniquemos – y nos relacionemos – eficazmente con nuestra pareja.

- Después de que hayamos tenido la oportunidad de examinar varios estilos de comunicación, aprenderemos una técnica que, cuando es practicada, puede ayudar a mejorar la comunicación y a fortalecer su vínculo como pareja.

(Pase a la siguiente diapositiva)

Módulos del Programa Para Matrimonios Hispanos Saludables

¿Qué es la Comunicación?

¿Qué es la Comunicación?

Texto Sugerido para el Facilitador:

- ¿Cómo nos comunicamos? ¿Qué métodos usados para transmitir nuestro mensaje a los demás?
 - ♦ *Pídale a los participantes que piensen en y hablen de lo que significa para ellos la comunicación.*
 - ♦ *Después de que los participantes hayan compartido algunos ejemplos, el facilitador debería hacerles las siguientes preguntas, si aún no han sido compartidas:*
 - ¿Es comunicación el “tratamiento silencioso”?
 - ¿Es comunicación gritar?
 - ¿Es comunicación “poner los ojos en blanco”?
 - Algunos pueden discutir, “Pero no dije nada, entonces ¿cómo puede ser esto comunicación?” ¡Porque aún así, usted envió un mensaje que fue claramente recibido!
 - ¿Es comunicación un mensaje de texto?
 - ♦ Por lo tanto, la comunicación es más que sólo palabras. También incluye en lenguaje corporal y la *manera* en que *decimos* las palabras.

(Pase a la siguiente diapositiva)

Módulos del Programa Para Matrimonios Hispanos Saludables

¿Qué es la comunicación?

El intercambio de información entre personas

Comunicación Verbal

Lenguaje escrito o hablado

Comunicación No Verbal

Lenguaje corporal; gestos faciales y expresiones, distancia corporal, silencio y contacto visual; la manera en que nos sentamos, caminamos

¿Qué es la Comunicación?

Nota para el facilitador: Esta diapositiva aparecerá en dos partes. Primero aparecerá la frase de “intercambio de información”, luego se hará avanzar la diapositiva y aparecerá la información sobre la Comunicación Verbal/No Verbal.

Texto Sugerido para el Facilitador:

- Sencillamente, la comunicación es el intercambio de información entre personas. Y de muchas maneras, la calidad de la comunicación determina la calidad de nuestras relaciones.

¿Qué es la Comunicación? Verbal/No Verbal

- La comunicación ocurre principalmente de dos maneras. La comunicación verbal es las palabras que decimos, y la comunicación no verbal es nuestro lenguaje corporal. La comunicación es lo que ustedes dicen *Y* la manera en que lo dicen.
 - ♦ Cada vez que usamos palabras para expresar nuestro mensaje a otra persona, eso es considerado una comunicación verbal.
 - ♦ Pero a veces no se oye lo que decimos (nuestras palabras efectivas) debido a las señales no verbales que damos.
 - La comunicación no verbal se compone de todos los gestos, movimientos de los ojos, postura e incluso nuestra conexión física con la conversación. ¿Lo estoy mirando o parezco estar distraído? ¿Estoy poniendo mis ojos en blanco? ¿Estoy mirando hacia usted mientras estamos hablando, o parece que estoy tratando de terminar la conversación y de cortarle la palabra?
 - Cuando escuchamos a alguien, nuestros mensajes no verbales le dicen si estamos prestando atención y si nos importa lo que está diciendo.
 - ♦ Por lo tanto, ¿cuáles son algunas de las maneras en que ustedes se comunican verbal y ni verbalmente con su pareja?
 - *Deje un tiempo para el intercambio de ideas entre los participantes. Si fuera necesario, el facilitador debería proporcionar algunos ejemplos para iniciar la discusión:*
 - ▶ Abrazos, guiños, sonrisas
 - ▶ Tenerse las manos al recibir noticias del médico
 - ▶ Discutir de la manera de manejar una situación en la escuela de su hijo
 - ♦ En general, la comunicación es una manera de expresar sus sentimientos, éxitos, alegría y desilusión. También es el elemento clave para resolver un conflicto.

(Pase a la siguiente diapositiva)

Módulos del Programa Para Matrimonios Hispanos Saludables



Conversando Juntos

Texto Sugerido para el Facilitador:

- En nuestras relaciones, la calidad de la comunicación determina la calidad de la relación.
 - ♦ Si la comunicación entre las parejas no es buena, entonces la relación estará típicamente llena de conflicto y estrés.
 - ♦ Si la comunicación en una relación es buena, entonces es más que probable que la relación también sea saludable y fuerte. La buena comunicación les permite:
 - Compartir sus sentimientos y valores.
 - Compartir sus esperanzas y sueños.
 - Mostrar su cariño y aprender como recibir el cariño.
 - Curarse de antiguos dolores y relaciones familiares.
- ♦ Aunque todas las relaciones tienen conflictos, si no somos capaces de comunicar nuestras opiniones y nuestros sentimientos de una manera segura con nuestra pareja, creamos un conflicto sin resolver que va empeorando con el tiempo.
 - El conflicto sin resolver puede aislar y abrumar a una pareja, haciéndoles pensar que todo va mal dentro de su relación. Este sentimiento de desesperanza va minando poco a poco la conexión entre las parejas.
- ♦ Hemos hablado de algunas de las maneras en que nos comunicamos con nuestra pareja (*el facilitador puede hacer alusión a los ejemplos compartidos en la diapositiva anterior*), pero en realidad hay cosas que hacemos naturalmente que pueden ayudar o dificultar nuestra comunicación. Cosas como tocar con la mano pueden ser buenas pero, por otro lado, los golpecitos suelen causar una reacción negativa.
 - *El facilitador puede hacer referencia a la imagen en la diapositiva de la chica que le está dando golpecitos con el dedo a su pareja. ¿Piensan ustedes que su reacción natural de dar golpecitos con el dedo para expresar su opinión está ayudando o dificultando la comunicación en esta situación?*

(Pase a la siguiente diapositiva)

Módulos del Programa Para Matrimonios Hispanos Saludables

Conversando Juntos

Al conversar juntos, *la manera de decir las cosas* es igual de importante o más importante que lo que se está diciendo.

Conversando Juntos

Texto Sugerido para el Facilitador:

- La buena comunicación es más que sólo palabras; también es la manera en que decimos esas palabras. Es importante estar consciente del tono de nuestra voz y de *la manera* en que decimos las cosas.
 - ♦ *Pida ejemplos de la manera en que puede ser importante considerar el tono de voz según el mensaje que uno pretenda transmitir. Para los grupos hispanohablantes, el facilitador puede usar este ejemplo de la manera en que el tono afecta un mensaje:*
 - *¿Cómo amaneciste, viaja? (con cariño)*
 - *Como amaneciste vieja... (hablando con incredulidad)*
 - *¿Cómo? ¿Amaneciste vieja? (hablando con un tono de sorpresa)*
- ♦ Incluso una respuesta como “Yo también te quiero” puede tener diferentes significados según el tono y el lenguaje corporal.
 - Puede decirse con ternura y puede representar una expresión muy sincera de afecto, pero con una inflexión diferente, puede ser sarcástico e hiriente.

(Pase a la siguiente diapositiva)

De Qué Hablan las Parejas

- ❖ Trabajo o Escuela
- ❖ Tareas
- ❖ Otros miembros de la familia
- ❖ Conversaciones con otros
- ❖ Comida

De Qué Hablan las Parejas

Texto Sugerido para el Facilitador:

- De acuerdo con la investigación realizada en Puerto Rico y en México, estos son los principales temas discutidos por las parejas hispanas:
 - ♦ Trabajo o escuela
 - ♦ Tareas
 - ♦ Otros miembros de la familia
 - ♦ Conversaciones con otros
 - ♦ Comida
- Piensen en sus propias vidas y sus propias relaciones. ¿Están de acuerdo con esto? ¿Son éstos temas comunes de discusión en su hogar?

(Pase a la siguiente diapositiva)

Módulos del Programa Para Matrimonios Hispanos Saludables

¿De Qué Más Hablan las Parejas?

¿De Qué Más Hablan las Parejas?

Texto Sugerido para el Facilitador:

- Por lo tanto, ¿qué faltaba de la lista en la diapositiva anterior?
- ¿De qué más hablan las parejas?
 - ♦ *Deje un tiempo para que los participantes proporcionen ejemplos de otras cosas discutidas por las parejas. Para iniciar la discusión, los facilitadores podrían proporcionar otros temas que las parejas han reportado como temas de discusión para ellas:*
 - **Afecto:** sentimientos positivos o negativos entre ellos
 - **Sentimientos:** expresión de humores
 - **Familia extensa:** información sobre la familia de cada cónyuge
 - **Vida sexual:** vida íntima de la pareja
 - **Amigos:** amistades de la pareja
 - **Hijos:** cosas relacionadas con los hijos
 - **Vida en el trabajo:** trabajo fuera del hogar
 - **Relaciones matrimoniales:** creencias, actitudes y opiniones de la pareja
 - **Vida diaria:** comida, tareas, eventos sociales
 - **Expectativas:** pensamientos y sentimientos sobre el futuro de la pareja juntos
 - **Economía y tiempo libre:** finanzas de la pareja y manera en que se pasan el tiempo libre
 - **Atracción:** cualidades que hacen que cada persona sea deseable para la otra
 - *Algunos de estos ejemplos pueden ser dados por los participantes. Si no, revise brevemente la lista para mostrarle a los participantes los otros tipos de cosas que las parejas suelen discutir entre ellas.*

(Pase a la siguiente diapositiva)

Módulos del Programa Para Matrimonios Hispanos Saludables



Actividad #1: Hablemos de Eso

- **Tiempo: 10 minutos**
- **Materiales necesarios:** Ninguno
- *Texto Sugerido para el Facilitador:*
 - ♦ Hemos pasado un tiempo hablando de los temas que las otras parejas dicen que discuten con mayor frecuencia. Ahora ustedes tendrán la oportunidad de sentarse con sus parejas respectivas para identificar los temas de los que hablan más en su relación.
 - Puede que estén sorprendidos por lo que van a aprender. Puede que se den cuenta de que hay algunas cosas sobre las cuales deberían hablar con mayor frecuencia.
 - *Anime las parejas a que escriban una lista de esos temas.*

• Instrucciones para la actividad:

- ♦ Pídale a las parejas que hablen de los siguientes temas:
 - ¿Qué descubrieron acerca de los temas sobre los cuales hablan con mayor frecuencia?
 - ¿Qué temas importantes no están siendo discutidos?
 - ¿Qué temas podrían ayudar su relación a crecer si fueran discutidos más a menudo?
- ♦ *Como ejercicio de tarea, pídale a cada pareja que haga un círculo alrededor del tema de su lista que según ellos podría fomentar el desarrollo de su relación. Luego, pídeles que fijen una fecha y una hora durante la próxima semana para hablar del tema que han elegido.*

(Pase a la siguiente diapositiva)

Módulos del Programa Para Matrimonios Hispanos Saludables

ACTIVIDAD 2 Juego de Rompecabezas



Actividad #2: Juego de Rompecabezas

- **Tiempo: 10-12 minutos**
- **Materiales necesarios:**
 - ♦ Un minirompecabezas por pareja proporcionado por el facilitador (generalmente disponible en las tiendas de descuento como Dollar Tree, Walmart, Target, Dollar Store, Family Dollar o Dollar General)
 - ♦ Reproductor de CD u otro dispositivo y música de fondo (CD Player)
- *Texto Sugerido para el Facilitador:*
- Ahora todos tienen su tarea – hablar del tema que identificaron como un tema que requiere más atención en su relación.

- Antes de continuar con esta sesión, vamos a hacer otra actividad.
 - ♦ Cuando hayamos terminado, hablaremos del propósito del ejercicio.
- *Nota para el Facilitador:* Los siguientes objetivos sólo son para referencia por el facilitador y no deberían ser compartidos con los participantes hasta que se haya terminado la actividad. Esta actividad está diseñada para:
 - ♦ Darle a los participantes la oportunidad de mostrar sus estilos de interacción de una manera natural.
 - ♦ Crear una experiencia sobre la cual los participantes podrán reflexionar más adelante en la presentación, cuando se examinen los diferentes estilos de interacción.
 - ♦ Mostrar la manera en que los elementos culturales populares (como la música) pueden influenciar nuestras creencias sobre la manera en que nos relacionamos con nuestra pareja/familia.
- **Instrucciones para la actividad:**
 - ♦ Distribuya un rompecabezas a cada pareja.
 - ♦ Pídale a cada pareja que llenen su rompecabezas juntos, pero no ofrezca otras instrucciones.
 - ♦ Mientras los participantes terminan la actividad, ponga música culturalmente apropiada, como “El Rey” por José Alfredo Jiménez.
- **Instrucciones para el facilitador:** Mientras las parejas están terminando su rompecabezas, observe lo siguiente para cada pareja:
 - ♦ ¿Cómo están cooperando las parejas?
 - ♦ ¿Están trabajando como un equipo?
 - ♦ ¿Ha asumido algún miembro de la pareja un rol de líder más que el otro, o participan ambos de manera activa?
 - ♦ ¿Causó la música alguna reacción?
- **Conclusión:**
- Invite las parejas a que contesten las siguientes preguntas:
 - ♦ ¿Cuál piensan ustedes que es el propósito de esta actividad?
 - ♦ ¿Qué observaron acerca de sus parejas?
- Ahora, es probable que todos nos demos cuenta de que la gente comunica de diferentes maneras.
- Vamos a examinar más detenidamente los diferentes estilos de comunicación y la manera en que nuestros estilos naturales pueden afectar nuestras relaciones.

(Pase a la siguiente diapositiva)

Módulos del Programa Para Matrimonios Hispanos Saludables

Estilos de Comunicación



Estilos de Comunicación

Texto Sugerido para el Facilitador:

- Durante esta sección de la presentación, vamos a hablar de cuatro diferentes estilos de interacción:
 - ♦ Conciliador
 - ♦ Complaciente
 - ♦ Prepotente
 - ♦ Cortés y Seguro de Sí Mismo
- *Nota para el Facilitador:* Durante las próximas diapositivas, el facilitador debería pedirle a los participantes que reflexionen sobre la manera en que se relacionaron con sus parejas respectivas durante la actividad del rompecabezas. Pídales que (se) identifiquen el tipo de estilo de comunicación que podrían usar.

Conciliadores

Texto Sugerido para el Facilitador:

- Éstas son las personas que quieren que todos estén contentos y se empeñarán por traer armonía y paz a una relación/familia cuando surge algún conflicto.
 - ♦ A los conciliadores no les gusta el conflicto y tienen tendencia a evitarlo cuando sea posible.
 - ♦ Los conciliadores pueden fácilmente encontrarse en relaciones poco saludables porque les resulta difícil expresar abiertamente sus pensamientos u opiniones porque no quieren crear un conflicto.

Conciliadores...

- Les resulta difícil decir "No"
- Se sienten culpables por decir lo que quieren
- Evitan conflictos

- ♦ Esta naturaleza pasiva también hace que sea más probable que los conciliadores se encuentren (y permanezcan) en una relación poco saludable.
- ♦ Los conciliadores también:
 - Les resulta difícil decir "no".
 - Se sienten culpables por decir lo que necesitan/quieren.
- Este estilo de comunicación es muy común – y no hay nada malo con él; después de todo, ¿qué hay de malo en querer armonía y menos conflicto en una familia? Claro que no hay nada malo en eso, pero si no tienen cuidado, este estilo de comunicación puede enviar el mensaje de que:
 - ♦ "Yo no cuento."
 - ♦ "Te puedes aprovechar de mí."
 - ♦ "Mis pensamientos y sentimientos no son tan importantes como los tuyos."
 - ♦ "No soy nadie; eres mejor que yo."

(Pase a la siguiente diapositiva)

Módulos del Programa Para Matrimonios Hispanos Saludables

Complaciente...

- Les resulta difícil decir "No" porque no quieren ofender a los demás.
- Le conceden demasiada importancia a lo que piensan y dicen los demás
- Les resulta difícil expresar sus propias opiniones



Complacientes

Texto Sugerido para el Facilitador:

- Los complacedores son personas que adaptan muy bien sus opiniones para hacerlas coincidir con aquellas de las personas en su entorno. Su principal estrategia es acomodarse.
 - ♦ A los complacedores no les gusta destacarse o hacer olas. Para ellos, es importante estar de acuerdo con los demás en vez de expresar una idea u opinión diferente.
 - ♦ A los complacedores les importa mucho lo que los demás piensan de ellos.
 - ♦ A los complacedores les resulta difícil decir "no" porque no quieren ofender a los demás.

- ♦ Los complacedores le conceden demasiada importancia a lo que piensan y dicen los demás.
- ♦ A los complacedores les resulta difícil expresar sus propias opiniones.
- Otra vez, este tipo de comunicador es muy común, y no hay nada malo con el hecho de ser un complacedor. Después de todo, ¿qué hay de malo en querer ser agradable y querer ser apreciado por su cónyuge, su familia y sus amigos? Pero si no tienen cuidado, los complacedores pueden enviar el mensaje de que:
 - ♦ "Yo no cuento a menos que seas feliz."
 - ♦ "Mis sentimientos cambian de acuerdo con los tuyos."
 - ♦ "Estoy aquí para hacerte feliz."
 - ♦ "Sólo soy alguien si tu eres feliz."

(Pase a la siguiente diapositiva)

La gente Prepotente...

- Es rígida y no flexible
- Siempre quiere tener la razón
- Quiere ser el jefe



Gente Prepotente

Texto Sugerido para el Facilitador:

- La gente prepotente puede dar la impresión de que siempre:
 - ♦ Quiere tener la razón.
 - ♦ Quiere hacer las cosas de su manera.
 - ♦ Quiere ser el jefe.
- La gente prepotente puede ser muy rígida y nada flexible: "Las cosas se hacen como yo digo y punto" o "It's my way or the highway"
 - ♦ La gente prepotente también puede ser considerada como autoritaria.

- Está bien ser una persona prepotente (al igual que los conciliadores y complacedores) porque esas personas saben lo que quieren y necesitan. Pero el reto es procurar que su estilo autoritario de comunicación no sea considerado demasiado fuerte y envíe el mensaje de que:
 - ♦ "Eres un idiota por pensar de manera diferente que yo."
 - ♦ "Mi opinión es la única que importa."
 - ♦ "Lo que tu quieres no es importante."
 - ♦ "Lo que tu sientes no cuenta."

(Pase a la siguiente diapositiva)

Módulos del Programa Para Matrimonios Hispanos Saludables



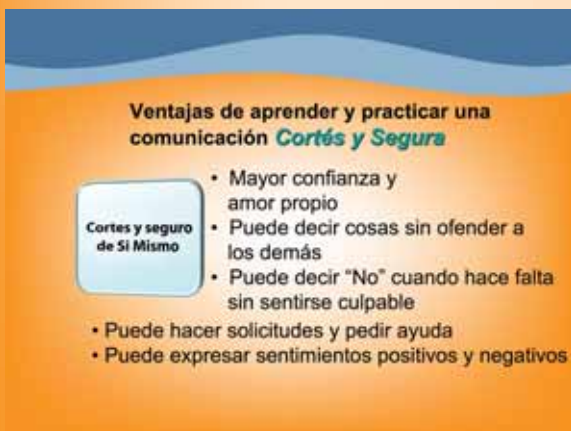
Gente Cortés y Segura de Sí Misma

Texto Sugerido para el Facilitador:

- La gente cortés y segura de sí misma es lo suficientemente autoritaria para expresar su opinión, pero con una actitud lo suficientemente abierta para considerar y valorar las opiniones de los demás.
 - ♦ La gente cortés y segura de sí misma dirige pero también puede seguir.
 - ♦ Toma sus propias decisiones, pero tiene una actitud abierta.
 - ♦ La gente cortés y segura de sí misma asume la responsabilidad por sus acciones (sean buenas o malas).
 - ♦ Expresa sus propios pensamientos, sentimientos y creencias pero escucha a los demás

- El hecho de aprender a ser comunicadores “cortes y seguros de sí mismos” nos ayudará a compartir nuestras propias necesidades de una manera considerada.
- El hecho de aprender a equilibrar nuestros estilos naturales con los rasgos de una persona “cortés y segura de sí misma” puede ayudar nuestras relaciones porque podemos expresarnos de manera sincera y abierta al mismo tiempo que estamos dispuestos a escuchar las opiniones de los demás.
- Para la gente cuyo estilo natural podría ser el de un conciliador o complacido, esto puede parecerles egoísta.
- Y para la gente cuyo estilo natural podría ser el de una persona prepotente, esto puede parecerles débil.

(Pase a la siguiente diapositiva)



Ventajas de Aprender y Practicar una Comunicación Cortés y Segura

Texto Sugerido para el Facilitador:

- El hecho de aprender a comunicarse de una manera cortés y segura aportará muchas ventajas. La gente cortés y segura de sí misma:
 - ♦ Tiene mayor confianza y amor propio.
 - ♦ Puede decir cosas sin ofender a los demás.
 - ♦ Puede decir “no” cuando hace falta sin sentirse culpable.
 - ♦ Puede hacer solicitudes y pedir ayuda.
 - ♦ Puede expresar sentimientos positivos y negativos.
 - ♦ Se preocupa menos por cosas triviales.
 - ♦ Es capaz de iniciar, continuar y terminar conversaciones generales.

- *Pídale a las parejas que den más ejemplos de la manera en que pueden convertir declaraciones de conciliadores o personas prepotentes en declaraciones de una persona cortés y segura de sí misma. Deje un tiempo para que los participantes respondan.*
- *Nota para el Facilitador: Las siguientes diapositivas proporcionarán ejemplos.*

(Pase a la siguiente diapositiva)

Módulos del Programa Para Matrimonios Hispanos Saludables

Practiquemos

Conciliador

Puedo ver esa película si quieres.

Prepotente

Vamos a ver esa película. Sé que te gustará.

Cortés y Seguro de Sí Mismo

(Pase a la siguiente diapositiva)

Practiquemos

Texto Sugerido para el Facilitador:

- Pensemos en la manera en que una persona que normalmente se relaciona como un conciliador o una persona prepotente, puede practicar hacer declaraciones de una manera cortés y segura.
- *El facilitador debería leer los ejemplos en la diapositiva y pedirle a los participantes que den ejemplos de cómo se puede reformular la declaración de una manera cortés y segura (o autoritaria).*

Un ejemplo de la reformulación de la declaración podría ser:

“Me gustaría ver esta película. ¿Te interesa?”

Practiquemos

Conciliador

No creo que nuestra hija debería ser amiga de María. Pero si piensas que está bien, entonces yo también.

Prepotente

¡Nuestra hija no será amiga de María porque así lo he decidido!

Cortés y Seguro de Sí Mismo

(Pase a la siguiente diapositiva)

Practiquemos

Texto Sugerido para el Facilitador:

- Probemos otro...
- *El facilitador debería leer los ejemplos en la diapositiva y pedirle otra vez a los participantes que den ejemplos de cómo se puede reformular la declaración de una manera cortés y segura (o autoritaria).*

♦ *Un ejemplo de la reformulación de la declaración podría ser:*

- *“Hablemos de la amistad de nuestra hija con María. Me preocupa que esto podría afectar negativamente su trabajo escolar.”*

Módulos del Programa Para Matrimonios Hispanos Saludables

Practiquemos el Ser Cortés y Seguro de Sí Mismo

Usando una declaración "Me Siento"

Cuando tu _____ (el comportamiento)

como _____ (cuándo, sea específico)

Me siento _____ (su sentimiento expresado)

Practiquemos el Ser Cortés y Seguro de Sí Mismo

Nota para el facilitador: Esta diapositiva aparecerá en varias partes. Primero aparecerá la línea "Me Siento", luego, cada vez que se hace avanzar la diapositiva, aparecerá cada una de las otras 3 líneas.

Texto Sugerido para el Facilitador:

- Hemos practicado en grupo cómo ser comunicadores corteses y seguros de sí mismos; ahora ustedes tendrán la oportunidad de practicar en pareja.
- Cuando no están seguros cómo decir algo de manera cortés y segura, siempre pueden usar una declaración "Me siento". Esta técnica les permite describir a sus parejas exactamente cómo se sienten o lo que están pensando, de una manera cortés y segura. En otras palabras, ustedes aprenden a expresarse de una manera sincera sin ofender a sus parejas.

- *Nota para el facilitador: Anote los tres pasos sobre un tablero o sobre hojas móviles, o entréguele a los participantes notas que incluyan los tres pasos.*
- Así es cómo funciona:
 - ♦ Ustedes terminan la frase: "Cuando tu..." expresando un comportamiento específico.
 - ♦ Luego, terminan la siguiente frase, "como..." incluyendo un momento determinado cuando se produjo el comportamiento.
 - ♦ El último paso consiste en expresar cómo se sintieron ustedes de una manera respetuosa pero abierta y sincera.

(Pase a la siguiente diapositiva)

Practiquemos el Ser Cortés y Seguro de Sí Mismo

Preste atención a lo bueno

Usando una declaración "Me Siento"

Cuando tu pasas tiempo con la familia (el comportamiento)

como lo hiciste el último fin de semana (cuándo, sea específico)

me hizo sentir realmente como que soy especial e importante para ti (su sentimiento expresado)

Practiquemos el Ser Cortés y Seguro de Sí Mismo, Primer Ejemplo

Nota para el facilitador: Esta diapositiva aparecerá en varias partes. Primero aparecerá la línea "Me Siento", luego, cada vez que se hace avanzar la diapositiva, aparecerá cada una de las otras 3 líneas.

Texto Sugerido para el Facilitador:

- Las declaraciones "Me siento" son una excelente manera de halagar a su pareja y expresar todo lo bueno que usted aprecia y valora acerca de él o ella.
- Examinemos un ejemplo de esto...
 - ♦ Cuando tu **"pasas tiempo con la familia"** como **"lo hiciste el último fin de semana"**, **"me hizo sentir realmente como que soy especial e importante para ti."**

Nota para el facilitador: ponga énfasis en los tres pasos: identifique el comportamiento, cuándo ocurrió el comportamiento, y expresión de su sentimiento.

(Pase a la siguiente diapositiva)

Módulos del Programa Para Matrimonios Hispanos Saludables

Practicemos el Ser Cortés y Seguro de Sí Mismo

Preocupación

Usando una declaración "Me Siento"

Cuando no me llamas para decirme que vas a venir tarde (el comportamiento)

como esta noche (cuándo, sea específico)

me siento asustado y preocupado por tu seguridad (su sentimiento expresado)

Practicemos el Ser Cortés y Seguro de Sí Mismo, Segundo Ejemplo

Nota para el facilitador: Esta diapositiva aparecerá en varias partes. Primero aparecerá la línea "Me Siento", luego, cada vez que se hace avanzar la diapositiva, aparecerá cada una de las otras 3 líneas.

Texto Sugerido para el Facilitador:

- La técnica "Me siento" también puede ser usada cuando ustedes deben compartir algo que les resulte difícil expresar a su pareja (o a cualquier amigo o familiar).
- He aquí un ejemplo de esto...
 - ♦ Cuando **"no me llamas para decirme que vas a venir tarde"** como **"esta noche"**, **"me siento asustado y preocupado por tu seguridad."**
 - ♦ *Nota para el facilitador: otra vez, ponga énfasis en los tres pasos: identifique el comportamiento, cuándo ocurrió el comportamiento, y expresión de su sentimiento.*

(Pase a la siguiente diapositiva)

ACTIVIDAD 3

Escribiendo y Compartiendo Declaraciones "Me Siento"



Actividad #3: Escribiendo y Compartiendo Declaraciones "Me Siento"

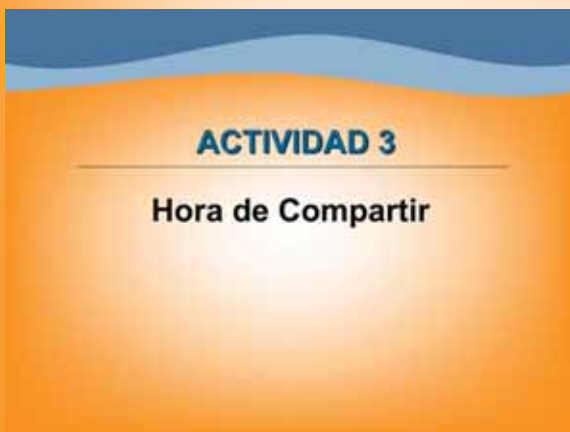
- **Tiempo: 20-25 minutos**
- **Materiales necesarios:**
 - ♦ Notas sobre declaraciones "Me Siento"
 - ♦ Plumas/lápices
- *Nota para el Facilitador: Puede que esta actividad sea emotiva para las parejas cuando éstas compartan sus sentimientos. Requerirá que el facilitador preste particular atención a la dinámica en la aula y haga ajustes basados en la manera en que las parejas responden a la actividad. La actividad está destinada específicamente a ayudar a los participantes a:*
 - ♦ Identificar dos cosas positivas acerca de su pareja.
 - ♦ Notar un motivo de preocupación acerca de su pareja.
 - ♦ Compartir sus declaraciones "Me siento" de manera sincera con su pareja.

Módulos del Programa Para Matrimonios Hispanos Saludables

Texto Sugerido para el Facilitador:

- ¿Cuántos de ustedes han pasado por alto algo que su pareja hizo para ustedes? Claro que sí lo han hecho – todos lo hacemos de vez en cuando.
- Antes de empezar esta actividad, quiero que todos piensen en algunas de las cosas que su pareja hace para ustedes y que ustedes valoran o que los hacen sentir bien.
 - ♦ Puede ser algo pequeño como “ella se sienta a mi lado en la camioneta” o “él siempre que da un beso de despedida cuando se va al trabajo”.
 - ♦ Puede ser algo que ocurre todos los días, como “ella me plancha las camisas” o “él saca la basura”.
 - ♦ Lo importante es enfocar las cosas que son fáciles de pasar por alto.
 - ♦ *Nota para el facilitador: Esta actividad les dará a los participantes la oportunidad de practicar las declaraciones “Me siento”. Anote algunas de éstas sobre un tablero de hojas móviles, una pizarra o un tablero blanco para que las parejas puedan consultarlas durante el resto de la actividad.*
- **Instrucciones para la actividad**
- *Los participantes pueden decidir practicar la escritura de declaraciones “Me siento” (notas proporcionadas) o pueden optar por pensar en declaraciones “Me siento” de acuerdo con las siguientes pautas:*
 - ♦ Piensen en dos declaraciones “Me siento” que reconozcan o halaguen a su pareja por algo bueno o amable que él o ella dijo o hizo.
 - ♦ Escriban (o piensen en) una tercera declaración “Me siento” que trate un motivo de preocupación que ustedes quisieran expresarle a sus parejas respectivas.

(Pase a la siguiente diapositiva)



Actividad #3, continuación: Hora de Compartir

Texto Sugerido para el Facilitador:

- Tómese un minuto con su pareja para encontrar un sitio cómodo en la aula, lejos de los demás.
 - Orienten las sillas de manera que estén cara a cara y decidan quien empezará. Tome la mano de su pareja y exprese una declaración “Me siento” que representa un halago.
 - ♦ Luego, pídale a su pareja que le repita lo que ha oído.
 - Repitan el proceso para que la otra pareja exprese un halago.
 - Luego, expresen la declaración “Me siento” sobre el motivo de preocupación.
 - Otra vez, pídale a su pareja que le repita lo que él o ella ha oído.
- *Pídale a las parejas que procuren no responder ahora mismo a la declaración.*
 - *Pídale a las parejas que alternen sus declaraciones “Me siento”.*
 - *Asegúrese de que los participantes terminen con un halago para terminar el intercambio de declaraciones de una manera positiva.*
 - *Recuérdale a las parejas que se turnen para que les resulte más cómodo compartir y escuchar.*
 - *Pídale a las parejas que compartan cómo fue para ellas la experiencia de usar las declaraciones “Me siento”. Recuérdelas que no den detalles/información específica sobre las declaraciones, ya que puede que no les resulte cómodo a sus parejas compartir esa información con el grupo.*

El grupo ha enumerado otros temas comunes que son discutidos por las parejas. Ahora ha llegado el momento para que cada pareja identifique los temas sobre los cuales hablan con mayor frecuencia y determinen si hay algunas cosas sobre las cuales deberían hablar más a menudo.

Esta actividad está diseñada para ayudar a los participantes a

- Identificar los temas sobre los cuales hablan con mayor frecuencia en la casa
- Identificar los temas sobre los cuales NO hablan
- Ponerse de acuerdo sobre los temas que deberían discutir en la casa

TIEMPO

10 minutos

MATERIALES NECESARIOS

Ninguno

INSTRUCCIONES

Pídale a las parejas que hablen de los siguientes temas:

- ¿Qué descubrieron acerca de los temas sobre los cuales hablan con mayor frecuencia?
- ¿Qué temas importantes no están siendo discutidos?
- ¿Qué temas podrían ayudar su relación a crecer si fueran discutidos más a menudo?
- Las parejas pueden anotar estos temas si quieren

CONCLUSIÓN

- Como ejercicio de tarea, pídale a cada pareja que elija un tema que podría fomentar el desarrollo de su relación y que lo anoten y/o hagan un círculo alrededor del mismo en la lista que han preparado.
- Pídale a las parejas que planeen discutir esta semana el tema que han elegido en pareja.

Módulo 3

Conversando Juntos

Instrucciones para la Actividad

Actividad 2 - Juego de Rompecabezas

La gente comunica de diferentes maneras. Esta actividad les da a las parejas la oportunidad de comunicarse tal como lo harían naturalmente. Más adelante en la presentación, se hará referencia a su interacción durante la actividad, a medida que los diferentes estilos de comunicación son presentados.

NOTA: *Los siguientes objetivos sólo son para referencia por el facilitador y no deberían ser compartidos con las parejas hasta que se haya terminado la actividad.*

OBJETIVOS

Esta actividad está diseñada para:

- *Darle a los participantes la oportunidad de mostrar sus estilos de interacción de una manera natural.*
- *Crear una experiencia sobre la cual los participantes podrán reflexionar más adelante en la presentación, cuando se examinen los diferentes estilos de interacción.*
- *Mostrar la manera en que algunos elementos culturales populares (como la música) pueden influenciar en que nos relacionamos con nuestra pareja/familia.*

TIEMPO

10-12 minutos

MATERIALES NECESARIOS

- Un minirompecabezas por pareja
- Reproductor de CD u otro dispositivo para poner música de fondo (CD player)

INSTRUCCIONES

- Distribuya un rompecabezas a cada pareja.
- Pídale a cada pareja que llenen su rompecabezas juntos, pero no ofrezca otras instrucciones.
- Ponga música mientras los participantes terminan la actividad, pero no les diga nada acerca de la canción o las canciones que usted pondrá. Usted debería poner varias canciones que ilustran los diferentes estilos de comunicación. Un ejemplo de canción que ilustra un estilo de comunicación más inflexible o rígido y demuestra las creencias más tradicionales sobre el comportamiento de los hombres es “El Rey” por José Alfredo Jiménez.

Nota para el facilitador: Mientras las parejas están llenando el rompecabezas, observe lo siguiente:

- ¿Cómo están cooperando las parejas?
- ¿Están trabajando como un equipo?
- ¿Ha asumido algún miembro de la pareja un rol de líder más que el otro, o participan ambos de manera activa?
- ¿Causó la música alguna reacción?

CONCLUSIÓN

Invite las parejas a que contesten las siguientes preguntas:

- ¿Cuál piensan ustedes que es el propósito de esta actividad?
- ¿Qué observaron acerca de sus parejas?

Módulo 3

Conversando Juntos

Instrucciones para la Actividad

Actividad 3 - Escribiendo y Compartiendo Declaraciones “Me Siento”

Los participantes ahora han visto varios ejemplos de la manera de usar las declaraciones “Me siento”. Esta actividad les permite practicar con su pareja de manera que se sientan más cómodos para usar esta técnica en casa.

NOTA: Puede que esta actividad sea emotiva para las parejas cuando éstas compartan sus sentimientos. Requerirá que el facilitador preste particular atención a la dinámica en la aula y haga ajustes basados en la manera en que las parejas responden a la actividad. Se recomienda que, antes de empezar esta actividad, el facilitador pase unos cuantos minutos pidiéndolo a los participantes que den algunos ejemplos de algunas de las pequeñas cosas positivas que los miembros de la pareja hacen el uno por el otro. Estas ideas podrían ser anotadas sobre una pizarra o un tablero de hojas móviles y ayudarán a las parejas a medida que forman declaraciones “Me siento” para halagar a su pareja.

Esta actividad les dará a los participantes la oportunidad de practicar el uso de declaraciones “Me siento”. Está destinada específicamente a ayudar a los participantes a:

- Identificar dos cosas positivas acerca de su pareja.
- Notar un motivo de preocupación acerca de su pareja.
- Compartir sus declaraciones “Me siento” de manera sincera con su pareja.

TIEMPO

20-25 minutos

MATERIALES NECESARIOS

Notas de Declaraciones “Me siento”

Plumas/Lápices

INSTRUCCIONES

Los participantes pueden decidir practicar la *escritura* de declaraciones “Me siento” (notas proporcionadas) o pueden optar por *pensar en* declaraciones “Me siento” de acuerdo con las siguientes pautas:

- Piensen en dos declaraciones “Me siento” que *reconozcan* o *halaguen* a su pareja por algo bueno o amable que él o ella dijo o hizo.
- Escriban (o piensen en) una tercera declaración “Me siento” que trate un *motivo de preocupación* que ustedes quisieran expresarle a sus parejas respectivas.

INTERCAMBIO

- Pídale a cada pareja que se turnen expresando sus declaraciones “Me siento”. No se olvide de decirle a los participantes que incluyan el *motivo de preocupación* en el medio para terminar el intercambio de declaraciones de una manera positiva con un halago.

CONCLUSIÓN

Pida voluntarios para que compartan cómo fue para ellos la experiencia de usar las declaraciones “Me siento”.

Practicando las Declaraciones “Me Siento”

Halago

Cuando tu _____
(el comportamiento)

como _____
(cuándo, sea específico)

me hizo sentir _____
(su sentimiento expresado)

Motivo de Preocupación

Cuando tu _____
(el comportamiento)

como _____
(cuándo, sea específico)

me hizo sentir _____
(su sentimiento expresado)

Halago

Cuando tu _____
(el comportamiento)

como _____
(cuándo, sea específico)

me hizo sentir _____
(su sentimiento expresado)

Referencias

- Bem, S. L. (1981). Gender schema theory: A cognitive account of sex-typing. *Psychological Review*, 88, 354-364.
- Berry, J. W., Poortinga, Y. H., Segal, M. H. & Dasen, P. R. (1992). Cross cultural psychology: Research and applications. Cambridge, England: Cambridge University Press.
- Bronstein & Quina, K. (1988). Teaching a psychology of people: Resources for gender and sociocultural awareness. American Association of Psychology: Washington, D.C.
- Díaz Guerrero, R. (1994). Psicología del Mexicano: Descubrimiento de la Etnopsicología. 6ª edición. México: Trillas.
- Díaz Guerrero, R. y Díaz Loving, R. (1997). Personality across cultures (revised). En: L. Adler y Yu Gielen (Eds). *Cross-Cultural Topics in Psychology*. Praeger: London.
- Díaz Loving, R. y Draguns, J. (1999). Socioculture. Meaning and Personality in Mexico and in the United States. En Y. T. Lee, C. McCauley y J. Draguns. (Eds). Personality and person perception across cultures. Lawrence Erlbaum Associates Publishers: New Jersey, London.
- Díaz Loving, R. (1998). Contributions of Mexican Ethnopsychology to the resolution of the etic-emic dilemma in personality. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 28 (5), 104-118.
- Díaz Loving, R. Rivera Aragón, S. y Sánchez Aragón, R. (2001). Rasgos instrumentales (masculinos) y expresivos (femeninos) normativos (típicos e ideales) en México. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 33 (2), 131-139.
- Díaz Loving, R., Díaz Guerrero, R., Helmreich, R. y Spence, J. (1981). Comparación transcultural y análisis psicométrico de una medida de rasgos masculinos (instrumentales) y femeninos expresivos. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 1 (1), 3-37.
- Díaz Loving, R. (2002). A bio-psycho-socio-cultural approach to couple relationships. En C. Voh Hofsten y L. Backman (Eds.) *Psychology at the turn of the millenium, 2: Social, Developmental and Clinical Perspectives*, 361-392. United Kingdom: Taylor & Francis Group: Psychology Press.

- Díaz Loving, R. y Sánchez Aragón, R. (2002). *Psicología del amor: Una visión integral de la relación de la pareja*. México: Miguel Angel Porrúa.
- Díaz Loving, R., Andrade, P. P., Muñiz, A. y Camacho, V. M. (1986). Percepción de aspectos positivos y negativos en la interacción de la pareja: Reacción y consecuencias. *Psicología Social en México*, 1, 267-371. México: AMEPSO
- Estrella, N. R. (1991). *Comunicación Marital y Estilos de Comunicación: Construcción y Validación*. Tesis de doctorado no publicada. México: UNAM.
- Flores, G. y Díaz Loving, R. (2002). Asertividad: Una alternativa para el óptimo manejo de las relaciones interpersonales. Universidad Autónoma de Yucatán- Porrúa (Eds.). ISBN 970-701-302-8. 127pgs
- Herskovits, M. J. (1952) *Man and his works*. New York: Knopf.
- Matud, A. P., Rodríguez, W. C., Manerro, C. (2002). *Psicología del género: implicaciones en la vida cotidiana*. Madrid: Biblioteca Nueva.
- Sánchez Aragón y Díaz Loving (2003). Patrones y estilos de comunicación de la pareja: diseño de un inventario. *Anales de Psicología*, 19 (2), 257-277.
- Triandis, H. C. (1994). *Culture and social behavior*. USA: McGraw Hill.



The Annie E. Casey Foundation



U.S. Department of Health and Human Services
Administration for Children and Families
Office of Family Assistance