

	COMUNICATE, ANALIZA Y REACCIONA	Módulo 1
		GUÍA Nº5
	¿Qué harías si tuvieras tiempo de sobra?	Tiempo: 1h

Guía #5

- Nombre: ¿Qué harías si tuvieras tiempo de sobra?
- Tiempo: 1h
- Momento 1: Conozcamos la guía
 - **Objetivo:** Promover la importancia del tiempo de calidad en familia para sus integrantes por medio de actividades reflexivas que permitan exponer la necesidad de estas para un ambiente familiar sano.
 - **Competencias:**
 - Comprende la importancia del tiempo de calidad dentro de la familia.
 - Reflexiona sobre las consecuencias positivas que traen consigo generar espacios de calidad y armonía dentro de las familias.
 - Entiende a la familia como un lugar seguro en donde debe sentir un ambiente de paz y armonía.
 - **Tema:** Tiempo de Calidad en Familia
- Momento 2: Reflexionemos
 - Se invita a los familiares a tomarse unos minutos para revisar el video: Cuando las familias suman tiempo ganamos todos: por una conciliación real YA. Realizado por la UNICEF España en 2020, el cual aborda la temática sobre el tiempo de calidad en familia, por ende, aporta una eficaz apertura al inicio de esta guía.

Figura 1.

	COMUNICATE, ANALIZA Y REACCIONA	Módulo 1
		GUÍA Nº5
	¿Qué harías si tuvieras tiempo de sobra?	Tiempo: 1h

Calidad de tiempo e impacto en familias.



Nota. Tomado de UNICEF España en (2020) Cuando las familias suman tiempo ganamos todos: por una conciliación real YA. Link: <https://www.youtube.com/watch?v=XOixTqQVyaA>

○ Momento 3 Aprendiendo y reconociendo

▪ **Conceptualización:**

- **Familia:** la unión de personas que comparten un proyecto vital de existencia en común que se requiere duradero, donde se generan fuertes sentimientos de pertenencia a dicho grupo, existe un compromiso personal entre los miembros y se establecen intensas relaciones de intimidad, reciprocidad y dependencia. (López y Guimaro, 2016)
- **Roles familiares:** El ROL se refiere a las expectativas y normas que un grupo social (en este caso la familia) tiene con respecto a la conducta de la persona que ocupa una posición particular, incluye actitudes, valores y comportamientos adscritos por la sociedad a todo individuo que se ubique en ese lugar específico de la estructura familiar.
- Toda posición trae consigo una serie de funciones que definen el papel a cumplir dentro de la familia, así tenemos que cada posición tiene un rol asociado, el cual

	COMUNICATE, ANALIZA Y REACCIONA	Módulo 1
		GUÍA Nº5
	¿Qué harías si tuvieras tiempo de sobra?	Tiempo: 1h

está circunscrito por un conjunto de normas que se aplican a quien ocupe un lugar particular de la estructura familiar. De este modo se definen el comportamiento entre los individuos en cada posición (padres e hijos), indicándoles lo que está permitido o no. Aunque los roles presentan diferencias dentro de cada familia, todas tienen expectativas, tácitas o expresas, respecto al papel que deben asumir sus miembros. (Elena, 2021)

- **Tiempo de calidad en familia:** Stoner (1996) define al equipo como personas que interrelacionan con el propósito de lograr un objetivo común. Koontz & Weihrich (1998) conceptualizan al equipo como un número reducido de personas con destrezas que se complementan entre si comprometidas con un mismo objetivo, una serie de metas de desempeño y un método de trabajo del cual son solidariamente responsables. (Alanis et al., 2017).

○ Momento 4: Construyamos entre todos

▪ **Actividad 1**

- ¿Qué tanto compartes con tu familia?
- Por medio de un cuestionario previamente entregado a los participantes, estos tendrán que responder con sinceridad cada una de ellas.
- Preguntas:
 - ¿Qué tiempo dedicas para fomentar la unión familiar?
 - ¿Cómo empleas tu tiempo libre?
 - ¿Estas conforme con la forma en que compartes tu tiempo libre?
 - ¿Cómo podrías planificar tu tiempo para compartir mejor en familia?

	COMUNICATE, ANALIZA Y REACCIONA	Módulo 1
		GUÍA N°5
	¿Qué harías si tuvieras tiempo de sobra?	Tiempo: 1h

- Estas respuestas podrán ser compartidas con los demás participantes o guardar la reflexión para cada uno; lo importante aquí es que se realicen compromisos para mejorar dentro de las falencias que pueden ser encontradas dentro de la autorreflexión.

▪ **Actividad 2**

- ¿Qué tanto conoces a tu hijo?
- Responde las siguientes preguntas sí conoces su respuesta, sino continua con la siguiente:
 - ¿Cuál es el color preferido de tu hijo o hija?
 - ¿Cómo se ve en 10 años?
 - ¿Cuál es su animal favorito?
 - ¿Qué hace en su tiempo libre?
 - ¿Cuál es su sueño más grande en la vida?
 - ¿Cuál es el valor que caracteriza a tu hijo?
 - ¿Qué hizo tu hijo después del trabajo?
 - ¿Cuál es la actividad favorita de tu hijo?
- Por medio de estas preguntas se quiere reflexionar sobre el tiempo de calidad que se convive con los hijos y además que tanto conocen a sus hijos; en tal caso que la mayoría de las preguntas no puedan ser respondidas, este resultado es para motivar a los familiares a ser parte de la vida de sus hijos e interesarme más sobre ellos.

▪ **Actividad 3**

	COMUNICATE, ANALIZA Y REACCIONA	Módulo 1
		GUÍA Nº5
	¿Qué harías si tuvieras tiempo de sobra?	Tiempo: 1h

- En acompañamiento al refuerzo del tiempo de calidad en familia, se propone exponer estos tres tips a los familiares, cada uno abierto a la discusión y a los acuerdos; en pro de un foro abierto para la participación de cada uno de los participantes.

Figura 2.

Tiempo de calidad: Tips para conseguirlo.



Nota. Tomado de Educando, J. y. (2019, abril 1). ACTIbrilDADES!!!! Jugando y educando en Navarra. <http://www.jugandoyeducando.es/actibrildades/>

- Momento 5: Lo que aprendimos y desaprendimos
 - **Reflexión Final:** Uno de los puntos más esencial dentro de la guía será la reflexión final, aquí se abordará la temática vista durante la guía, los puntos positivos que resaltaron dentro de la implementación de esta y los puntos para construir y en forma de cierre, se incita a la reflexión desde los participantes por medio de una lluvia de ideas, comentarios y aportes en donde se abra el espacio para sus perspectivas frente a la temática desarrollada.

Bibliografía

	COMUNICATE, ANALIZA Y REACCIONA	Módulo 1
		GUÍA Nº5
	¿Qué harías si tuvieras tiempo de sobra?	Tiempo: 1h

- TALLER 9 EL TIEMPO EN FAMILIA - simuladorescdeflia. (s/f). Google.com.
Recuperado el 31 de enero de 2023, de
<https://sites.google.com/site/simuladorescdeflia/taller-9-el-tiempo-en-familia>