

# ¿Te suena familiar?

TALLERES PARA TRABAJAR CON FAMILIAS



Contenidos de este cuaderno:

- El Día que me Convertí en Papá o Mamá
- Compartir Responsabilidades en la Crianza

# cuatro



# ¿Te suena familiar?

TALLERES PARA TRABAJAR CON FAMILIAS

# ¿Te suena familiar?

*Registro de Propiedad Intelectual 159.174  
ISBN-13: 978-92-806-4113-4  
ISBN-10: 92-806-4113-1  
Noviembre de 2006  
Andros Impresores  
2.500 ejemplares*

*Publicación elaborada por Francisca Morales  
con colaboración de Jorge Varela y Sabine  
Romero  
Diseño e ilustraciones: Geraldine Gillmore*

*Agradecemos la Colaboración de:  
Centro de Investigación y  
Desarrollo de la Educación (CIDE)  
Servicio Nacional de la Mujer (SERNAM)*

*Los textos de esta publicación  
pueden ser utilizados citando la fuente*

*Esta publicación está disponible en  
[www.unicef.cl](http://www.unicef.cl)*

# ¿Te suena familiar?

## Índice General

### Índice de Temas

#### Cuaderno 1

Cartilla para los Facilitadores  
Dinámicas y Juegos

#### Cuaderno 2

Empezar a Conocernos  
Qué Aprendimos

#### Cuaderno 3

La Historia Familiar  
La Familia que Hemos Construido

#### Cuaderno 4

El Día que me Convertí en Papá o Mamá  
Compartir Responsabilidades en la Crianza



#### Cuaderno 5

Desarrollo y Derechos de Niños y Niñas  
Cada Hijo, un Nuevo Desafío

#### Cuaderno 6

Aprender a Resolver Nuestros Conflictos  
Padres: ¿Amigos o Autoridad?

#### Cuaderno 7

La Comunicación en Familia  
Expresar los Sentimientos

#### Cuaderno 8

Los Temas Difíciles de Hablar  
La Televisión en Familia



# ¿Te suena familiar?

El Día que me Convertí  
en Papá o Mamá

## Revivir las emociones de la llegada del primer hijo

**E**n este módulo se trabajarán las primeras vivencias en torno a la paternidad y maternidad. Sabemos que el momento de la vida y los contextos en que cada uno se hace padre o madre son muy diversos. Ese primer momento de la relación madre-hijo o padre-hijo tiene una influencia importante en cómo se enfrenta esta experiencia en adelante.

Esperamos que a través del ejercicio de revivir las emociones de la llegada del primer hijo, los padres puedan revisar su experiencia entre ese punto de partida y dónde se encuentran hoy.





Nuestro  
tema  
de hoy

## La llegada de un hijo

**U**na de las experiencias más significativas y transformadoras que un hombre y una mujer pueden vivir es el hecho de convertirse en papá o mamá. La crianza de un niño o niña supone uno de los desafíos más importantes en la vida de las personas, dada la responsabilidad que ésta implica y porque educar a un ser humano es algo que se aprende en el camino. O, dicho de otro modo, ser padres o madres es algo que se aprende mientras se vive.\*

Criar un hijo es una experiencia llena de emociones, donde muchas personas viven por primera vez el sentimiento del amor gratuito y la entrega total sin esperar recompensa. Ver crecer a un hijo, verlo aprender y madurar, responder a nuestros estímulos, verlo buscarnos cuando tiene pena, son experiencias difíciles de transmitir en palabras, porque tocan lo más profundo de los sentimientos humanos.

La llegada del primer hijo marca un hito en nuestra historia de vida. Convertirse en padre o madre es un cambio cualitativo en el ciclo vital de las personas porque implica un cambio en la vida, en los hábitos, en las responsabilidades, e incluso, en las formas de mirar el mundo. Las prioridades de antes cambian y lo que era más importante puede pasar al último lugar, con tal de darle al hijo lo que necesita.

Sin embargo, los sentimientos que se viven no son sólo positivos. La paternidad y maternidad también llegan con ansiedades, temores, incluso a veces con sentimientos de rabia e impotencia.



\* En adelante, al hablar de padre o madre, se incluye tanto a quienes lo son en forma biológica como adoptiva.

***El gran impacto emocional que provoca en toda persona el nacimiento de un hijo es una experiencia que cuestiona, desafía, interroga y transforma a quien asume vivirla.***

Las situaciones en que cada persona llega a ser padre o madre son muy diferentes. Hay hijos que llegan después de largo tiempo de espera, otros en forma imprevista. Algunos niños nacen de una relación estable y afectuosa de dos personas, otros son fruto de una relación pasajera, e incluso no conocerán a su padre. Algunos hijos llegan a través de la procreación biológica, otros a través de la adopción.

Lo que pareciera que sí es común dentro de esta diversidad de situaciones, es el gran impacto emocional que provoca en toda persona el nacimiento de un hijo. Es una experiencia que cuestiona, desafía, interroga y transforma a quien asume vivirla.

Para efectos de este taller, entenderemos la llegada del primer hijo en un sentido amplio, como una experiencia que ocurre ya sea a través de la unión biológica de dos personas o a través de la adopción de un niño o niña. Al recorrer las etapas de la llegada de un hijo en este módulo, es importante mantener presente estos

dos tipos de experiencia. Inicialmente se trabajará sobre la vivencia de la gestación biológica, sin embargo, a partir del nacimiento del niño o niña, los contenidos son igualmente válidos para ambas formas de paternidad.

Detengámonos entonces a reflexionar cómo se vive este proceso de asumir un nuevo rol en la vida: ser papá o mamá.

## **Convertirse en padre y madre, un desafío compartido**

### **¡Estamos esperando un hijo!**

El primer momento clave de la llegada de un hijo ocurre cuando se sabe que se va a ser padre o madre. Este es un momento en que surgen miles de emociones, preguntas y una gran incertidumbre.



Durante el tiempo de espera del hijo o hija se va desarrollando un proceso de creciente conciencia de lo que este cambio va a significar en la vida. Es esperable que las emociones sean diferentes: momentos de gran excitación y entusiasmo, junto a otros de ansiedad y temor.

*Se sabe que los niños en gestación están en relación con el mundo externo desde muy pequeños, y existen diversas evidencias de esto.*

Durante el embarazo ocurre que los futuros padres se van preparando mentalmente para lo que creen que significa este nuevo rol. Entre los temas que preocupan están: la salud de la guagua, cómo generar ingresos suficientes para mantenerla, qué pasará con los otros proyectos que se tenían contemplados.

Asimismo, mientras el niño está en gestación, es también un momento especial para el inicio de la relación padre e hijo. Es desde este momento que se inicia el proceso de creación del vínculo o relación afectiva entre ambos.

Se sabe que los niños en gestación están en relación con el mundo externo desde muy pequeños, y existen diversas evidencias de esto. Por ejemplo, reconocen el día y la noche y escapan de la luz. Son capaces de escuchar desde la semana 25 de gestación, por lo que pueden reconocer las voces de los padres y, si se les cuenta un cuento repetidamente, lo pueden diferenciar después de nacer. La música



que prefieren depende un poco de su temperamento y de lo que escuche la madre, pero se sabe que les disgusta el rock pesado y prefieren algo suave como Mozart, que tiene una cadencia semejante a un corazón adulto tranquilo.

Desde el útero los niños son capaces de percibir los estados anímicos de las madres a través de una sustancia llamada "catecolamina" que circula entre ambos, y también por la frecuencia cardíaca de su mamá.

En el último trimestre del embarazo, los padres pueden empezar a comunicarse con su hijo al tocarlo, y sentir las respuestas físicas como las pataditas. La hora ideal para ese intercambio es al despertarse la mamá en la mañana.

La relación con un hijo también se profundiza cuando tenemos la oportunidad de verlo a través de las ecografías o de escuchar los latidos del corazón en los controles. Es importante

que la mamá y el papá compartan estas experiencias que los van acercando afectivamente a ese hijo que va a nacer.

### **Parto: ¡llegó la hora!**

Un segundo momento crucial del proceso de convertirse en padre y madre es el parto; la concreción de un período largo de preparación, anhelos y ansiedades. En términos muy generales se puede decir que cuando nace el niño o niña impone a los padres el sentido concreto y real de aquellos cambios que hasta ahora habían imaginado que ocurrirían.

Vivir el parto de un hijo es probablemente una de las emociones más intensas en la vida. De ahí la importancia de abrir la posibilidad a los hombres de participar en este precioso e íntimo momento de la llegada de su hijo al mundo.



*Los cuidados que un recién nacido demanda implican un cambio concreto, real, palpable, que hace evidente la transformación en la vida de cualquier persona.*

Asimismo, se ha visto que para la mujer es importante tener a alguien afectivamente cercano durante el proceso de parto. Cuando el padre de la guagua no puede estar presente, es bueno que la madre elija a otra persona cercana para que la acompañe en ese momento.

### **Ser padres: un desafío compartido**

Los cuidados que un recién nacido demanda implican un cambio concreto, real, palpable, que hace evidente la transformación en la vida de cualquier persona. El niño está ya en el mundo, ha salido del vientre de la madre, llora, ríe, necesita y, por lo general, es la madre quien se hace cargo de satisfacer la mayor parte de sus demandas.

Por muchos años, el peso de la historia y las tradiciones han establecido un ejercicio estereotipado de los roles de mujeres y hombres en nuestra sociedad. Esto significa que se considera normal que los hombres asuman la tarea de proveer el sustento a la familia, mientras que la

mujer se encarga del cuidado afectivo y la protección cotidiana del niño o niña. Sin embargo, esos modelos están siendo poco a poco modificados y muchas mujeres también son proveedoras, mientras algunos hombres se han ido incorporando más a la crianza de los hijos.

Los expertos del desarrollo y la psicología han hecho especial énfasis en el rol de la madre en el desarrollo infantil, situándola como la gran responsable del cuidado y crianza de los hijos o hijas. Sin embargo, distintos estudios demuestran que si bien es esencial la presencia de la figura materna, también lo es la presencia activa del hombre en todos los espacios de crianza.

Para los niños la presencia física y el sentimiento de ser queridos por su padre es de enorme importancia, tanto para su desarrollo afectivo como para el desarrollo de su identidad y forma de relacionarse con otros. Es necesario estimular a los hombres a participar más de la crianza de los hijos desde las primeras etapas del desarrollo, con acciones concretas que pueden parecer pequeñas, pero son significativas, como mudar o sacarle los flatitos a la guagua. Otra tarea importante del padre en este período es acompañar a los hermanos y apoyarlos; no es fácil la llegada de un nuevo integrante a la familia.

## La llegada del primer hijo en el ciclo vital de la familia

### **Primer desafío: compatibilizar ser padres con ser pareja**

Cuando la llegada del primer hijo ocurre en el contexto de una relación de pareja, uno de los desafíos que se presentan es poder compatibilizar el ser padres con ser pareja. Durante el primer tiempo de la crianza es tan grande el cambio de rutinas, de horarios, el cansancio y a la vez la admiración, que toda la atención se focaliza en el recién nacido y los espacios para la relación de pareja son mínimos o nulos.

Poco a poco, a medida que el recién nacido empieza a tener rutinas, a



*El distanciamiento de la pareja en esta etapa de la vida familiar puede ser una fuente importante de conflictos.*

dormir mejor, la pareja puede volver a reencontrarse, darse espacios de tranquilidad y retomar su vida sexual. Sin embargo, a veces esto demora en ocurrir porque ambos padres, aunque especialmente la madre, concentran sus energías y tiempo en las tareas que demanda un hijo/a en sus primeros meses de vida.

Superar este obstáculo no es menor, ya que el distanciamiento de la pareja en esta etapa de la vida familiar puede ser una fuente importante de conflictos.

**Segundo desafío: compatibilizar vida familiar con vida laboral**

Otro desafío de este tiempo es compatibilizar la vida familiar con la vida laboral, desafío que actualmente es para hombres y mujeres. ¿Cuánto tiempo dedicarle al trabajo remunerado? ¿Quién va a cuidar al niño mientras estamos fuera de la casa? Estas y otras son interrogantes propias de esta etapa que la pareja debe resolver.

Por todo lo anterior, las parejas o personas que viven la llegada de un hijo requieren de una gran dosis de flexibilidad

y comprensión mutua. Hay personas que intentan mantener la vida igual que antes, pero esta situación no es sostenible por mucho tiempo, dado el nivel de demanda que significa criar un hijo.

Los temas aquí expuestos son una muestra de las posibles experiencias que pueden haber vivido los padres y madres al llegar su primer hijo o hija. Mucho de lo descrito les va a sonar familiar, pero, como se señaló en un comienzo, cada cual tiene su propia vivencia, recuerdos positivos y negativos que durante la sesión del taller pueden ir contando. Como facilitadores, es probable que también recordemos las propias vivencias de la infancia, la presencia o ausencia de los padres, la llegada del primer hijo.

Lo importante es acoger esas experiencias de padres y madres, ayudarles a contactarse nuevamente con los sentimientos que les provocó la llegada del primer hijo, dando cabida tanto a lo positivo de esta vivencia como a los dolores y dificultades.

También es importante revisar con ellos cómo fue o está siendo su capacidad de adaptar la vida familiar y de pareja a la llegada de un nuevo hijo, sin dejar de lado o anular ninguno de esos aspectos.

## La adopción: otra forma de convertirse en papá y mamá

La experiencia de un nuevo hijo desde el momento que éste llega a la familia es muy semejante para quienes viven la paternidad biológica y para quienes la viven a través de la adopción. Sin embargo, es importante tener en cuenta algunos aspectos de esta última experiencia de paternidad.

Existen familias que toman la decisión de adoptar un niño, aun cuando ya han tenido sus propios hijos biológicos. Otras parejas lo hacen cuando uno de los dos, o ambos, se encuentran imposibilitados de procrear.

Cuando la adopción ocurre en el contexto de la infertilidad, las parejas han vivido un proceso largo y desgastador de exámenes e intentos fallidos, los que con frecuencia producen tensiones en la relación. En ciertas oportunidades, las parejas cuentan con apoyo u orientación psicológica que le ayudan a superar esta etapa. Sin embargo, asumir la imposibilidad de engendrar un hijo implica un duelo que requiere de tiempo para que las emociones aparezcan, se vivan y se resuelvan.



Cuando finalmente se decide y se concreta la adopción, los sucesos cotidianos de la maternidad y paternidad, y los cuestionamientos sobre la crianza son los mismos. Sin embargo, un aspecto particular de la crianza en adopción es el manejo de la información de esta situación, tanto con el niño como con el resto de las personas que rodean a la familia.

En relación con el hijo, existe evidencia de que es bueno que los niños y niñas sepan desde pequeños que han sido adoptados, porque de esta manera el vínculo con sus padres adquiere una dimensión donde la confianza juega un rol fundamental y potencia el vínculo afectivo, basado en la verdad.

Si bien no existen fórmulas de cuándo es necesario manifestarle a los niños y niñas que han sido adoptados, se sabe que hablar del tema en forma espontánea fortalece el vínculo entre padres e hijos. Mientras la adopción sea tratada con naturalidad y se generen espacios en distintos escenarios de la vida cotidiana

en que el tema esté presente, más fácil será para los niños comprender y aceptar naturalmente el hecho de no haber nacido de la “guatita de la mamá”, sino que haber llegado de otra forma a ser hijo o hija de esos padres.

Al igual que con el nacimiento de un hijo, esta forma de convertirse en papá o mamá supone un cambio importante en la vida. En este sentido, es bueno que frente a esta nueva etapa de la vida los nuevos padres puedan contar con el apoyo de personas significativas o cercanas para compartir las inquietudes de ser un padre adoptivo.

Si esta experiencia le suena familiar a alguien del grupo, es bueno darle el espacio para hablar del tema durante el desarrollo del taller.

## En síntesis

- ◆ **Toda niña y niño que nace tiene derecho a ser recibido con el corazón y los brazos abiertos.**
- ◆ **Necesita que esos brazos y manos lo cuiden, nutran, abriguen, consuelen, muden y bañen, con el cariño que alimenta su confianza y seguridad.**
- ◆ **La llegada de un hijo o hija cambia la vida de la mujer y del hombre. Pueden aparecer dudas, preguntas y sentimientos de alegría, temor, curiosidad o inquietud, importantes de compartir.**

### Bibliografía

“El Desarrollo y Formación de los Hijos e Hijas desde la perspectiva del Padre”, Francisca Morales. Documento de Trabajo, CIDE, 2001.

“Adopción: Realidad y Desafíos”, Ximena Azócar y Ximena Calcagni (Editoras). Editorial Tiberiades, 2000.

“Nacer el siglo XXI. De vuelta a lo Humano. Humanización del proceso reproductivo mujer-niño-familia”, MINSAL- Universidad de Chile, 2001.

“Los Padres Adolescentes Jóvenes. Hombres Adolescentes y Jóvenes frente al embarazo y nacimiento de Hijo/a”, José Olavarría y Rodrigo Parrini. UNICEF - FLACSO, 1999.



## Objetivos para esta sesión

Se espera a través de esta sesión que los participantes sean capaces de:

- ◆ Descubrir aspectos de la propia historia y de su contexto relacionados con la llegada del primer hijo.
- ◆ (Re)descubrir las diferentes emociones que vivieron con la llegada de su primer hijo.
- ◆ Reflexionar en torno a los cambios que significó en la vida de cada uno la llegada de un hijo, y cómo logró adaptar su vida a ellos.
- ◆ Incorporar la experiencia de la adopción como otra forma de convertirse en papá y mamá.



## Actividades para la sesión de hoy

### Materiales a usar en la sesión

- ◆ Relatos de experiencias de paternidad (anexo 1 y 2).
- ◆ Recuadros de la cuna (anexo 3).
- ◆ Hojas blancas y lápices.
- ◆ Papelógrafos y plumón.
- ◆ Scotch.
- ◆ Fotocopias de la hoja “Hoy conversamos sobre...”

¿Tengo todo lo que necesito?



## Actividad inicial (20 minutos)

**P**ara iniciar las actividades de hoy se sugiere al facilitador recoger comentarios sobre la sesión anterior, tomando las ideas, reflexiones o preguntas que hayan surgido en relación con los temas tratados.

Es importante darse un tiempo al comienzo para comentar cómo les fue con la tarea, qué aprendieron de ella, o si fue muy difícil hacerla.

Luego se sugiere hacer una breve presentación del tema de hoy.



## Actividad principal (45 a 60 minutos)

**E**l objetivo de esta actividad es que los participantes puedan descubrir aspectos de la propia historia personal y de su contexto, relacionados con la llegada del primer hijo o hija, como también descubrir las diferentes emociones (positivas y negativas), desde el embarazo hasta el nacimiento.

La actividad pretende también reflexionar en torno a las transformaciones que significó en la vida de cada uno la llegada de ese hijo, y qué cambios realizaron para adaptarse a ellas.

Se sugiere hacer grupos separados de hombres y mujeres.

## Había una vez... (40 minutos)

Una vez conformados los grupos, el facilitador puede leer uno de los textos que cuenta la experiencia de un padre frente a la llegada de su primer hijo. También es posible que el facilitador cuente su propia vivencia de ese momento de la vida.

Terminado el texto o testimonio personal se invita a trabajar en grupo y cada participante podrá relatar la historia de la llegada del primer hijo en forma de cuento. Para eso cada uno deberá partir con “Había una vez...” y contar aspectos de esa parte de sus vidas.



Ojalá haya un secretario por grupo que pueda ir tomando nota de los cuentos o de sus aspectos principales.

Si el grupo quiere ideas para armar su cuento se le puede sugerir los siguientes temas:

- ◆ **¿Cómo se enteraron que iban a ser papás o mamás?**
- ◆ **¿Cómo eran sus vidas en ese momento?**
- ◆ **¿Qué sensaciones y emociones recorrieron su cuerpo al enterarse de la noticia?**
- ◆ **¿Cómo fueron los nueve meses de embarazo? Si hubo adopción, ¿cómo fue el proceso?**

- ◆ **¿Cómo fue la relación de pareja durante este tiempo?**
- ◆ **¿Qué sintieron con el nacimiento o llegada de su hijo(a)?**
- ◆ **¿Qué cambios significó para sus vidas? Cuenten sensaciones positivas y negativas.**
- ◆ **¿Quiénes estuvieron presentes en el parto?**
- ◆ **¿Es importante que esté también el padre?**
- ◆ **¿Qué significa para ustedes ser papá o mamá?**

Las similitudes y diferencias de los relatos pueden establecerse oralmente y sin lectoescritura. Esto requiere que en el plenario el facilitador guíe la conversación con preguntas que establezcan diferencias y similitudes.

Posteriormente cada grupo expone al resto los principales contenidos tratados en el trabajo grupal. Se sugiere al facilitador apuntar la información en un papelógrafo, para que al final se comparen ambas columnas y se comenten las similitudes y diferencias de la experiencia entre hombres y mujeres.

Es importante que los participantes reflexionen sobre la influencia que tiene en nosotros la cultura en que vivimos y cómo influye en la forma en que hombres y mujeres vivimos la llegada del primer hijo.

## Actividad alternativa

### Construyendo una cuna (20 minutos)

**E**l objetivo de esta actividad es reflexionar en torno a la llegada del primer hijo, identificando las emociones surgidas en ese momento, desde la concepción hasta el nacimiento. Pretende también identificar los cambios que significó este evento en la vida de la pareja.

El facilitador divide a los participantes en cinco grupos. A cada grupo se le pide que comente, y después transcriba sus reflexiones y aprendizajes en un recuadro que se les entregará. Cada recuadro tiene la forma de un pedazo de cuna, al estilo de rompecabezas (el facilitador debe procurar tener recortados los recuadros).



Preguntas:

- ◆ ¿Cómo me enteré del embarazo?
- ◆ ¿Qué sentí cuando supe que iba a ser papá?
- ◆ ¿Cómo cambió mi vida al nacer mi hijo?
- ◆ ¿Qué cosas obtuve?
- ◆ ¿Qué cosas tuve que dejar de hacer al convertirme en papá o mamá?
- ◆ ¿Qué significa para mí ser papá o mamá?

Una vez que todos hayan terminado, se le pedirá a cada grupo que pase adelante y que, a medida que construye la cuna, pegando el pedazo que le corresponde, comente la reflexión que puso en cada recuadro.

A medida que se va construyendo la cuna, el facilitador entrega información contenida en el módulo.

## Tarea para la casa

**L**a tarea para la casa consistirá en compartir con su hijo mayor, o con alguien significativo, lo que descubrió hoy en el taller en relación a su experiencia de haberse convertido en papá o mamá.



## Evaluando la sesión (10 minutos)

**P**uede elegir entre dos técnicas a través de las cuales los miembros del grupo evalúan la sesión:

- ◆ “Luz Relámpago” : consiste en que con un objeto en la mano (un muñeco, una piedra u otro) cada persona del grupo responde en una frase a la pregunta ¿qué aprendí hoy? o ¿de qué me pude dar cuenta en la sesión de hoy? Luego, le pasa el objeto a la persona que está a su lado, quien también da su respuesta, hasta terminar cuando cada persona del grupo haya hablado.
- ◆ “La copucha” consiste en ubicar dos sillas frente al grupo, en que se sientan duplas o tríos de participantes que actúan como amigas o amigos, vecinos o parientes con quienes se comenta lo que ocurrió en esa sesión. Si el tiempo del cual se dispone es breve, no es necesario que pasen todos los miembros del grupo por la situación de Copucha.

Se sugiere al facilitador registrar para sí las respuestas, ya que éstas le pueden servir como termómetro para saber cómo va el desarrollo del trabajo grupal y considerarlas para la planificación de la sesión próxima.



# Anexos







## Anexo 2

### El parto de mi hijo Manuel

Cuando iba a nacer mi tercer hijo, Manolito, la Juani me decía que estaba un poco angustiada recordando lo sola que se había sentido cuando nacieron Pedro y la Anita, que ahora tienen 9 y 5 años. En ambos casos, yo la llevé al hospital y me fui a la casa porque no me dejaron entrar. Vine a conocer a mi hijos al día siguiente, incluso junto con la Juani, porque recién en la mañana le llevaron las guaguas. Con los mayores me costó su poco encariñarme, no es que no los quisiera, pero me daba miedo tomarlos y siempre estaban durmiendo o comiendo.

¡Con Manolito sí que fue distinto! En el control de embarazo ya le contaron a la Juani que el hospital estaba distinto y que el papá podía entrar cuando nacía su hijo. A mí me daba susto, pero la Juani me convenció que la acompañara al control con la matrona y ella nos entusiasmó para que yo estuviera en el parto.

Cuando le comenzaron los dolores esa noche, dejamos a los niños encargados y nos fuimos al hospital. Yo todavía no estaba muy decidido, pero cuando llegamos la matrona nos dijo que faltaba poco para que naciera nuestro hijo y me invitó a cambiarme de ropa para que la acompañara. La Juani me decía a cada rato que estaba tan contenta de que estuviera con ella y que me veía ¡tan buenmozo disfrazado de doctor! Y cuando le venían los dolores yo le tomaba la mano, ¡la sentía tan valiente! En el parto mismo, yo la ayudé a sentarse y pujábamos juntos.

*Cuando llegamos a la casa, yo  
noté la diferencia con Manolito.  
La Juani no se sintió deprimida  
como con los otros niños.*

Lo mejor fue que cuando nació Manolito no se lo llevaron, lo secaron bien y se lo dejaron sobre el pecho a la Juani para que nos conociéramos y lo calentara con su calor de madre. Fue tan impresionante porque él nos miraba a los dos y parecía reconocernos cuando le hablaba.

Después lo fueron a pesar y examinar, y la Juani me dijo que lo acompañara. Yo creo que él sabía que yo estaba ahí, porque si lloraba, yo le hablaba y se quedaba tranquilito. Cuando a la Juani la cambiaron a la camilla se lo volvieron a pasar. Ahí parece que ya tenía hambre y se puso a mamar, ¡como que nació sabiendo! Desde entonces siempre estuvieron juntos, mamando bien seguido. A este niño es el que más tiempo ha amamantado.

Cuando llegamos a la casa, yo noté la diferencia con Manolito. La Juani no se sintió deprimida como con los otros niños. También yo la ayudé mucho más; ya no me daba miedo tomarlo y como sabía que me reconocía, lo sentía muy cerca y ¡hasta lo he mudado!

Después de haber acompañado a la Juani en el parto la admiro y respeto mucho más. Los dos hemos cambiado para bien y estamos mucho más cerca.

## Anexo 3

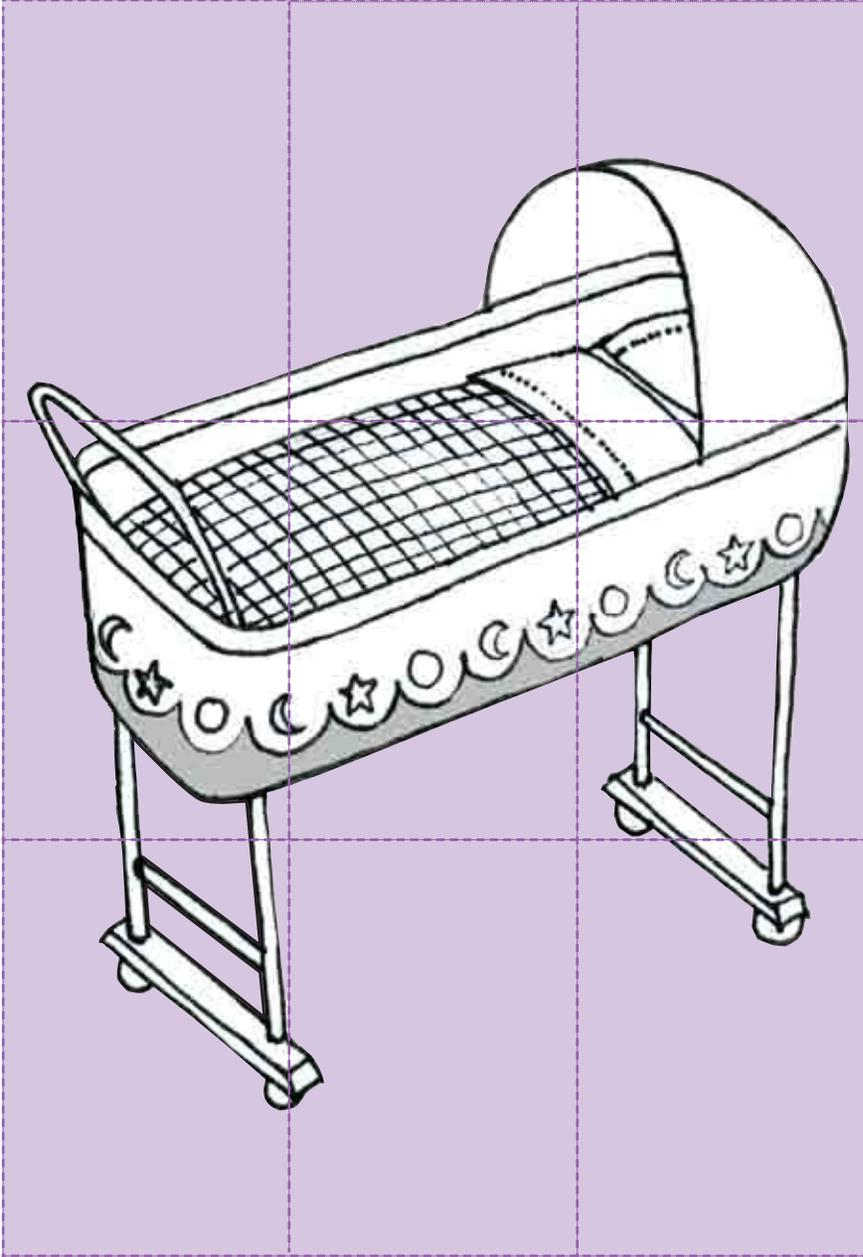
### Rompecabeza la cuna

**S**e sugiere hacer primero una fotocopia para cada grupo y después recortar las piezas.

Preguntas:

- ◆ ¿Cómo me enteré del embarazo?
- ◆ ¿Qué sentí cuando supe que iba a ser papá?
- ◆ ¿Cómo cambió mi vida al nacer mi hijo?
- ◆ ¿Qué cosas obtuve?
- ◆ ¿Qué cosas tuve que dejar de hacer al convertirme en papá o mamá?
- ◆ ¿Qué significa para mí ser papá o mamá?





PARA FOTOCOPIAR

# Ficha de evaluación de la sesión

Para el facilitador

Nombre sesión:

Lugar en que se realizó:

Fecha:

Duración:

Asistentes: (nombre de cada participante)

Describe los principales contenidos que surgieron durante la sesión:

En general el nivel de participación en esta sesión fue:  Alto  Medio  Bajo

Como facilitador(a) conducir esta sesión me resultó:  Fácil  Un poco difícil  Bastante difícil

Creo que esta sesión podría mejorar si: (describir lo que a su juicio faltó o sobró)

PARA FOTOCOPIAR

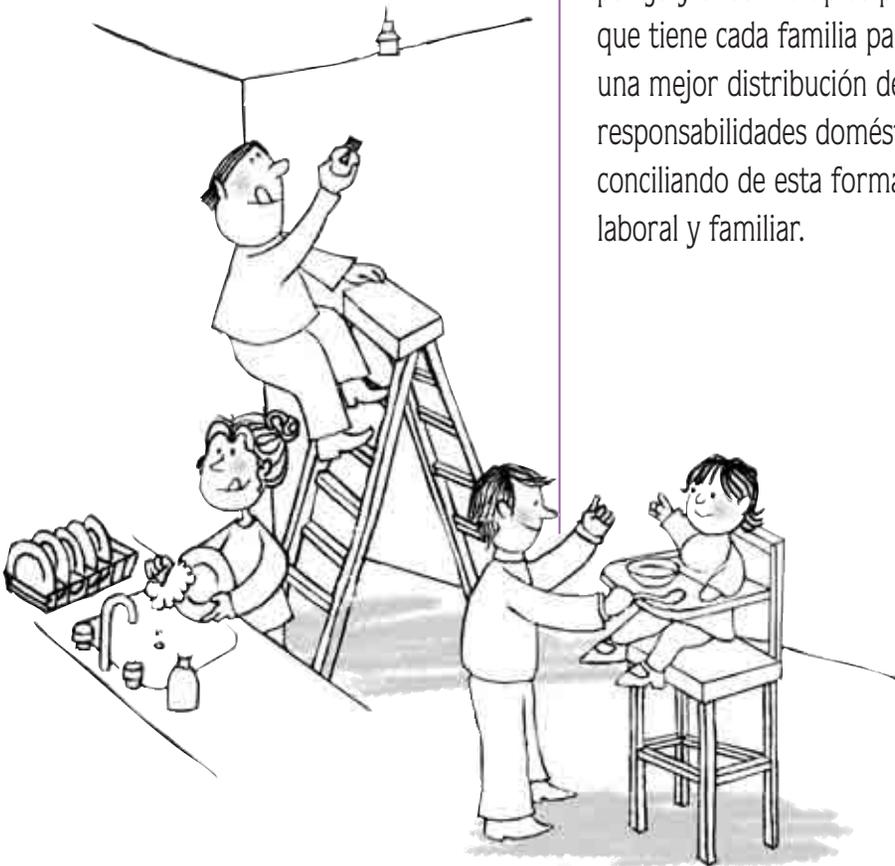


# ¿Te suena familiar?

Compartir Responsabilidades  
en la Crianza

# Lograr una mejor distribución de las responsabilidades domésticas

A través de este módulo se trabajará en torno a la vida en pareja y a las múltiples posibilidades que tiene cada familia para lograr una mejor distribución de las responsabilidades domésticas, conciliando de esta forma la vida laboral y familiar.





## Distribuyendo tareas...

**L**a forma en que se distribuyen las tareas al interior de una familia no es simplemente producto del azar o de las habilidades específicas de cada uno de sus miembros, ni siquiera de cuán ingenioso pueda ser un grupo familiar para distribuir las distintas responsabilidades.

La distribución de tareas es algo que hemos aprendido desde que nacemos y que se transmite por modelos culturales más que por teorías.

En nuestra sociedad occidental ha predominado por muchos años una asignación bastante rígida de los papeles que juegan hombres y mujeres, ya sea dentro como fuera de su unidad familiar.

Tanto es así, que desde los años cincuenta esta realidad se ha planteado como roles o papeles de género, lo que se define como el conjunto de conductas asignadas social y culturalmente a hombres y mujeres.

Ha sido tan rígida esta asignación de roles que a veces creemos que es natural que las mujeres hagan ciertas cosas y los hombres otras. Esta oposición es tremendamente dañina ya que limita nuestro actuar, la manera de expresar nuestras emociones o nuestras decisiones.

Así se ha definido que el mundo de las mujeres está compuesto por los afectos, el hogar, la reproducción y la crianza de los hijos e hijas.

Al hombre se le ha asignado el mundo público, la creación y la producción.

Esto es parte del problema. Lo que lo hace más grave aún es que aquellos aspectos considerados de la mujer son menos valorados socialmente que aquellos considerados del hombre. Ocurre entonces que incluso a las mujeres

*Las mujeres ya no están encerradas en la casa y los hombres asumen más la crianza de los niños que antes.*

les parecen más importantes las cosas de los hombres, y cuando se les pregunta en qué trabajan suelen contestar “no trabajo, estoy en la casa”, sin valorar la **crianza como un trabajo y un aporte significativo** a la familia y a la sociedad.

Sin duda, hablar de este tema genera contradicciones. Algunos opinan que hay cambios importantes: las mujeres ya no están encerradas en la casa y los hombres asumen más la crianza de los niños que antes.

Se ha visto que el uso del tiempo es una de las evidencias más significativas de la forma de distribución de roles de género, y por eso trabajar esta dimensión permitirá tener una radiografía de la familia en este aspecto, para que sirva de base en la conversación sobre la distribución de tareas en el hogar, y abrir posibilidades de cambio.

Antes de entrar de lleno en la sesión de hoy es importante, y muy necesario, tener claridad sobre algunos conceptos fundamentales en este tema.



## ¿Cuál es la diferencia entre sexo y género?

La distinción entre sexo y género se aplica como una forma de diferenciar aquello que trae cada uno biológicamente, de lo que es cada uno producto del aprendizaje de ser hombre o mujer. Tenemos que el sexo está determinado por la biología, en cambio el género está determinado por la cultura en que se vive.

De esta forma, las condiciones biológicas y físicas definen que alguien sea de sexo masculino o femenino. El ser mujer o ser hombre se aprende desde que nacemos en el proceso llamado socialización, por lo tanto el género es algo que cambia de cultura en cultura, y cambia también a través del tiempo.

La socialización de género, es decir la formación de un niño o niña sobre lo que es ser mujer u hombre en nuestra cultura, parte el día en que se nace, o antes cuando se conoce el sexo de la guagua. A las niñas las visten de rosado y a los niños de celeste; a las niñas no se las deja subir a los árboles porque no es de señorita, a los niños sí; las niñas pueden llorar, a los niños se les dice que los hombres no lloran; los niños necesitan más comida que las niñas, entre otros mitos.

Este proceso de educación comienza en la familia, pero también se refuerza a través de lo que se transmite en la escuela, en la televisión, en las revistas, etc. Así vamos reconociendo y aprendiendo conductas que en nuestra sociedad están permitidas y son esperadas de los hombres y también de las mujeres, como también las que no son aceptadas para cada uno.

***A los hombres les cuesta más expresar sus emociones porque de niños se les enseña a reprimirlas; a las mujeres les cuesta más tener un buen trabajo y la misma remuneración que un hombre en igual condición.***

El problema ha sido que se ha hecho una definición excesivamente rígida de lo que hombres y mujeres pueden y no pueden hacer, impidiendo que ciertos aspectos de las personas se desarrollen. Como consecuencia de esto, muchas personas sufren frustraciones o dificultades importantes. Por ejemplo, a los hombres les cuesta más expresar sus emociones porque de niños se les enseña a reprimirlas; a las mujeres les cuesta más tener un buen trabajo y la misma remuneración que un hombre en igual condición, porque se les ha enseñado que el mundo del trabajo es de los hombres y la casa de las mujeres.



## ¿Es posible compartir responsabilidades?

Entre los cambios que se pueden identificar en la sociedad chilena, está la disminución del número de hijos al interior de las familias y la incorporación creciente de la mujer al mundo del trabajo remunerado.

Sin embargo, a pesar de que cada día hay más mujeres que trabajan fuera de sus casas, siguen siendo las principales encargadas de la crianza de sus hijos e hijas. Esto se ha traducido en que las mujeres que trabajan remuneradamente deban asumir una doble jornada de trabajo: la laboral y luego las tareas del mundo doméstico, ya que no ha habido cambios en cómo se distribuyen estos trabajos con la pareja.

En la actualidad se ha visto que los hombres han ido cambiando su comportamiento y comienzan a participar cada vez más de la crianza de los hijos, aunque no sucede lo mismo en las tareas como cocinar o hacer aseo, que siguen principalmente en manos de la mujer.

*A pesar de que cada día hay más mujeres que trabajan fuera de sus casas, siguen siendo las principales encargadas de la crianza de sus hijos e hijas.*

Esta dificultad para compartir tareas tiene que ver no sólo con la poca costumbre de los hombres para hacer ese tipo de actividad, sino además con el hecho de que para las mujeres también es nuevo compartir este espacio y, a veces, se hace difícil, o le exigen a los hombres que lo hagan igual que ellas.

Es fundamental reconocer este último punto si queremos cambios verdaderos, dado que éstos sólo son posibles si uno cambia y no sólo le pide al otro que sea diferente. Para que esto ocurra son importantes las conversaciones sobre el tema y conocer lo que le pasa al otro con las tareas asignadas culturalmente, aquellas donde no se ha tenido la posibilidad de decidir si se quiere o no cumplirlas. Hombres y mujeres viven a diario esta experiencia, y pocas parejas se dan la posibilidad de conversarlo y cuestionar estos roles predefinidos.

Lograr una mejor distribución de las responsabilidades en el hogar va a incidir

directamente en una mejor calidad de vida, especialmente para la mujer al disminuir su carga de trabajo, sus niveles de cansancio y estrés. Sin duda esto también beneficia el ambiente familiar, ya que al estar mejor la mujer puede generar círculos positivos de colaboración y de baja agresión. A su vez el hombre, al tener una mayor participación doméstica, tiene la oportunidad de descubrir un espacio de encuentro con lo íntimo, con los afectos expresados en la relación con sus hijos y su pareja, que antes no tenía, enriqueciendo su experiencia de familia y la de sus seres queridos.

Por otra parte, los hijos se benefician de un padre más cercano y multifacético que puede relacionarse con ellos también en los espacios domésticos y cotidianos. Además les enseña que hombres y mujeres pueden cumplir indistintamente las tareas de la casa o de proveer, lo que enriquecerá en el futuro sus propias vidas de pareja.

En este sentido, aún hay mucho que avanzar como sociedad ya que existen diversos factores que limitan una mejor distribución de tareas en el hogar. Entre ellas, las grandes distancias entre los lugares de habitación y los lugares de trabajo, las largas jornadas laborales y los ingresos dispares entre hombres y

mujeres. Sin embargo, al interior de las familias es posible ir dando pequeños pasos en este sentido.

## El rol del padre en la familia

Por mucho tiempo se pensó que los padres no eran tan importantes en la crianza de los hijos como las madres. Sin embargo, en los últimos años se ha visto que la presencia del padre en la crianza de los hijos e hijas es de inmensa relevancia, incluso durante el embarazo.

Se ha visto que los bebés cuyos padres les hablaban mientras estaban en el útero, una vez que nacen son capaces de reconocerlos y calmarse con su voz. Asimismo, es evidente que para una madre embarazada es muy diferente la situación cuando está con una pareja comprometida con ella y con el hijo que está por nacer, entregándole afecto y apoyo durante el embarazo que cuando no lo está.



*Se ha comprobado que la presencia de un padre cariñoso y accesible, favorece el que los niños se sientan protegidos, seguros y queridos, lo que fortalece su autoestima.*

Se sabe que la experiencia de participar en el nacimiento del hijo es un factor de unión para la pareja y entre padres e hijos. Aquellos padres que han podido estar presentes en el parto lo reconocen como uno de los momentos más importantes en la vida, y tienden a sentir un vínculo especial con ese hijo. Durante la lactancia, se ha visto que las madres que cuentan con el apoyo y afecto del padre tienen mejores condiciones para amamantar, lo que va en directo beneficio del desarrollo físico y emocional del recién nacido.

La presencia del padre también es importante durante la crianza, tanto para el hijo como para la madre. Para todo niño y niña es fundamental crecer con una figura masculina cercana con la cual diferenciarse (en el caso de las niñas) o identificarse (en el caso de los niños). A su vez, se ha comprobado que la presencia de un padre cariñoso y accesible, favorece el que los niños se sientan protegidos, seguros y queridos, lo que fortalece su autoestima.

## En Síntesis

- ◆ **Hombres y mujeres tenemos los mismos derechos a criar y trabajar dentro y fuera del hogar.**
- ◆ **La mujer puede ser mejor madre cuando tiene el apoyo de su pareja u otra persona de confianza.**
- ◆ **El hombre puede ser mejor padre cuando está cerca de su hijo o hija y comparte las tareas de la crianza con su pareja.**
- ◆ **El niño o niña es feliz cuando ve que los adultos que lo crían son un buen equipo para cuidarlo y hacen de la casa un lugar acogedor y seguro.**

### Bibliografía

"Módulo Educativo Responsabilidades Familiares Compartidas", Servicio Nacional de la Mujer, (SERNAM), 1999.



## Objetivos para esta sesión

Se espera a través de esta sesión que los participantes sean capaces de:

- ◆ Reflexionar sobre el uso del tiempo cotidiano y su relación con los roles de género, a fin de visualizar las diferencias y desigualdades entre hombres y mujeres.
- ◆ Conocer aspectos conceptuales y prácticos que colaboren con la flexibilización de los roles.
- ◆ Visualizar el reparto de responsabilidades como una posibilidad de desarrollo personal, de pareja y familiar.





## Actividades para la sesión de hoy

### Materiales a usar en la sesión

- ◆ Hoja para clasificación de actividades diarias.
- ◆ Tarjetas o papeles en blanco.
- ◆ Lápices para cada participante.
- ◆ Papelógrafo con definiciones de conceptos importantes.

¿Tengo todo lo que necesito?



## Actividad inicial (20 minutos)

**P**ara iniciar las actividades de hoy se sugiere al facilitador recoger comentarios sobre la sesión anterior, tomando las ideas, reflexiones o preguntas que hayan surgido en relación con los temas tratados.

Es importante darse un tiempo al comienzo para comentar cómo les fue con la tarea, qué aprendieron de ella, o si fue muy difícil hacerla.

Luego puede compartir con el grupo los objetivos de esta sesión. Presente la sesión de hoy comentando aspectos generales del tema a tratar, en base al texto inicial de la cartilla.

Hacer una lluvia de ideas sobre lo que ellos entienden por sexo y género y presentar ambos conceptos, en forma simple, en base al texto inicial del módulo.



## Actividad principal: el reloj (60 minutos)

**E**l objetivo de esta actividad es que los participantes identifiquen cómo distribuyen su tiempo y qué actividades realizan, reconociendo algún posible cambio de acuerdo a la realidad de cada uno. Pretende además que los participantes reflexionen acerca de las responsabilidades que existen repartidas por género.

### **Trabajo personal**

Pida a cada participante que en una hoja escriba todas las actividades que hace en una semana. Apóyelos dando algunas ideas de actividades

que aparecen en la hoja del anexo 2. Luego ayude a que las personas organicen sus actividades en categorías como: recreación, de aseo y limpieza, de cuidado de los niños, de trabajo remunerado, de transporte, etc.

Luego, pase a cada participante una hoja donde deberá dibujar un gran círculo, y dividirlo en partes, según la cantidad de tiempo que le dedica en la semana a cada categoría de actividades. Si en el grupo hay dificultades con la lectoescritura, se eligen y pegan en las divisiones las imágenes de actividades que suele realizar.

### **Trabajo grupal**

Pida a los participantes que formen grupos de a cuatro (ojalá mixtos) y conversen sobre su distribución del tiempo.

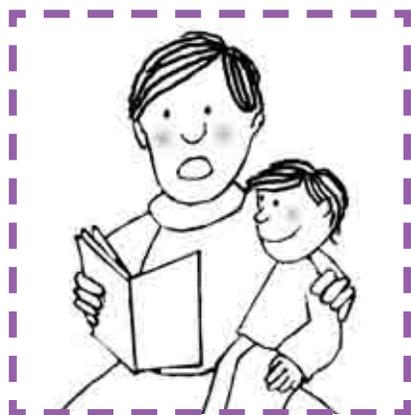
Para guiar la conversación puede plantear las siguientes preguntas:

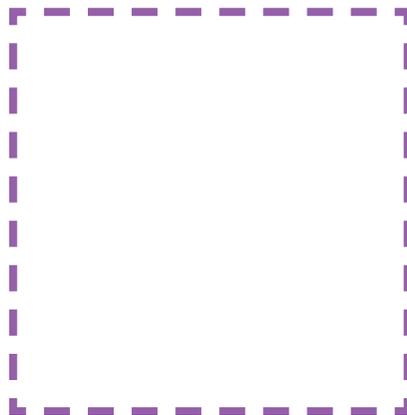
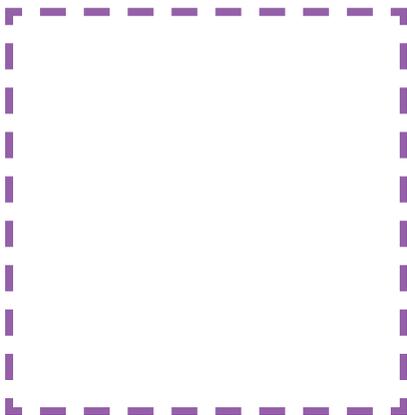
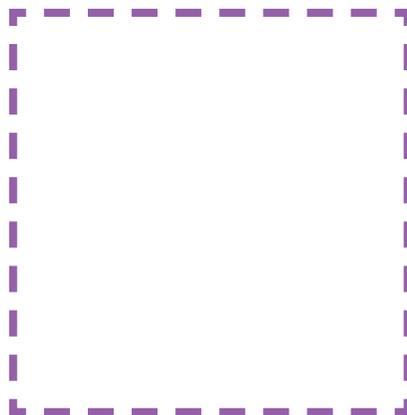
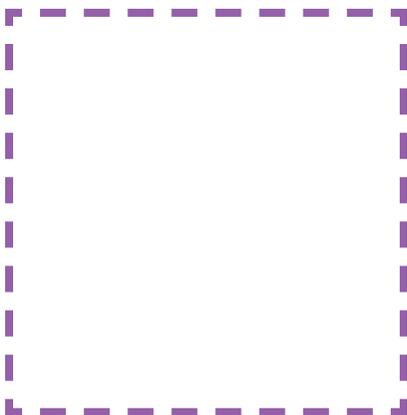
- ◆ **¿Cuánto tiempo de la semana le dedico a trabajar remuneradamente, transporte, cocinar, las tareas de los niños, etc.?**
- ◆ **¿Qué diferencias veo con los relojes de los otros participantes?**
- ◆ **¿Qué cambios realistas me gustaría hacer?**
- ◆ **¿Con qué otra persona de la familia podría contar para hacer esos cambios?**

### **Plenario**

Pida a cada grupo que cuente cuáles fueron los principales temas tratados en el grupo.

## Imágenes para trabajar en el reloj





Dibuja y trabaja con otras actividades que no estén presentadas

## Actividad alternativa



### El trueque (60 minutos)

**E**l objetivo de esta actividad es que los participantes, de una forma lúdica, identifiquen actividades que realizan que les gustaría mantener y otras dejar de hacer. Busca también flexibilizar la percepción de roles por género atribuido a cada actividad.

#### Primer trueque “te cambio”

Los facilitadores presentan el listado de actividades del anexo 2 o las tarjetas con imágenes de actividades y reparten a cada participante una tarjeta o papel en blanco. Cada uno deberá escribir la actividad o situar allí una imagen de la lista que no quisieran realizar más, o que menos le gusta asumir.



Cada integrante deberá encontrar a alguien del sexo opuesto dispuesto a intercambiar la tarea que aparece en la tarjeta. Por ejemplo: “te cambio hacer aseo por levantar o acostar a los niños”. Luego que todos cambiaron sus tarjetas, o al menos lo intentaron, cada pareja que hizo trueque comenta cómo fue que llegaron a un acuerdo de intercambio. Para esto sugiera las siguientes preguntas:

- ◆ **¿Por qué eligió esa actividad y no otra?**
- ◆ **¿Por qué aceptó el cambio?**
- ◆ **¿Le costó hacer el cambio?**
- ◆ **¿Le habría gustado hacer su cambio por otra actividad? ¿Cuál?**
- ◆ **¿Cree usted que hay actividades que definitivamente no se pueden cambiar con el otro sexo?**

### **Segundo trueque “no te cambio”\***

En una nueva tarjeta o papel en blanco, cada participante escribe o elige la imagen de la actividad que realiza que es la que más le gusta hacer, y que no cambiaría.

Se mezclan los papeles o tarjetas y cada participante escoge uno al azar. Debe explicar si se identifica o no con lo que allí está escrito, contando por qué elige o no esa actividad como aquella que No intercambiaría.

Para motivar la conversación grupal se sugieren las siguientes preguntas:

- ◆ **¿Por qué valoramos esta actividad y no otras?**
- ◆ **¿Cuál es el valor que tienen las tareas domésticas?**

- ◆ ¿Hay algunas que sean más femeninas o masculinas que otras?
- ◆ ¿Por qué algunas personas se sienten indispensables para hacer algunas tareas?

## Síntesis

- ◆ El facilitador realiza una síntesis de los principales contenidos presentados por los participantes en la sesión, y refuerza algunas ideas importantes en base a los contenidos teóricos entregados al inicio del módulo. Es importante resaltar en esta reflexión final qué aspectos del rol que cada uno cree tener le gustan y cuáles no, y qué oportunidades de cambio ve como posibles.



## Tarea para la casa

La tarea para esta semana consistirá en revisar dentro de la rutina de cada uno, qué actividades les gustaría intercambiar con su pareja u otro adulto de la familia, y conversarlo con esa persona en un contexto tranquilo.

**OJO:** Es importante que el intercambio de tareas se realice entre adultos.

## Evaluando la sesión (10 minutos)

**I**nvite a los participantes a identificar los aprendizajes de la sesión, preguntando con qué ideas se quedaron y si creen poder aplicar algo de lo que se trabajó en el taller en sus casas.

Puede elegir entre dos técnicas a través de las cuales los miembros del grupo evalúan la sesión:

- ◆ “Luz Relámpago” : consiste en que con un objeto en la mano (un muñeco, una piedra u otro) cada persona del grupo responde en una frase a la pregunta ¿qué aprendí hoy? o ¿de qué me pude dar cuenta en la sesión de hoy? Luego, le pasa el objeto a la persona que está a su lado, quien también da su respuesta, hasta terminar cuando cada persona del grupo haya hablado.
- ◆ “La copucha” consiste en ubicar dos sillas frente al grupo, en que sientan duplas o tríos de participantes que actúan como amigas o amigos, vecinos o parientes con quienes se comenta lo que ocurrió en esa sesión. Si el tiempo del cual se dispone es breve, no es necesario que pasen todos los miembros del grupo por la situación de Copucha.

Se sugiere al facilitador registrar para sí las respuestas, ya que éstas le pueden servir como termómetro para saber cómo va el desarrollo del trabajo grupal y considerarlas para la planificación de la sesión próxima.

# Anexos





## Anexo 2

# Guía para ordenar actividades

### Aseo y Limpieza

Aseo y orden de la vivienda: barrer, sacar polvo, sacar basura, hacer camas, hacer baño, etc.

Limpieza de la cocina: lavar platos, secar y guardar loza, ordenar, etc.

Lavado de ropa: recoger ropa sucia, lavar, tender, planchar, guardar ropa, limpiar zapatos.

Mantenimiento jardín: regar, barrer el patio, la entrada de la casa, etc.

### Compras

Saber qué falta en la casa.

Decidir qué se compra.

Hacer las compras diarias del hogar.

Hacer compras de equipamiento para el hogar.

### Comidas

Preparar comidas rápidas: desayuno, once.

Preparar comidas principales: almuerzo, comida.

### Necesidades Personales

Dormir.

Comer.

Aseo personal.

Cuidados médicos.

### Reparaciones y Cuidados

Tareas de mantenimiento y reparación del vehículo familiar.

Tareas de mantenimiento y reparación de la vivienda.

Tarea de cuidado de plantas, jardín, animales domésticos.

Contratar maestros para reparaciones.

### Administración

Administrar los ingresos de la familia.

Pagar cuentas.

### Movilización

Transportar hacia y desde la escuela.

Desde y hacia el trabajo.

Otros traslados.

### Niños

Levantar o acostar a los niños.

Atender y cuidar a los niños en el hogar.

Atender a los niños en la noche.

Acompañar al médico, dentista, etc.

Participar de actividades escolares:

Reuniones de apoderados, paseos, fiestas escolares, etc.

Apoyar en las tareas escolares a los niños.

Decidir permisos y castigos.

### Trabajo Remunerado

Horas de trabajo fuera de la casa.

Horas de trabajo en la casa pero pagadas por un tercero.

### Participación

Actividades comunitarias.

Actividades partidarias.

Actividades de iglesia.

### Tiempo Libre

Con la familia:

Paseos, visitas a familiares, jugar con los niños, etc.

Solo, en la casa:

Ver tele, leer, escuchar música, jardinear, etc.

Solo, fuera de la casa:

Salir con amigos, hacer un deporte, vitrinear, pasear, etc.

En pareja, dentro o fuera de la casa.

# Ficha de evaluación de la sesión

Para el facilitador

Nombre sesión:

Lugar en que se realizó:

Fecha:

Duración:

Asistentes: (nombre de cada participante)

Describe los principales contenidos que surgieron durante la sesión:

En general el nivel de participación en esta sesión fue:  Alto  Medio  Bajo

Como facilitador(a) conducir esta sesión me resultó:  Fácil  Un poco difícil  Bastante difícil

Creo que esta sesión podría mejorar si: (describir lo que a su juicio faltó o sobró)



**Prodemu**

Salvador Sanfuentes 2357, Santiago  
Fono: 787 6900  
Fax: 696 7689  
prodemu@prodemu.cl  
www.prodemu.cl



**Fundación de la Familia**

Ahumada 341, 7º piso, Santiago  
Fono/Fax: 632 4450  
fundacion@fundfamilia.cl  
www.fundaciondelafamilia.cl



**Fondo de Solidaridad e  
Inversión Social**

Ahumada 48, 9º piso, Santiago  
Fono: 241 6500  
Fax: 241 6590  
correo@fosis.cl  
www.fosis.cl



**Fondo de las Naciones Unidas  
para la Infancia**

Oficina de Chile  
Isidora Goyenechea 3322, Santiago  
Fono: 422 8800  
Fax: 422 8888  
infochile@unicef.org  
www.unicef.cl

**Cuaderno 1**

Cartilla para los Facilitadores  
Dinámicas y Juegos

**Cuaderno 2**

Empezar a Conocernos  
Qué Aprendimos

**Cuaderno 3**

La Historia Familiar  
La Familia que Hemos Construido

**Cuaderno 4**

El Día que me Convertí en Papá o Mamá  
Compartir Responsabilidades en la Crianza

**Cuaderno 5**

Desarrollo y Derechos de Niños y Niñas  
Cada Hijo, un Nuevo Desafío

**Cuaderno 6**

Aprender a Resolver Nuestros Conflictos  
Padres: ¿Amigos o Autoridad?

**Cuaderno 7**

La Comunicación en Familia  
Expresar los Sentimientos

**Cuaderno 8**

Los Temas Difíciles de Hablar  
La Televisión en Familia